

Ekskluzywny house tour: dom matki, żony, pani domu



Chodźcie, zapraszam was dzisiaj do mojego domu. Daję wam klucze i serdecznie was namawiam na wycieczkę po kolejnych pomieszczeniach. Jestem pewna, że jeszcze żadna inna matka, żadna inna żona i żadna inna pani domu nie pokazała wam tak intymnych szczegółów ze swojego gniazda domowego.

Usiadłam wczoraj wieczorem w fotelu, zmęczona po całym dniu i całym tygodniu pracy na etacie w trybie home office, ogarniania posiłków sobie, mężowi i dziecku, i ogólnie ogarniania życia. I stwierdziłam, że koniecznie musicie to zobaczyć. Tak wygląda dom matki, żony, pani domu.

Zaczniemy od kuchni.

Chciałam zwrócić wam uwagę na moją wybitną baterię i przepiękny zlewozmywak...

...pełen brudnych garów.



Podczas gdy obok dumnie błyszczy...



...zmywarka pełna czystych garów, od doby czekająca na rozładowanie.

Pójdźmy dalej.

Obok stoi ekspres do kawy.



Ile razy zdarzyło wam się zostawić mleko na wierzchu i w panice po południu chować je do lodówki w nadziei, że jeszcze się nada? No. To witam w klubie.

Stan płyty indukcyjnej ewidentnie świadczy o tym, że nie głodzę mojej rodziny. Ale czasu na przetarcie też nie miałam.



I póki co równie dobrze mogłoby to być mieszkanie singielki.
Ale nie dajcie się zwieść.

**Bo oto przed nami pięknie
przozdobiony salon i jadalnia.**

Z przypadkowymi zabawkami pozostawionymi tu i tam...





...i stołem, który czasem jest pięknym, czystym stołem rodem z Instagrama...

A czasem nie.





I oczywiście, że zdarza nam się na nim zostawić resztki śniadania, które na sprzątnięcie czekają aż do pory obiadowej.



Ale jest jeszcze przecież mały stolik w części telewizyjnej.
Równie uroczy.



Już za momencik przeskoczymy na górę, ale jeszcze pralnia. Nie możemy jej tak zostawić, bo włożyłam wiele serca w jej wygląd i atmosferę przytulności.

Zrobiłam pranie...



...które czeka na złożenie od ładnych kilku dni.

(Czy kiedy je prałam, trzy razy zapomniałam o tym, że skończyło się prać i gnije, więc musiałam je nastawić ponownie? Być może.)

Ale nie czeka samotnie, o nie.



Bo razem z nim czekają zdjęte naprędce poprzednio uprane rzeczy, które musiały zrobić tamtym miejsce na suszarce. Może któregoś dnia awansują do statusu zaniesionych na górę...

...ale nie prędko.

Bo góra, jak możecie się domyślać, również jest ciekawa.

Wejdźmy do łazienki. Oazy spokoju, domowego spa, świątyni samotności.

Ale nigdy nie jestem w niej samotna.



Bo towarzyszą mi Batman i Olaf.

Już się pewnie nie możecie doczekać sypialni? Wskakujcie, drzwi stoją przed wami otworem.

Moja toaletka... (zupełnie przypadkiem wygląda jak parapet)



...i moja szafa.



Tak, dobrze widzicie. Od ponad roku mieszkamy bez szafy, bo zwyczajnie nas na nią nie stać i czekamy na dobry moment.

Już prawie kończymy ten house tour. Został nam pokój dziecięcy. Tam w zasadzie komentarz niepotrzebny.



I to by było na tyle.

Bardzo wam dziękuję za wizytę i było mi przyjemnie gościć was w moich skromnych progach.

A jeśli myślicie, że wszystkie te piękne wnętrza jak z katalogów pokazywane na Instagramie są zawsze takie piękne i czyste, to mam nadzieję, że udowodniłam wam, że wcale tak nie jest.

Każda z nas: matek, żon, pań domu ma prawo do tego, aby jej dom wyglądał na tyle, na ile ona ma czas i siłę się nim zająć. A nie zawsze ma. I nie zawsze jej się chce. Czasami po prostu pada zmęczona po całym dniu lub całym tygodniu i jedyne, co może, to wyciągnąć nogi, odpalić Netflixa i zasnąć po pierwszych pięciu minutach filmu.

Mam nadzieję, że jeszcze kiedyś do mnie wpadniecie. Macie już

klucze, więc mój dom zawsze stoi przed wami otworem.

Z kategorii dom: **Pomysły na pokój przedszkolaka, Metamorfoza pokoju przedszkolaka**

Nie lubię zabaw z dzieckiem – czy jestem zułą madką?



Przez jakiś czas nawet próbowałam. Wcale nie wyglądało to tak, że nie chciałam się angażować i z góry założyłam, że to nie dla mnie. Wręcz przeciwnie, miałam wyrzuty sumienia i biczowałam się ze świadomością, że dzieciństwo trwa krótko. To tylko kilka krótkich lat i już za chwilę, już za momencik moje dziecko nie będzie chciało się ze mną bawić.

A jednak prawda jest taka, że na te kilka słów oblewa mnie zimny pot, mam ciarki i najchętniej zapadłabym się pod ziemię. I muszę to dziś z siebie wyrzucić, bo mam jakieś takie dziwne

przeczucie, że nie jestem w tym sama.

