

מתי לחזור לעבודה אחרי לידה?

אורית פותקת: לפני חודשיים ילדתי בן בכור. הבן מקסים, ואני נהנית מאוד מהטיפול בו. עד הלידה עבדתי במשרה מלאה, בעבודה שאני אוהבת מאוד. תמיד גם הבאתי אתי עבודה הביתה.

כרגע אני בחופשת לידה, ואני נהנית מכל רגע. החופשה אמונה להסתיים בעוד כמה שבועות, ואני מתלבטת. האם לחזור? האם להאריך את חופשת הלידה בעוד כמה שבועות? אולי עד שתמלא שנה לבן? האם לחזור לחצי משרה? האם להשאיר את הילד עם מטפלת? האם לשלוח אותו לפעוטון? אולי לבקש מאמא שלי לטפל בו?

אני לא יודעת איך אצליח להיפרד ממנו לכל-כך הרבה שעות. לא יודעת אם אוכל לסמוך על מישהו שיטפל בו. רק על הוריי שלי הוא נרדם. גם השאלה הפלפלית מטרידה אותי. אם אקח מטפלת, לא יישאר לי דבר מהמשפחה. אולי תוכלי ליעץ לי מה לעשות.

מטפלת או פעוטון. אם אין לך אפשרות כלכלית לחופשה ללא תשלום, אין לך ברירה אלא לחזור לעבודה.

גם אם מבחינה כלכלית היית יכולה להרשות לעצמך לשבת בבית כל החיים ולחיות רק מהמשכורת של בעלך, הייתי מציצה לך לצאת לעבודה. אני חושבת שכל אדם, כל אישה, צריך לפתח לעצמו תחומים נוספים. לא רק בית, ילדים ומשפחה, אלא גם עבודה, קריירה, תחומי התעניינות.

טיפול בילדים הוא דבר נהדר, אבל הוא לא יכול למלא את החיים. הילדים יגדלו והאם צריכה לדאוג גם לעצמה. אם "יושבים" בבית הרבה שנים, קשה יותר לחזור למעגל העבודה.

לחלק את האחריות

אורית לוקחת על עצמה מאה אחוזים באחריות לתינוק. היא אומרת: רק בידיים שלי הוא נרדם. במילים אחרות: רק אני יודעת לטפל בו. רק אותי הוא רוצה.

היא צריכה ללמוד "לשחרר". לאפשר לתינוק ללמוד להירדם גם אצל אבא, סבתא, סבא, מטפלת. היא חייבת ללמוד להשתחרר מאחריות של מאה אחוזים במשך מאה אחוזים מהזמן. עליה לעשות זאת לאט ובהדרגה. קצת לאבא, קצת לסבתא, ואחר-כך למטפלת, לגננת, למורה, למפקד בצבא, לאשתו...

אם קשה לך לעזוב את הילד, אולי תשקלי לחזור לחצי משרה עד שהוא יגדל קצת. יכול להיות שאם אמא שלך תטפל בו, ולא מטפלת "זרה", יהיה לך יותר קל לחזור לעבודה. השאלה היא, אם לאמא שלך יש זמן, כוח ורצון. זה לא קל לטפל שעות בילד קטן, גם אם הוא הנכד שלך ואתה נהנה ממנו. אולי כדאי לשריין את אמא שלך לימים שהמטפלת חולה או שהפעוטון בחופשה, או שאת חוזרת מאוחר מהעבודה.

אני מאחלת לך לגדל את הילד בפיה, ובמקביל (יחד) להמשיך לפתח את עצמך ואת הקריירה שלך.

ענת דותן

מכתבים למדור "הכל נשאר במשפחה" אפשר לכתוב לפי הכתובת: ענת דותן, "שער למתחיל", המסגר 9, תל-אביב. או למדור "כתבו לנו" באתר שלנו: www.slamathil.co.il



הילד: ingimage/asap creative

האם כדאי לעבוד ולשלם חלק גדול מהמשכורת למטפלת.

ויש עוד שאלה: איך מעבירים את האחריות על התינוק גם לבעל, לבני המשפחה, למטפלת, לגננת. אורית מתלבטת ושואלת מה דעתי. הנה התשובה שלי: ההתלבטויות האלה נורמליות. הן נולדו עם התינוק. הרגישי חופשי להתלבט ולדעת שכדי להיות גם אמא, גם אשת קריירה, גם עקרת בית וגם בת זוג טובה – עלייך לעבוד קשה, ולפעמים לשלם מחיר בכל אחד מהתחומים האלה. גם "אשת חיל" היא לא "סופר-וומן"...

אני חושבת שאם את מרגישה שחופשת הלידה קצרה מדי, כדאי לך לנסות להאריך אותה. שבי כמה חודשים בבית, עד שתרגישי שאת רוצה לחזור לעבודה. עד שתרגישי שהילד יכול להסתדר עם

קודם כול, מזל טוב לאורית להולדת הבן. הולדת הילד הראשון מביאה שינוי גדול מאוד בחיים. "פתאום" נכנס לחייך אדם חדש, שצריך לדאוג לו. עם הולדת הילד נולדים גם רגש האחריות וההתלבטויות. התינוק מכתוב חלק מהתוכניות ומהאפשרויות.

החוק מאפשר לילדת (או לאבי התינוק) לקחת כמה שבועות חופשה מהעבודה. הולדת זקוקה לזמן זה כדי להתאושש מההריון והלידה וכדי לטפל בתינוק. ומי שעבר את החוויה היפה והמיוחדת הזו יודע שהחודשים הראשונים של הטיפול בתינוק אינם קלים להורים.

חופשת הלידה היא הזמן המינימלי שהאם זקוקה לו. אבל רוב האמהות

מרגישות בסוף חופשת הלידה כמו אורית. קשה להן לעזוב את התינוק, קשה להן לחזור לפעילות מלאה מחוץ לבית. קשה להן לסמוך על אחרים. הן לא בטוחות אם "שווה" להן לצאת לעבוד ולשלם את רוב המשכורת למטפלת. רבות ממשיכות את חופשת הלידה עוד חודש, חודשיים, חצי שנה, עד מלאת שנה לילד, או אפילו עד שהוא הולך לפעוטון.

אמא במשרה מלאה

ההתלבטויות האלה נובעות מכמה סיבות, ביניהן: הרצון של האם לשמור על הילד, ליהנות מהטיפול בו, וגם לפתח את עצמה ולפתח את הקריירה שלה. נושא נוסף הוא הנושא הכלכלי: האם המשפחה יכולה להרשות לעצמה שהאישה לא תעבוד.