

مشاكل الأمهات العاملات مع قدوم موسم الإجازات



إن كانت الإجازة الصيفية تعني للأطفال التحرر من الالتزامات والواجبات المدرسية، والانطلاق للمرح والترويح عن النفس، فهي بالتأكيد لا تعني كذلك بالنسبة إلى كثير من الأمهات العاملات، إذ تبدأ عندهن سيناريوهات القلق على الأبناء. فما العمل عندما تكون الأم غائبة في عملها والأبناء في إجازة؟

كيف سيقضي الأطفال في البيت وحدهم؟ من سيرعاهم؟ كيف أجعلهم يستفيدون من وقت الفراغ الطويل؟ كيف أضمن عدم قيامهم بأي أعمال تشكل خطورة على أنفسهم في غيابي؟ ما البرامج المناسبة لشغل أوقات فراغهم داخل البيت؟ هذه الأسئلة القلقة وغيرها بعض ما يدور في أذهان الأمهات العاملات، بسبب ظروف تتكرر أكثر من مرة في العام عند الإجازات الطويلة أو القصيرة. إذ يشكل موسم إجازات الأبناء من المدارس بالنسبة إلى الأمهات العاملات حدثاً غير عادي، حيث تكون الأم خارج البيت في وقت يكون فيه أطفالها داخله. فإلى أي مدى تمثل هذه المشكلة إزعاجاً للأمهات؟ وكيف تستطيع الأمهات العاملات تدبر هذه المسألة؟ وما خبراتهن في هذا الموضوع؟ إليكم آراء نخبة من المتخصصين حول الموضوع ذاته.

كا بوس:

تؤكد إسراء يوسف (مترجمة، أم لأربعة أطفال) "أن هناك الكثير من قصص المعاناة التي تعيشها الأمهات العاملات في موسم الإجازات المدرسية، وذلك نظراً إلى وجود الأطفال في البيت أثناء دوام الأمهات في أعمالهن" مشيرة إلى أنها واحدة منهن، وتقول: "تمثل فترة إجازات أطفالتي من المدرسة بالنسبة إليّ ما يشبه الكابوس، فعدم وجود خادمة في البيت، إضافة إلى تعذر الحصول على إجازة من عملي في موسم إجازات المدارس نفسه، يجعلني طوال اليوم أغلي على رجل القلق عليهن فأصل أكثر من مرة في الساعة للاطمئنان على الوضع". وتصف إسراء شعورها خلال تلك المرحلة قائلة: "اعتبر هذه الفترة من أصعب الفترات التي تمر عليّ، وأعلن حالة الطوارئ في البيت، حيث أقوم باحتياطات عدة تضمن سلامتهم في البيت، مثل: إخفاء الآلات الحادة من المطبخ، تأمين الغاز، وأقوم بتحضير وجبات مناسبة وأجعلها في متناول أيديهم وغيرها من الأمور". وتحرص إسراء كذلك على تزويد أطفالها بأكثر من رقم هاتف لها ولوالدهم وبعض المقربين، كما تنبه عليهم بالاتصال بها أو بهذه الأرقام في حال حدوث أي

هذا الوضع "غير المريح أبداً" كما تصفه إسرائ، يستوجب في رأيها أن تكون لديها حلول أشمل تتعلق بقوانين العمل بالنسبة إلى الأمّهات العاملات، حيث تكون هناك مرونة أكثر عند أرباب العمل لإعطائهنّ الأولوية في الإجازات توقيتاً مع إجازات الأبناء.