„Mamusiu, pobawisz się ze mną?”

Wiele mogę zrobić. Mogę okłaskiwać i chwalić prace plastyczne, mogę godzinami grać w planszówki. Z chęcią pójdę na długi spacer, pojeżdżę razem na rowerach, pokopię piłkę w ogródku. Mogę rozmawiać na różne tematy, zadawać pytania, objaśniać świat. Moje dziecko coraz częściej zadaje mi pytania o znaczenie konkretnych słów, co jest dla mnie dodatkowym wyzwaniem lingwistyczno-umysłowym. Mogę iść do zoo lub do muzeum, mogę skakać na trampolinach. Uwielbiam czytać mojemu dziecku wybrane przez niego książki.

Ale na Boga, nie każcie mi kłaść się na podłodze, jeździć szaleńczo resorakami czy odgrywać role pluszakami. Wiem, że wiele z was oceni mnie jako **zuą madkę**, ale będę z wami zupełnie szczerza mówiąc, że nie sprawia mi to najmniejszej przyjemności.

Nie lubię zabaw z dzieckiem. Tyle w temacie.

I każda z nas ma do tego prawo. A takich jak my jest **prawie połowa rodziców w tym kraju**.

Podziwiam matki, które nie tylko potrafią wczuć się w tę zabawę i wejść w całości w ten dziecięcy świat, ale również sprawia im to przyjemność i odnajdują się w tym. Mam wrażenie, że to coś jak bycie lekarzem – trzeba mieć powołanie i zdolności. Są mamy, które godzinami układają klockowe światy, ryczą jak smoki i są księżniczkami na wieży. Na wrywki znają imiona wszystkich bohaterów bajek i piosenki tytułowe. Uwielbiają babrać się w ciastolinach, plastelinach i wszelkich piaskach kinetycznych. Te same mamy chodzą za swoimi dziećmi krok w krok po placu zabaw, organizując im sposoby na zabawę i angażując w to pół podwórka.

Mam dla tych matek ogromny szacunek i podziw, że im się chce.

Ale to nie dla mnie.

Unikam takich zabaw jak ognia. Muszę nagle pójść do toalety. Wpada mi zlecenie na ostatnią chwilę. Muszę się napić herbaty. Muszę gdzieś zadzwonić. Sprawdzić maile. *To może włączę Ci jakąś długometrażówkę?*

Nie lubię zabaw z dzieckiem. To nie znaczy, że go nie kocham, że nie spędzam z nim czasu, że z nim nie rozmawiam. Chodzi po prostu o zabawę.

Nie czuję, że coś tracę. Tak samo nie czuję, że coś straciłam, bo moja mama nie bawiła się ze mną. Mój syn jest jedynakiem tak samo jak ja i mam świadomość, że w jego przypadku, tak samo jak w moim, samodzielna zabawa może nauczyć go niezależności i samodzielności. Zawsze też powtarzam, że nudzenie się również jest sztuką, która pomaga wyzwolić pokłady kreatywności.

To przerażające uczucie...

...patrzeć, jak dziecięca buzia z dnia na dzień się zmienia i dojrzewa. Jak szybko dzieciństwo przemija i zostawia nas tylko ze wspomnieniami. Będziemy tęsknić za tymi buziami, za wszystkimi przytulaskami, rozmowami, za miękkością policzków i lepkością małych łapek. Kochajmy nasze dzieci z całych sił póki jest na to czas, bo kiedyś przyjdzie moment, że wyprowadzą się od nas, rozpoczną własne życie, założą swoje rodziny.

I wtedy będę tęsknić. Będę tęsknić za rozmowami, za przytulaniem, za spacerami, wspólną jazdą na rowerze, planszówkami, czytaniem do snu.

Ale za zabawą nie będę tęsknić.



Uwielbiam, kiedy moje dziecko skarży mi się, że się nudzi.

Zupełnie tak jakby ktoś, kto w piątkowy wieczór stoi przed zlewem pełnym brudnych garów znał sposoby na dobrą zabawę.

@MOTHERATORKA

**Szkoła angielskiego Novakid –
o co ten cały szum w
internetach?**



Od kiedy pamiętam, rodzice opłacali mi dodatkowe lekcje języka angielskiego. Czasem korepetytorka przyjeżdżała do mnie, czasem rodzice wozili mnie do niej. Było ich wiele. Czasem były to stacjonarne szkoły języka angielskiego. Jednak najbardziej zapadła mi w pamięć jedna z moich ostatnich nauczycielek – starsza pani, emerytowana nauczycielka...

Lekcje z nią były tak nudne, że oczy same mi się zamykały. Siedziałam u niej bitą godzinę i strona po stronie, z nagraniami z kaset, po prostu przerabiałam podręcznik. Szczerze mówiąc nie wiem jaki cudem po takim podejściu sama zapalałam do języka angielskiego na tyle dużą sympatią, że stał się on częścią mojego wykształcenia. Dziś (z wykształcenia) **jestem nauczycielką i tłumaczką angielskiego i francuskiego.**

Myślę, że większość z nas ma za sobą takie wspomnienia i nie chcemy, żeby nasze dzieci miały podobne.

Ja bym bardzo tego nie chciała.

