



„Wychowanie w Rodzinie” t. XXIV (1/2021)

nadesłany: 26.10.2021 r. – przyjęty: 30.11.2021 r.

Monika LEWICKA*

Matka Polka Pandemiczna**
– życie codzienne współczesnych matek w czasie pandemii

**Polish Pandemic Mother– everyday life of modern mothers
during the pandemic**

Abstrakt

Cel. Celem artykułu jest ukazanie macierzyństwa w trudnej, kryzysowej sytuacji, w której znalazły się kobiety-matki na skutek pandemii wywołanej wirusem SARS-CoV-2. Celem jest również zwrócenie uwagi na konieczność rekonstrukcji codzienności, której musiały dokonać matki, aby poradzić sobie w obliczu nowych trudności: połączeniem życia rodzinnego z pracą zawodową i wsparciem dzieci w edukacji. Artykuł pokazuje również zagrożenia i wyzwania dla macierzyństwa wobec pandemicznej rzeczywistości.

Materiał i metody. W ramach prac nad tekstem posłużono się metodą badawczą *desk research*. Przeanalizowano dane zastane (raporty, informacje dostępne na blogach, rezultaty badawcze) dotyczące problematyki zawartej w tytule.

* **e-mail: Monika.Lewicka@ukw.edu.pl**

Katedra Badań nad Edukacją Estetyczną, Wydział Pedagogiki, Uniwersytet Kazimierza Wielkiego w Bydgoszczy, J.K. Chodkiewicza 30, 85-064 Bydgoszcz, Polska
Department of Aesthetic Education Research, Faculty of Pedagogy, Kazimierz Wielki University in Bydgoszcz, J.K. Chodkiewicza 30, 85-064 Bydgoszcz, Poland
ORCID: 0000-0001-5685-7861

** Zwrot taki został użyty m.in. w: Stawikowska, E. (2020). *Epidemia uderza w kobiety. Partnerstwo? Brzmi fajnie, ale teraz to prawie niemożliwe*. Pobrane z: <https://www.newsweek.pl/polska/epidemia-koronawirusa-uderza-w-kobiety-partnerstwo-fajnie-brzmi-ale-w-teorii/e4pxnv4>; WP Kobieta. (2020). *Matka Polka Pandemiczna, czyli Julita Olszewska. „Igi czasem mówi mi, że mogłabym być miłsza”*. Pobrane z: <https://kobieta.wp.pl/matka-polka-pandemiczna-czyli-julita-olszewska-igi-czasem-mowi-mi-ze-moglabym-byc-milsza-6512557539719297a>; Minta, D. (2020). *Pandemiczne matki*. Pobrane z: <https://natemat.pl/blogi/dorotaminta/327799,pandemiczne-matki>.

Wyniki. Po refleksji na temat kwestii opieki nad dziećmi można dojść do wniosku, że sytuacja związana z pandemią niejako wymusiła rekonstrukcję dotychczasowego życia, w tym ról i zadań matek. Do obowiązków opiekuńczych pracujących matek dołączyły kolejne, dotyczące edukowania dzieci. Pojawiła się nowa kategoria określana jako pandemiczna rzeczywistość, w której istotną rolę zaczęła odgrywać Matka Polka Pandemiczna, zwana też Matką Pandemiczną Wielozadaniową. Gwałtowne zmiany spowodowały, że część kobiet musiała zrezygnować z obowiązków zawodowych albo próbować łączyć je z często całodobowym macierzyństwem. Wycofanie się matek z pracy nie zawsze było spowodowane zachorowaniem, lecz często koniecznością zajęcia się dziećmi. Na podstawie dostępnych raportów warto zauważyć, że w trakcie pandemii 10% Polek straciło pracę, ponadto kobiety częściej niż mężczyźni wykonywały pracę zdalnie, a jednocześnie zajmowały się dziećmi. Pandemia nie zmieniła podziału obowiązków domowych. Panie doświadczały również pogorszenia samopoczucia psychicznego, labilności emocjonalnej, irytacji i podenerwowania.