ما باليد حيلة:

وتعترف سارا سالم (موظفة في دائرة حكومية وأم لطفلين) بأنّ المدرسة تمتصّ قدراً كبيراً من طاقة الصغار أثناء النهار. وتقول: "لذا فمن الطبيعي لأيّ أم عاملة أن تنزعج من أيام الإجازة المدرسية، فوجود الأطفال في البيت بطاقة كبيرة، من شأنه أن يزيد من عصبيتها وتوترها بسبب القلق عليهم أياً كانت أعمارهم". وتضيف موضحةً: "أتوقع مثلي أن تشعر أيّ أم عاملة بشيء من الذنب أو بعدم الاطمئنان، وهي تترك أطفالها في البيت وتتفرغ للعمل، أنا لا أحتمل هذه الفكرة أبداً، لذا أحاول بقدر الإمكان أن آخذ إجازتي السنوية بالتوقيت مع إجازاتهم، وفي حال عدم تمكني من ذلك فأنا أتركهم مع جداتهم أمي أو أم زوجي". لكن سارا تعود لتقول: "لا يبدو الوضع مناسباً كثيراً في تحميل أمهاتنا من كبار السن مسؤولية أطفال كثيري الحركة، حتى لو كان لفترة محدودة، لكن ما باليد حيلة".

غير مريح:

أما هبة يوسف (مُدرسة وأم لطفلين) فتؤكد أنها، وعلى الرغم من عملها في مجال التدريس، لا تستطيع أن تأخذ إجازتها كاملة مع إجازات أطفالها، كاشفة أنها ليس أمامها من حل إلا أن تتركهم بالتناوب أحياناً مع والدّة زوجها، ومبرات أخرى مع أختها. وتعلق قائلةً: "هذا الوضع غير مريح إطلاقاً بالنسبة إليّ، فما ذنب حماتي وأختي؟ أشعر بأنني أكلّفهما ما لا طاقة لهما به، فرعاية الأطفال مرهقة جداً ولا تقدر عليها سوى الأمّهات، لكن لا حلول لديّ لهذه المشكلة، إما أن أفعل ذلك أو أتركهم وحدهم في البيت، ويظل القلق عليهم ينهشني طوال النهار، ماذا فعلوا؟ ماذا يحدث إذا واجهوا طارئاً مثل الحريق مثلاً؟ هل أغلق عليهم الباب أم أتركه مفتوحاً؟ وغيرها من الأسئلة، الأمر الذي يشتت تفكيري عن العمل، فأظلّ معلقة في دائرة من الهموم والشكوك إلى أن أعود إليهم". وتؤيد هبة الرأي السابق الذي يقول إنّ المدرسة تحلّ كثيراً من مشكلات الرعاية والتوجيه التي يواجهها أولياء الأمور مع الأبناء أثناء النهار، وذلك "لأنّها توظف حيويّتهم في الأنشطة الأكاديمية المختلفة، ووجودهم في البيت في غياب الأمّ بالذات يجعلهم بمثابة القنابل الموقوتة".

الحل.. الخادمة:

أما زينب ماجد (مُدرسة لغة عربية في مدرسة) خاصة وأم لطفل واحد وآخر على الطريق، فتقول إنّها وبعد أن جربت حلولاً عدة تساعدها على الاعتناء بطفلها أثناء وجودها في الدوام، وجدت "أنّ" الخادمة الأمينة هي الحل المناسب، لافتة إلى أن وجود الطفل، خاصة من الأعمار الصغيرة في البيت مع رعاية معقولة، بينما والدته في العمل، أفضل له بكثير من الالتحاق بأيّ أماكن أخرى خارج البيت في مثل هذه الظروف. تأخذ زينب نفساً ثمّ تواصل كلامها مشيرة إلى "أنّ" الأمّ تضمن أن بيئة بيتها والطعام الذي يُقدّم لطفلها آمن وصحي، بينما يعرضه الخروج من البيت للاحتكاك بأطفال آخرين في أماكن رعاية أخرى، وبالتالي التقاط جملة من الأمراض، إضافة إلى التكلفة المادية العالية التي يتطلبها هذا الخيار".

وإذ نتحدث عن وضعها الشخصي، تقول: "لديّ خادمة أثق بها، لذا أترك طفلي معها في البيت، وأطمئن عليه من حين إلى آخر، من دون اضطراري إلى حملة معي صباحاً إلى مكان رعاية ثمّ أعيده في المساء، إذ إنّ هذه عملية مرهقة جداً بالنسبة إليه وإليّ، وأفضل له المكوث في البيت مع الخادمة التي تساعدني، إضافة إلى ذلك، في بعض شؤون المنزل مثل التنظيف والطهو".