Mój Ignas ma 6 lat i angielskiego uczył się już w przedszkolu, a teraz kontynuuje naukę już w szkole, w zerówce. Zawsze chciałam zapisać go na dodatkowe lekcje. Chciałam dać mu jak największe szanse poznania języka, bez którego nie wyobrażam sobie funkcjonowania w dzisiejszym świecie. Pandemia trochę pokrzyżowała mi plany, ponieważ staram się minimalizować nasze kontakty z przypadkowymi ludźmi z zewnątrz.

Szkolę Novakid kojarzy już chyba każdy, kto ma dostęp do mediów społecznościowych. Ja kojarzę jej nazwę i charakterystyczna gwiazdkowe logo już przynajmniej od dwóch lat. I od zawsze zastanawiałam się o co tyle szumu.

Szkoła angielskiego online? Serio?

Z nauczycielem, którego nie ma obok? Totalnie sobie tego nie wyobrażałam. Ale całe szczęście dostałam szansę wypróbowania tego, do czego wcześniej podchodziłam jak pies do jeża. A teraz jestem zaskoczona, że taka forma nauki może się doskonale sprawdzać. Ale do rzeczy.



Zaczniemy od plusów.

Żeby łatwiej wam się czytało, poukładałam je w punktach:

- **Brak dojazdów**, a co za tym idzie – oszczędność czasu
- **Brak ryzyka zarażenia covidem**
- Czas trwania lekcji: **25 minut**, czyli dokładnie tyle, żeby wprowadzić pewną porcję materiału, a nie zanudzić dziecka
- **Dziecko jest u siebie**, może być nawet w piżamie, więc czuje się komfortowo i na luzie. Zero stresu!
- Na każdej lekcji dziecko **oceniane jest systemem gwiazdek**, co daje mu motywację do dalszej pracy i nauki
- Lekcje są dla dzieci **w wieku 4-12 i na 5 różnych poziomach**, więc materiał można dostosować nie tylko do wieku, ale i do umiejętności dziecka
- Zajęcia mogą odbywać się **od poniedziałku do niedzieli**, o

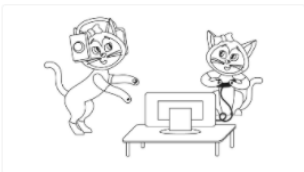
dowolnej porze i nie przeszkadzają w tym nawet wyjazdy

- Lekcje **nie muszą odbywać się regularnie**, bo to rodzic decyduje za każdym razem o dniu i godzinie
- A co z tym idzie – **lekcje nie przepadają**, kiedy dziecko jest chore, i nie trzeba ich nadrabiać
- Cała lekcja prowadzona jest w **100% po angielsku**, więc po pierwsze dziecko od razu uczy się akcentu...
- ...a po drugie poznaje od razu **całe konstrukcje zdaniowe w naturalnym kontekście**, a nie pojedyncze słówka
- Po każdej lekcji przychodzi **opinia nauczyciela**, która pomaga rodzicom śledzić postępy dziecka
- Lekcje są w **pakietach**, a nie z płatnością za semestr lub rok
- Na stronie Novakid dostępne są **dodatkowe darmowe materiały** do pracy z dzieckiem poza lekcjami



POL ▾ Strona główna Biblioteka Osiągnięcia Bonusy Konto Wyloguj się

Colouring pages

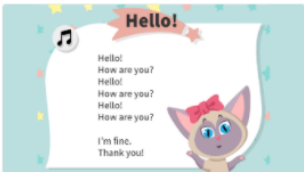


Luna



Astro

Level 0 - Extra materials



'Hello, how are you?' song



Hello, I am...



'Hello, what's your name?' song



Goodbye song



Flashcards



ABC tracing handbook

No i cena.

Cena pojedynczej lekcji **zaczyna się od 29 zł**, więc możemy na

przykład wziąć jedną lekcję w tygodniu i nie będzie to duże obciążenie dla naszego portfela. A najfajniejsze jest, że **pierwsza lekcja jest darmowa**, więc można sobie sprawdzić, czy taka forma nauki angielskiego w ogóle się u naszego dziecka sprawdzi.