Wnioski. Pandemia odcisnęła swoje piętno na wielu obszarach życia społecznego, sytuacji gospodarczej i rynku pracy. W dużym stopniu wpłynęła również na rodzinę – w sposób szczególnie dotkliwy na matki, które musiały w nowej, trudnej i niepewnej sytuacji, w niezwykle szybkim tempie dokonać rekonstrukcji życia codziennego. Warto odwołać się do dobrych praktyk – bardzo cenne okazało się zaoferowanie rodzinom bezpłatnych konsultacji psychologicznych. Dobrym rozwiązaniem może być również elastyczność co do miejsca i czasu świadczenia pracy.

Słowa kluczowe: pedagogika, matka, macierzyństwo, dziecko, rodzina, codzienność, pandemia COVID-19.

Abstract

Aim. The aim of the article is to show motherhood in a difficult, crisis situation in which women-mothers found themselves as a result of the pandemic caused by the SARS-CoV-2 virus. The aim of the article is also to indicate the need to reconstruct everyday life, which mothers had to make in order to cope with a new situation, in the relationship between family life, professional work, and support in the child's education. The article also points to the dangers and challenges of motherhood in the face of the pandemic reality.

Material and methods. As part of the work on the text, the desk research method was used. The existing data (reports, information available on blogs, and research results) concerning the issues addressed in the title were analysed.

Results. In the reflection on the issue of childcare, it can be seen that the situation related to the pandemic has somehow forced the reconstruction of the previous life, including the roles and tasks of mothers. The caring tasks of working mothers were augmented by tasks related to the education of children. A new category has appeared, referred to as pandemic reality, in which the Polish Pandemic Mother and the Pandemic Multitasking Mother began to play an important role. Rapid changes have meant that some women had to give up their professional work or try to combine it with, round-the-clock motherhood. The withdrawal of mothers from the performance of their professional duties wasn't only caused by getting sick, but also as a result of performing parental duties. Referring to the available reports, it is worth pointing out that during the pandemic, 10% of women lost their jobs, and, more often than men, they worked remotely while taking care of children. The pandemic hasn't changed the division of household chores. The women also experienced a deterioration in mental well-being, emotional lability, irritation, and nervousness.

Conclusions. The pandemic has left its mark on many areas of social life, the economic situation, and the labour market. It also had a significant impact on the area of family life - in a particularly severe way on mothers, who had to reconstruct everyday life in a new, difficult, and uncertain situation at an extremely fast pace. It is worth referring to good practices, which indicate that it was extremely valuable to offer families free psychological consultations. Flexibility as to the place and time of work may also be a good solution.

Keywords: pedagogy, mother, motherhood, child, family, everyday life, pandemia COVID-19.

Wprowadzenie

Problematyka macierzyństwa jest przedmiotem zainteresowań badawczych przedstawicieli wielu dyscyplin naukowych, zwłaszcza psychologów, socjologów i pedagogów. To zainteresowanie wynika z trudności w utrzymaniu niezachwianej dynamiki procesów związanych z rodzeniem dzieci, oczekiwanej przez społeczeństwa europejskie. Nie jest to jedyny powód. Przyglądanie się macierzyństwu wynika także ze zmian, które nastąpiły w XX wieku w postrzeganiu kobiet i ról pełnionych w rodzinie zarówno przez nie, jak i przez mężczyzn (Włodarczyk, 2009). Anthony Giddens stawia tezę, że „nie ma dzisiaj zmian poważniejszych i bardziej spektakularnych od tych, jakie zachodzą w obrębie małżeństwa, rodziny, życia osobistego i relacji emocjonalnych” (Giddens, 2006, s. 260). Szczególnego znaczenia nabiera troska o macierzyństwo w sytuacji trudnej – w pandemicznej rzeczywistości spowodowanej rozprzestrzenianiem się wirusa SARS-CoV-2.