خطة :

تتمثل خطة الدكتورة أريج محمّد (طبيبة نسائية، أم لأربعة أطفال) في احتواء أزمة وجود الأبناء في البيت أثناء الإجازات بينما تكون هي في العمل، في محاور عدة تشرحها بالقول: "قبل بداية موسم الإجازة أجلس مع زوجي ونضع جدولاً متكاملًا إشراكهم في بعض الدورات الترفيهية والثقافية، كما نرتب مواعيد دوام زوجي، بحيث يكون في معيبتهم في كلّ الأوقات التي أكون أنا فيها في العمل". وعلى صعيد آخر، وبحكم عملها طبيبة، فإنّ الدكتورة أريج تكشف أنها تغير جدول عملها الصباحي بالتنسيق مع زميلاتها إلى جدول ليلي، وتضيف: "بحيث أستطيع رعاية أبنائي في النهار والخروج معهم للمطاعم أو بعض البرامج الترفيهية، إذ لا بدّ من هذه البرامج التي يحرمون منها أثناء فترات الدراسة، وبهذا لا أشعر بالذنب لأنني أحرّمهم من أمور يحبون ممارستها في الإجازة. وفي المساء عندما أعود إلى عملي أطمئن إلى أنّهم داخل أسرّتهم بعد قضاء يوم حافل معهم".

شغب :

من ناحيتها، تجد نانسي عبدالرحمن (موظفة في شركة تأمين، أم لثلاثة أطفال) "أنّ الخادمة يمكنها أن تحل مشكلة وجود الأطفال في البيت أثناء الإجازة جزئيًا، من خلال رعايتهم وتأمينهم من المخاطر الكبيرة". لكنها تشير إلى أنّ الطاقة التي يتمتع بها الأطفال في الأعمار الصغيرة، تجعلهم يكثرّون من أعمال الشغب داخل البيت والمشاجرات، ما يصعب أحيانًا السيطرة عليهم من قبل الخادمة، فيعود ذلك على الأم بخسائر مادية كبيرة.

إضافة إلى ذلك كله تقول نانسي: "عندما أعود آخر النهار متعبة ومرهقة، أشعر بالذنب لأنهم لم يخرجوا من البيت أيامًا عدة، ففي ذهابهم إلى المدرسة يوميًا وعودتهم على الأقلّ ترويح لهم، لكنني أسأل نفسي كيف أتمكن من الحفاظ على حقهم في الاستمتاع بالإجازة وواجباتي كموظفة تعمل من أجل تأمين مستقبل أفضل لهم؟". وتختتم بالقول: "نتيجة لذلك، أضطر إلى أن أذهب بهم إلى الحدائق وأماكن الترفيه، ما يعود عليّ بالإرهاق الذهني والجسدي، إذ إنّ الخروج أثناء أيام الدراسة يكون أثناء عطلات آخر الأسبوع فقط".

اعتماد :

وإذ نتحدث عن تجربتها مع وجود أبنائها في البيت أثناء الإجازة، تؤكد انتصار عليّ ناجر (موظفة، وأم لستة أبناء) أنّهم "كلما كبر الأبناء وتقدموا في مراحل الدراسة أصبحوا أكثر اعتمادًا على أنفسهم في أمور كثيرة، منها تناول الوجبات والاعتناء بأنفسهم من المخاطر، فيخف القلق عليهم وعلى سلامتهم، ما يسهل على الأم العاملة الكثير، إذ يمنحها ذلك وقتًا أكبر للراحة النفسية والصفاء الذهني، وهو ما كان ليتحقق لو كانوا في أعمار صغيرة ويعتمدون كليًا على غيرهم". لكن، على الرغم من ذلك، تقول انتصار إنها تتواصل مع أبنائها عن طريق الهاتف أكثر من مرة في اليوم لتطمئن على الأوضاع "إذ إن مشاكل هذه المرحلة تستوجب مراقبتهم، خاصة في تعاملهم مع جهاز الكمبيوتر وكلّ الألعاب الإلكترونية الموجودة، حتى يتعاملوا معها بشكل مسؤول". وهي تؤكد أنها، لحل هذه المشكلة وملاء فراغهم بما يفيد، تُسجلهم في دورات للتقوية الأكاديمية وغيرها من الدورات الترفيهية والأنشطة.