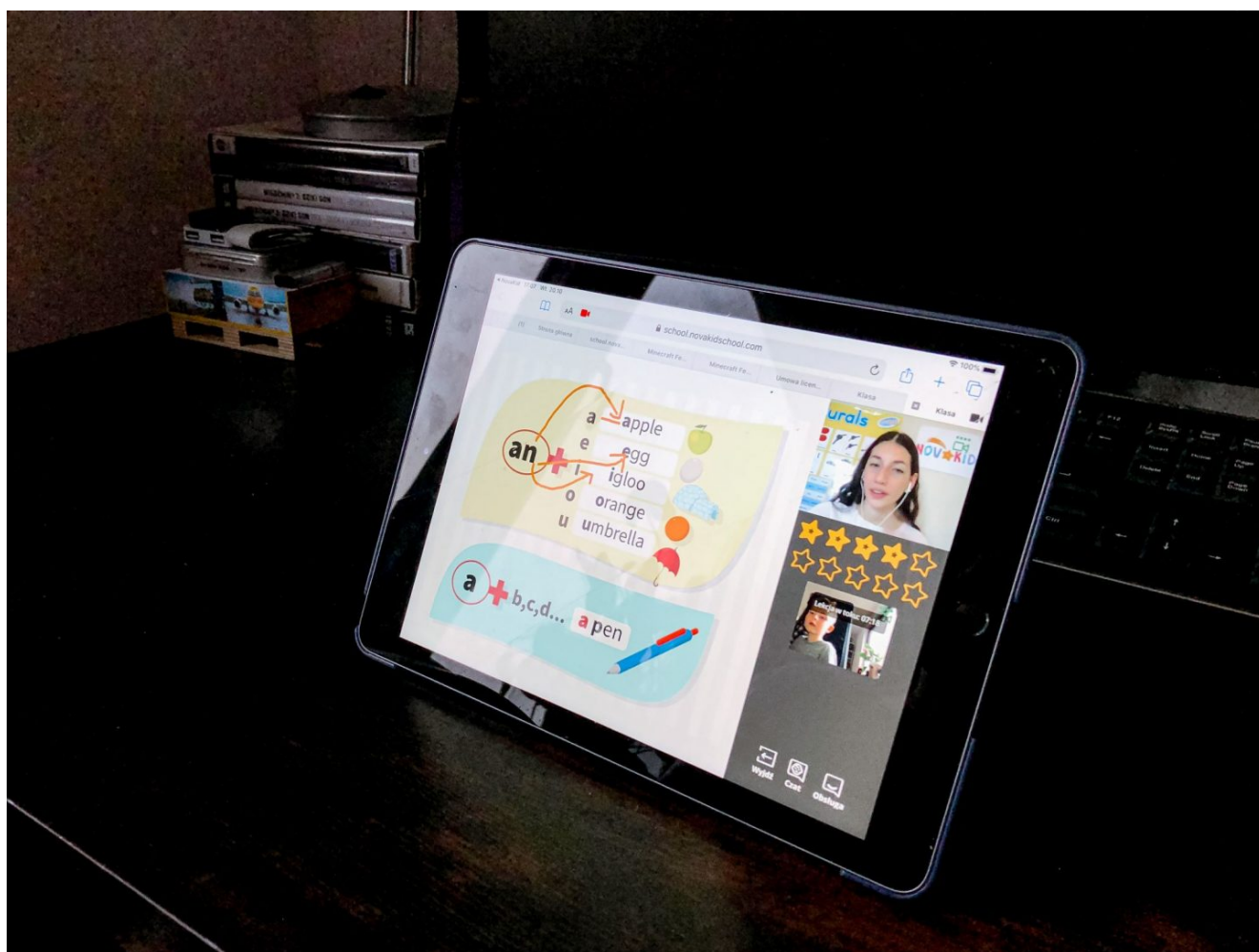
Z tych wszystkich plusów ja najbardziej cenię sobie **oszczędność czasu, elastyczność i wygodę**, a nade wszystko – bardzo prołudzkie podejście.



Co mi się jeszcze bardzo spodobało, to to, że **nauczyciela można sobie po prostu wybrać**. Jeśli mamy mniejszy budżet, może być to nauczyciel nie będący native speakerem, ale z bardzo dobrym akcentem. Przy wyższym budżecie dobrze jest wybrać native'a. Wybieramy spośród kilkuset wizytówek nauczycieli, więc wybór jest całkiem spory!

Podsumowując, muszę przyznać, że moja początkowa rezerwa do tego typu zajęć była całkowicie bezsensowna. Przez wszystkie

lekcje bacznie obserwowałam reakcje mojego dziecka i sama zastanawiałam się do czego by się tu przyczepić. No i znalazłam jeden mikro minus. Ze względu na to, że lekcja jest w całości po angielsku, przy młodszym dziecku, które nie rozumie jeszcze wszystkiego, musi być rodzic, żeby czasami podpowiedzieć i pomóc się zorientować w zadaniu. Ale myślę, że to i tak jest dość naturalne i zrozumiałe.



Poniżej możecie obejrzeć mój film z opinią i fragmentami lekcji Ignasia.

Jeśli chcecie spróbować lekcji z Novakid, link do **bezpłatnych pierwszych zajęć** znajdziecie tutaj: **KLIK**.

Jeśli natomiast macie apetyt na więcej, Novakid organizuje w

tej chwili konkurs, w którym możecie wygrać całe pakiety lekcji i bardzo atrakcyjne zniżki. Szczegóły konkursu znajdziecie tutaj: **KLIK**.



Partnerem wpisu jest szkoła angielskiego Novakid.

Wara od naszych macic.



Wyobraź sobie, że ktoś Cię zmusza do zjedzenia czegoś, czego jeść nie chcesz, bo rzygać Ci się po tym chce. Albo do wjechania na wysoką wieżę, kiedy Ty masz lęk przestrzenny i lęk wysokości, grozi Ci atak paniki, omdlenie lub zawał serca. Albo że ktoś na siłę przyciąga Twoją rękę do olbrzymiej tarantuli, mówiąc: „Masz, pogłaszcz, ona jest bardzo przyjazna.”. A może skoczysz w ogień? No przecież najwyżej się poparzysz. SKACZ!

Kobiety w Polsce MUSZĄ rodzić dzieci.

Za wszelką cenę. Nie masz żadnego? Kiedy pierwsze? Masz już pierwsze? Kiedy drugie? Masz synka? Kiedy córeczka? Masz chore? To może teraz zdrowe?

Temat aborcji omijałam do tej pory szerokim łukiem, trzymając

się bezpiecznych i przyjemnych wpisików, ale po raz kolejny w Polsce dzieje się szopka. Za dwa dni Trybunał Konstytucji ma wydać wyrok uniemożliwiający usuwanie ciąży w przypadku śmiertelnych, nieodwracalnych zmian płodu, braku kręgosłupa lub mózgu. Gdy dziecko nie ma szans na przeżycie lub skazane jest na cierpienie, którego nie da się opisać. A orzekać mają sędziowie znani z publicznych wystąpień antyaborcyjnych.

Znów będą decydować za nas, o nas, o naszych ciałach, naszym życiu i naszej przyszłości. Naszym zdrowiu psychicznym, naszych lękach i naszych koszmarach.

Korzystając z pandemii, po cichu, licząc na nasze milczenie.

Po raz kolejny rząd bez debaty chce skazać rodziców na niewyobrażalną mękę.

Być może są kobiety, które takie ciążę chcą donosić do końca. Ze świadomością, że 9 miesięcy będą nosiły pod sercem życie, które zgaśnie tuż po tym, jak przyjdzie na świat. To jest ich świadoma decyzja, żeby tego procesu doświadczyć od początku do końca. Ale dlaczego, do cholery, te, które tego nie chcą, nie mają na to zdrowia ani siły, również mają być do tego zmuszane?

Miałam ten komfort, że przeszłam zdrową ciążę i urodziłam zdrowe dziecko, które jest chciane, kochane i akceptowane. To moje pierwsze i jedyne dziecko. Na drugie nie dałam rady się zdecydować i już raczej się nie zdecyduję. Ale co jeśli takie krytycznie chore dziecko urodzi matka, która ma już trójkę czy czwórkę innych, w domu piszczy bieda, a stary wraca dzień w dzień nachlany jak meserszmit? Czy ona ma te dzieci porzucić, żeby opiekować się tym jednym, żeby poświęcić mu swoje życie, uwagę, cały swój czas? Zostawić te dzieci na pastwę ojca pijaka czy tułania się po rodzinach zastępczych, ośrodkach opiekuńczych czy innych podobnych miejscach?

Nie ma się co łudzić, podziemie antyaborcyjne było, jest i będzie.

Decydując za kobiety, zmuszając je do uległości, do psychicznych traum i działania wbrew sobie, ludzie u sterów tego kraju kierują je prosto w to podziemie. Tylko że te, które będą miały pieniądze, pojadą za granicę i załatwią to w kulturalnych, higienicznych i legalnych warunkach. A te z nizin społecznych będą ryzykować swoje zdrowie i życie. Po cichu robią skrobankę u jednego z tych z ogłoszeń AAAA *Tanio* *USG, badania gin.*

Jeszcze zanim urodziłam dziecko, zawsze, ale to zawsze byłam zdania, że kobiety powinny same o sobie decydować. Żadne prawo, żadne regulacje nie powinny im narzucać co mogą, a czego nie mogą jeśli chodzi o ich własne ciała. Jeśli ja podejmuję decyzję o aborcji, to konsekwencje będę ponosić tylko i wyłącznie ja. To moje życie i moje sumienie, to moje cierpienie i moja walka. Nikt nie ma prawa mi tego odbierać, ani mi tego narzucać.

A to i tak przecież nie są łatwe decyzje.

Nawet jeśli dowiem się, że dziecko jest śmiertelnie chore, to zawsze gdzieś w podświadomości błądzi ta myśl... A co, jeśli jednak będzie mieć szansę? A co, jeśli lekarz się myli? Przecież technologia jeszcze czasem zawodzi. Wbrew logice i mimo, że nie mówimy o chorobach takich jak zespół Downa, tylko o dużo cięższych wadach płodu, uszkodzeniach. Takich wręcz jak z horroru, których nikt nie chciałby oglądać na własne oczy. Ale umysł matki jest niezbadany. I to ona będzie w swojej głowie i sercu ważyła każde za i przeciw. To ona w swoim sumieniu i swojej moralności będzie rozważała, czy którekolwiek rozwiązanie da jej wewnętrzny spokój. A tak naprawdę żadne nie da. Cokolwiek by nie zrobiła, jakkolwiek by

nie zdecydowała, ta decyzja zaważy na całym jej życiu. To ona będzie z nią żyła.

To ona, nie rząd. Nie władza, nie partia rządząca. Nie kościół. To ona.

Mamy ciężkie czasy. Czasy koronawirusa, czasy pandemii i walki o swoje zdrowie i życie. Czasy olbrzymiego kryzysu gospodarczego, w którym ludzie i firmy walczą o przetrwanie. Wiele jest w tym kraju do naprawienia, wiele tematów do podjęcia przez rząd. Ale oni po raz kolejny próbują nas ograniczyć. Nas – kobiety, Polki, matki.

Dlaczego mimo tylu zmartwień, w dobie niepewnego jutra znów funduje nam się zamachy na naszą niepodległość? Co ma chronić ta ustawa? Płód ludzki, który nie ma szans na przeżycie? A dlaczego nie zdrową, silną kobietę, która jeszcze wiele może w życiu osiągnąć?

Powiedz komuś, zanim będzie za późno.