تنظيم :

أكبر مشكلة تواجه رولا محمّد (موظفة في شركة عقارات، وأم لخمسة أطفال) إنّها لا تجد شخصًا مستعدًا لتحمل رعاية الأبناء في موسم إجازة المدارس، حيث إنها تلفت إلى "أنّ هذا الوضع ليس صعبًا على الأم وحدها، وإنما قد لا تتحمّل الخادمت أيضًا". وتضيف موضحةً "أن وجود الأبناء في البيت

مشكلة كبيرة، إذ يسبب تغييراً في مواعيد النوم والاستيقاظ في شهور الإجازة، وكلّ القواعد التي يسير عليها المنزل تنقلب رأساً على عقب، ويحتاج هذا الوضع بشدة إلى وجود الأم في البيت، ما يجعل مهمة المرأة العاملة قاسية ومضاعفة. لكن المفتاح لهذه المعضلة من وجهة نظر رولا "يكون بأن تندبر الأم العاملة أمورها قبل العطلة، وتجد الحل المناسب لها". أما في ما يتعلق بها شخصياً، فهي تؤكد أنها تلجأ إلى تنظيم الوقت وإشراك الأبناء الأكبر سناً والزوج في مسؤوليات السيطرة على الأبناء الأصغر سناً في النهار أثناء غيابها في العمل.

قلق وتوتر:

إلى أي حد يمكن أن يكون وجود الأبناء في البيت والأمّهات في العمل مزعجاً من الناحية النفسية بالنسبة إلى الأم العاملة؟ وما النصائح النفسية التي يمكن تقديمها في هذا الإطار؟ يقول استشاري الطب النفسي الدكتور طلعت مطر: "إن رعاية الأولاد تعتبر جزءاً أساسياً في حياة المرأة"، مؤكداً "أنّ هذا الدور الاجتماعي له علاقة وطيدة بالصحة النفسية للمرأة، ويمكن أن يصبح مصدراً لقلقها إن شعرت بأي تقصير فيه". ويشير إلى أنّ "في ما يتعلق بالوضع الذي تكون فيه المرأة في العمل، بينما يقضي أبنائها ساعات الإجازة في البيت، فإنّ التأثير النفسي بهذا الوضع يختلف من امرأة إلى أخرى، حسب قدرتها واستعدادها للتكيف مع الأحوال التي تخص رعايتها لهؤلاء الأبناء وطبيعة علاقتها بهم، ونوع الرعاية التي تقدمها لهم، واعتماداً على كل هذه الأمور، تقل أو تزيد المعاناة النفسية للأم".

وعن أهم الآثار النفسية التي يمكن أن تنعكس على الأم بسبب تركها الأولاد داخل البيت والانخراط في دوام العمل، يقول الدكتور طلعت مطر: "إنّ إحساس الأم بالقلق والشعور بالذنب وميلها إلى تعويض الأبناء عن ساعات، يقودها إلى أن تسجن نفسها في دائرة محاولات حثيثة لتكون أمّاً صالحة، حتى لو استخدمت طرقاً خاطئة لتعبر عن ذلك، مثل تدليل أبنائها بشكل مبالغ فيه ومضّر". ويؤكد "أن من الآثار النفسية أيضاً، الضغوط التي تنتج عن محاولة المرأة العاملة أن تثبت لمن حولها أنها تستطيع أن ترعى أطفالها تحت كلّ الظروف، إنما تأتي فترة الإجازة هذه، لتدخلها في امتحان حقيقي وصعب، فتزيد همومها وأعبائها، إذ إنّ المدرسة كانت تخفف عليها فاتورة القلق على أولادها، وتمنحها راحة نفسية بما تحقّق لها من طمأنينة عليهم لساعات عدة في اليوم، لكن في أيام الإجازة ينقطع هذا الملاذ الآمن، ويبقى تحمّل عبء الأطفال ومسؤوليتهم على الأم وحدها". ويقول الدكتور مطر: "إنّ زيادة هذه الضغوط في فترة إجازات المدارس، تُعرض المرأة العاملة إلى جملة من الاضطرابات النفسية. فعدا احتمالات إصابتها بالاكتئاب والإحساس بالذنب، فإنها تعاني التشتت بين ضرورة القيام بعملها كموظفة عليها إثبات قدرتها الوظيفية، وبين رعاية أطفالها في البيت، الأمر الذي يوقعها في برائن التوتر الذي ينعكس على سلوكياتها وتصرفاتها، وقد يؤدي الأمر بها إلى بعض الأمراض النفس جسمية، مثل: الأرق، الصداع، فقدان الشهية واضطرابات الجهاز الهضمي وغيرها من الأمراض الجسدية".