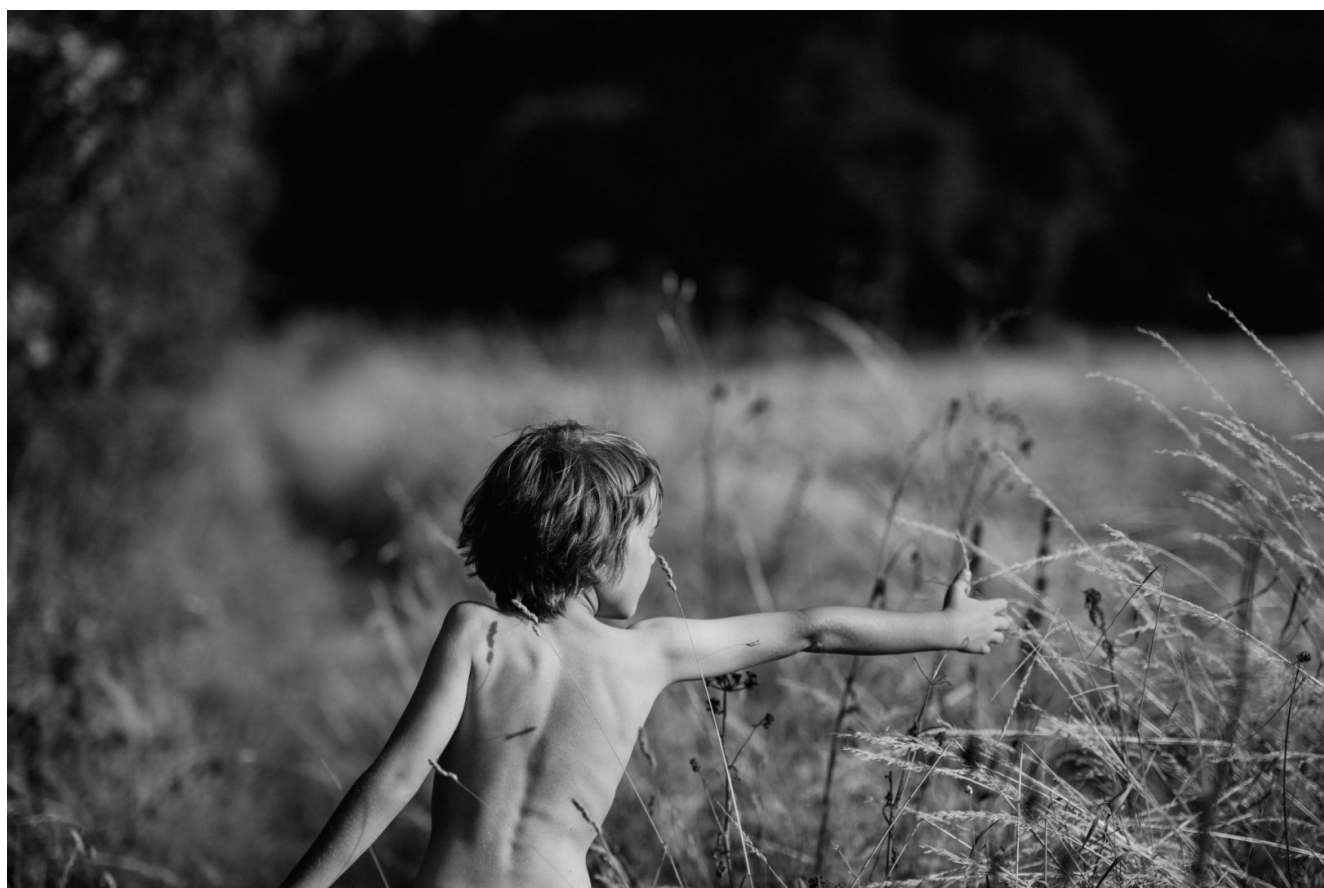
Wara od naszych macic i naszych wyborów. Od naszej niezależności. Wara od naszych ciał i naszych wyborów.

Przeczytaj też:

Takie przyjaźnie kończą się bez żalu. I Ty też powinnaś!

Matka jedynaka – egoistyczna łambadziara!

**Body shaming dzieci –
najwyższa pora z nim
skończyć. JUŻ.**



„Mamo, dlaczego ten pan śmiał się ze mnie, że jestem chudy? Ja nie chcę być chudy! Chcę być grubszy!” – powiedział do mnie mój sześciolatek syn jakieś dwa – trzy tygodnie po zdaniu, które, jak wiele innych podobnych w jego życiu, zostało

**wypowiedziane przy nim na głos.
Teoretycznie skierowano je do mnie, ale w
jego obecności.**

Body shaming dzieci – skinny shaming czy fat shaming –
zawstydzanie dziecko poprzez zwracanie uwagi na jego wagę,
przejawia się różnorako. U nas wygląda to mniej więcej tak:

Ale on chudy!

Ale z niego chudzielec!

Czy wy go w ogóle karmicie?

On chyba nic nie je!

Oj, niejadek wam się trafił.

Sama skóra i kości!

Żebra można liczyć!

Takie i podobne zdania mogłabym wymieniać bez końca. Mówione
przez dorosłych, obcych i znajomych, przez rodzinę i
przyjaciół. Teoretycznie w dobrej wierze i z troską. W
praktyce każde z tych słów, niczym pocisk, słyszało moje
stojące obok dziecko. A potem powoli w sobie trawiło i
przetwarzało.

**Ludzie nazywają innych brzydkimi na
różne sposoby.**

Czasem jest to określenie „grubasek”, innym razem
„kościotrup”. Czasem „rudzielec”, a czasem „okularnica”.
Ludzie wyrzucają z siebie głośne komentarze na temat wyglądu
dzieci – cechy, na którą dzieci nie mają wpływu – nie biorąc
pod uwagę, jak głęboko to w nich zostanie.

Więc chcę to dziś jasno i wyraźnie powiedzieć każdej osobie, która kiedykolwiek zwróciła na głos uwagę na to, że moje dziecko jest szczupłe: Noł szit, Szerlok. I wyobraź sobie, że on Cię słyszał. I zrozumiał. Ma oczy i lustro w domu, w którym widzi siebie i widzi, jak wyglądają inne dzieci. Nie tylko słyszał, co zostało powiedziane na jego temat, ale słyszał również jakim tonem zostało to powiedziane i z jakim wyrazem twarzy. I to go zabiło.

Więc zamiast przyjemnej rozmowy o tym, co będziemy robili w następny weekend albo co miłego się ostatnio zdarzyło, po raz kolejny tłumaczyliśmy dlaczego to dobrze być szczupłym i mieć dobrą przemianę materii oraz że dorośli ludzie muszą się specjalnie odchudzać, żeby być w dobrej formie i zachować dobry wygląd.

Moje dziecko urodziło się jako hipotrofik.

Tuż przed terminem, z bardzo niską wagą urodzeniową, ze wskazaniem do wielu badań i kontroli, z odroczeniem szczepień od neurologa. Był tak drobnutki, że tonął w najmniejszych niemowlęcych rozmiarach, a czapeczki dla noworodków wyglądały na nim jak namiot. Był delikatny i wrażliwy – i taki pozostał.

W czasie połogu, potem w pierwszym roku jego życia, kiedy dochodziłam do siebie, rozgryzałam **karmienie piersią**, które mi nie szło, przez cały okres **depresji poporodowej** zamartwiałam się jego wagą. Czy karmię go wystarczająco? Dlaczego nie umie ssać? Czy odpowiednio często go przystawiam? Dlaczego żadne z nas nie ogarnia tego tematu?

Koniec końców dość szybko przeszłam na butelkę, z korzyścią dla nas obojga, i wszystko było w porządku. Ale gdzieś z tyłu głowy, gdzieś w podświadomości jak uparta mucha wciąż krążyła myśl, że tempo jego przybierania na wadze nie było normalne.

Ale prawda jest taka, że nie ma czegoś takiego jak „normalne”.

Nie istnieje rozmiar odpowiedni i nieodpowiedni, tak samo jak nie istnieje nieodpowiedni czy odpowiedni kształt ciała. Gdyby którykolwiek z nich istniał, w sklepach sprzedawaliby tylko jeden rozmiar spodni, bluzek, czy sukienek.

Wystarczy spojrzeć na nas – jego rodziców – żeby wiedzieć dlaczego jest szczupły i wysoki. Oboje tacy jesteśmy. Oboje jako dzieci byliśmy z kategorii najszczuplejszych.

W klasie maturalnej ważyłam 45 kg przy 176 cm wzrostu. Przez całe lata nasłuchiłam się, że jestem anorektyczką, że można policzyć mi żebra, że jestem płaska jak deska, i wiele podobnych. Czy moje poczucie własnej wartości w ogóle istniało? Łatwo można sobie odpowiedzieć na to pytanie. Ale to nie były czasy, żeby ktokolwiek przejmował się tymi tematami.

Czy kompleksy ze mną zostały aż do dorosłości i ciągną się za mną po dziś dzień, chociaż już jestem grubo po trzydziestce? Zgadnij, Sherlocku.

Jakimś cudem body shaming dzieci jest w naszym społeczeństwie czymś akceptowalnym. W większości inteligentni ludzie zdają sobie sprawę, że dorosłych nie należy nazywać grubasami czy chudzielcami. Więc dlaczego ci sami inteligentni dorośli ludzie bez skrępowania robią to dzieciom? Może wydaje im się to zupełnie nieszkodliwe?

No to niespodzianka: body shaming dzieci jest szkodliwy jak diabli*.

Mam jedną małą prośbę. Następnym razem, kiedy zobaczysz dziecko, chłopca czy dziewczynkę, zresztą dorosłego też, i poczujesz nagłą i pilną potrzebę, żeby skomentować jego czy jej wygląd albo jakąkolwiek cechę, na

którą nie ma wpływu, **POWSTRZYMAJ SIĘ** i zastanów się, czy sam chciałbyś o sobie usłyszeć takie słowa.

Powiedz coś neutralnego, na przykład „Jaki słodziak!” albo „Ktoś tu chyba lubi Spidermana?”. Niech to będzie pozytywne, ale bez cienia oceniania. Choćby Cię wewnętrznie skręcało, żeby głośno zauważyć wzrost czy wagę dziecka.

Po prostu

tego

nie rób.

*Z badań WHO wynika, że polskie dziewczynki zajmują pierwszą pozycję wśród nastolatków z 42 krajów, jeśli chodzi o negatywną samoocenę.(...) Aż 61 polskich piętnastolatek uważa się za grube, przy czym prawie połowa z nich nie ma faktycznej nadwagi.