خطورة:

وعن كيفية تعامل الأمّهات الموظفات مع وجود الأبناء في البيت أثناء الإجازة، وحتى يستطعن إدارة هذا الوضع بسلام، يلفت عدنان عباس (مستشار تربوي وأكاديمي ومدير إحدى المدارس الخاصة) الانتباه إلى "أن وجود الأولاد في البيت في موسم الإجازات من دون وجود شخص ناضج معهم، قد يشكّل نوعاً من الخطورة عليهم، لاسيّما إذا كانوا في أعمار تستلزم الرعاية والمتابعة الدقيقة". ويؤكد "أنّ لدى الأبناء في سن المدارس طاقة داخلية كبيرة عليهم تفريغها حتى لا تسبب لديهم كثيراً من المشكلات النفسية والجسدية، إذ إنهم إذا تركوا في وقت فراغ غير مفعّل، مع عدم وجود الأم في البيت، فسيؤدي ذلك لا محاولة إلى نتائج سلبية كثيرة". ويوضح أنّ "في الإجازة يتوافر للتلاميذ وقت كبير بسبب توقفهم عن الدروس الأكاديمية وإنجاز الواجبات المدرسية، ولابدّ من التفكير في كيفية ملء وقت الفراغ هذا بما يفيدهم". ولذا، ومن جهة نظر عدنان عباس فإن "على أولياء الأمور، خاصة الأسر التي تكون فيها الأم عاملة، التخطيط ووضع البرامج لمثل هذه الإجازات، كما يجب العمل على توفير ما يناسبهم من أنشطة اجتماعية وثقافية وترفيهية من خلال الأندية والمؤسسات المعروفة، لصقل مواهبهم وتنمية مهاراتهم وإنعاش عقولهم بما يفيد. كما أن على أولياء الأمور كذلك معرفة الميول المختلفة لأبنائهم وتطلعاتهم وهواياتهم، ومحاولة توفير نشاط مناسب لهم كلّ حسب رغبته".

ويعلق عدنان عباس على أهمية وجود الأم في البيت أثناء الإجازات، لأنها في رأيه "تستطيع أن تسيطر على وضع الأبناء وتراقبهم وتنظم لهم وقتهم بما يفيد"، موضحاً أنّ "في حالة اضطراب الأم إلى

التغيب في العمل، فهناك الكثير من الوسائل لرعاية الأطفال أثناء غيابها، وعليها أن تلجأ إليها لحل هذه المشكلة، فإن كان للأسرة المقدرة المادية فعلها إلحاقهم بمراكز الأنشطة التي سبق ذكرها أو حتى إعطاؤهم دروس تقوية في بعض المواد الأكاديمية أو الكمبيوتر أو الموسيقى وغيرها من الأنشطة، وفي حال عدم توافر ذلك، فعلى الأم والأب تنظيم جدول في البيت للأبناء، بحيث يتم توزيع بعض المسؤوليات والمهام البسيطة عليهم لشغل وقتهم بما يفيد، إضافة إلى توجيههم للأنشطة المفيدة في البيت، مثل القراءة، ومشاهدة بعض البرامج التلفزيونية المفيدة وغيرها".