Psychologowie szukają powodów tak niskiej samooceny we wzorcach, które promują media i we współczesnym kulcie ciała. Winią też media społecznościowe, w których może pojawić się zdjęcie zrobione znienacka, co zmusza nastolatki do przychodzenia w makijażu do szkoły i myślenia o swoim wyglądzie niemal w każdej minucie. Więcej na ten temat tutaj: **KLIK**

Pandemiczna spowiedź matki



Kiedy to się zaczynało, nikt z nas nie wiedział co będzie dalej. Z dnia na dzień zamknęli nam żłobki, przedszkola, szkoły, nasze miejsca pracy. Nagle wszystko straciło swój rytm i swoją kolejność, poranki zaczęły się zlewać z wieczorami, dzień z nocą, życie prywatne z życiem zawodowym. Koronawirus zastał każdego z nas w innym momencie życia, wrzucając nas wszystkich do wspólnego worka. #ZostańWDomu – nawoływali wszyscy. A my, matki, przeklinałyśmy sytuację, w której się znalazłyśmy.

Na początku szukałam pozytywów.

Spędzę więcej czasu z dzieckiem, nie stracę czasu na dojazdy, będzie super – łudziłam się. Bo tak naprawdę z dnia na dzień musiałam zacząć ogarniać osiem godzin etatu godząc je jednocześnie z przygotowywaniem śniadań, obiadów i kolacji, sprzątaniem, gotowaniem i opieką nad dzieckiem.

Były takie dni, że płakałam,

nie godząc się na taką rzeczywistość. Nadal mam takie dni, na przykład wczoraj – kiedy moje dziecko płakało mówiąc mi, że teraz wszystko jest inne, że nie mam dla niego czasu. Bo siedzi w domu ze śladowym przeziębieniem, przez które nie może chodzić do szkoły, bo jak raz kaszlnie to każdy będzie myślał, że to korona. Absurd. Żyjemy w absurdalnej rzeczywistości.

Co, do cholery, masz zrobić, żeby ta doba wyglądała inaczej?

Zawalić pracę, żeby Cię zwolnili? Zignorować dziecko? Nie jeść? Żyć w chlewie?

Koronawirus nie zabija tylko tych, którzy oficjalnie w statystykach figurują jako cyferki w kolumnie „ofiary śmiertelne”. Zabija też, i to dość skutecznie, pracujące matki. Czuję, jak z dnia na dzień coraz bardziej się wypalam. Budzę się o 6:00, rzucam w wir obowiązków, żonglując dość nieumiejętnie pomiędzy pracą zarobkową a obowiązkami domowymi, i padam jak nieżywa koło 21:00, czasem trochę później jeśli mam lepszy dzień. Dobrze chociaż, że niedawno dołączył do nas pies, którego obecność pomaga mi uciec czasem w samotność i ciszę na spacerze.

Nie na to się pisałam,

nie na to się w życiu godziłam, kiedy kilka lat temu bardzo świadomie podjęłam decyzję, że własna działalność i praca z domu to nie dla mnie. Bo biuro ma być biurem, a dom domem. Praca pracą, a rodzina rodziną. Aż nagle mój mąż i moje dziecko są moimi kolegami z open space'u. Stół, przy którym jadałam stał się moim biurkiem. A w przerwie na lunch trzeba nakarmić nie tylko siebie.

Ile razy od marca powiedziałaś: „zaraz”, „za chwilę”, „nie teraz”, „nie przeszkadzaj”, „jak skończę to, co robię”?

Ile razy biczowałaś się wewnętrznie za to, że posadziłaś dziecko z tabletem, bajką, jutubem, czy innym netflixem, bo po drugiej stronie słuchawki był Twój szef czy koledzy z zespołu?

Nie ma czegoś takiego, jak work-life balance.

Nie istnieje równowaga pomiędzy pracą, która jest w domu, i życiem, które toczy się pod tym samym dachem. Coś się zawsze dzieje kosztem czegoś. Elastyczność nie istnieje, zapomnijcie o tym, to bullshit jakich mało.

Od początku pandemii jedno uczucie towarzyszy mi nieustająco. Jest ze mną w dzień i w nocy. Kiedy zasypiam i kiedy się budzę. To poczucie winy.

Bo nie umiem zorganizować mojemu dziecku czasu tak, aby nie poświęcał go na siedzenie przed ekranem. Nie mam na to siły, czasu, energii.

Bardzo często w domu zwyczajnie mam pieprznik, nie nadążając sprzątać kuchni po każdym posiłku, bo przecież muszę tuż po zjedzeniu wracać na szychtę do kompa.

Jest mi wstyd, że przez to nie można do mnie wpaść z niezapowiedzianą wizytą.

Jest mi wstyd, że kiedy ogarniam jakoś dom i rodzinę, nie zdążam zrobić wszystkiego, co sobie zaplanowałam w pracy.

Że wszystko jest jakieś. Ani najlepsze, ani nawet dobre. Często zrobione powierzchownie.

Czuję bezsilność, niemoc, jestem tylko człowiekiem. I wiem, że moje dziecko to widzi. Dużo częściej się do mnie teraz przytula, jakby podświadomie czując i widząc, przez co wszyscy

przechodzimy.

Ile to jeszcze potrwa?

A może tak już będzie na zawsze? Czy w takiej rzeczywistości będę musiała wychowywać mojego syna? Uczyć go, że to jest normalne?

Nie wiem i nie chcę tego wiedzieć, staram się nad tym za często nie zastanawiać.

Ale jeśli kiedykolwiek poczułaś się tak, jak ja – wiedz, że nie jesteś sama.

Przeczytaj też:

Toksyczna przyjaźń, którą kończę bez żalu (i Ty też powinnaś)

Jak polubić siebie – krótki poradnik z życia wzięty