W refleksji na temat koronakryzysu, obejmującego różne sektory życia społecznego, w debatach dotyczących pandemii brakuje jednego zasadniczego zagadnienia – tak jakby było przezroczyście czy niewidoczne. A jednak generuje ono olbrzymie koszty nie tylko ekonomiczne, lecz przede wszystkim społeczne. Chodzi o kwestię opieki nad osobami zależnymi. I choć przepisy o opiece nad dziećmi były jednymi z pierwszych spraw do uregulowania, to jednak nie wybrzmiały wystarczająco głośno. Całkowity *lockdown* gospodarki ujawnił, w jakiej mierze wykonywanie pracy przez pracownika (w tym głównie przez matki) zależy od zapewnienia opieki dzieciom. Ukazał on również, jak istotna jest pomoc osób wspierających rodziców w wykonywaniu przez nich opieki nad potomstwem, w tym pomoc bliskich, np. dziadków (co ważne – nie każdy rodzic miał takie możliwości). Tak więc w sytuacji, w której ogłaszano zamknięcie żłobków, przedszkoli, szkół i innych instytucji opiekuńczych, stało się niemal jasne, że część pracowników będzie zmuszona skorzystać ze zwolnień, aby zająć się dziećmi. Wiele osób nie mogło więc pracować wcale lub w dotychczasowym wymiarze godzin. Wycofanie się z wykonywania swoich obowiązków nie było spowodowane chorobą,

lecz koniecznością pełnienia obowiązków rodzicielskich. Sytuacja ta zdecydowanie częściej występowała wśród kobiet (Godlewska-Bujok, 2020).

Określenie pojawiające się w tytule – Matka Polka Pandemiczna – jest nawiązaniem do toposu Matki Polki. Kształtował on ideał polskiej kobiety przez ponad dwa wieki (i jest nadal obecny w świadomości ogółu społeczeństwa) jako osoby idealnej, pozbawionej egoizmu, całkowicie poświęcającej się dla swojego dziecka i ojczyzny. Matkę Polkę uważano za wzór kobiecości, zdolną do postawy heroicznej. Warto podkreślić, że choć zauważano jej zmęczenie i przeciążenie obowiązkami, to jednak ukazywano ją jako kobietę silną i radzącą sobie ze wszystkim (Sikorska, 2012). Współcześnie – zwłaszcza w kontekście pandemii – topos Matki Polki odnosi się do matki przeciążonej, ale przekonanej o swoich niezastąpionych kompetencjach w wykonywaniu różnych zadań (Imbierowicz, 2012). To kobieta, która pomimo wielu trudności i zadań, radzi sobie doskonale. Matka Polka Pandemiczna pracuje zdecydowanie więcej niż przed pandemią, ma też dodatkowe obowiązki, ponieważ jednocześnie jest menadżerką życia codziennego, zajmuje się domem i utrzymaniem w nim porządku, jest kucharką, a często również terapeutką i nauczycielką.

Macierzyństwo w czasie pandemii – rekonstrukcja codzienności

Choć pojęcie codzienności fenomenolodzy uznali za rzeczywistość podstawową, to należy ono do pojęć wieloznacznych i trudnych do analizy. Jest również kategorią potoczną i rozumianą w społeczeństwie jako „znacząca i wyznaczająca kształt i kondycję ludzkiego życia” (Wysocka, 2010, s. 401). Codzienności nadano charakter najważniejszego wymiaru życia społecznego i zaczęto rozpatrywać ją jako obszar, w którym zachodzi nie tylko reprodukcja porządku zbiorowego, lecz także jest on przetwarzany i wytwarzany od podstaw (Drozdowski, 2019). Codzienność można również definiować jako rzeczywistość niepożądaną, jałową, bo przewidywalną, a więc nie pozwalającą zrealizować potrzeby doświadczenia i poznawania nowych rzeczy, prowadzącą do zmęczenia życiem. Jednak często jednostka traktuje ją jako ucieczkę właśnie przed nowymi, zaskakującymi sytuacjami, na które nie ma przygotowanych schematów działania. Taka ucieczka w normalność jest wyrazem potrzeby bezpieczeństwa (Wysocka, 2010).

Codziennosc ma wymiar czasowy i przestrzenny, ponieważ zwyczajne życie jest mniej lub bardziej skoordynowanym osobistym (wewnętrznym) doświadczeniem czasu i przestrzeni. Brak spójności pomiędzy „zewnątrznym” a „wewnętrznym” czasem może prowadzić do zaburzeń w życiu codziennym jednostki, która będzie odbierać świat nieadekwatnie do rzeczywistości (Mateja-Jaworska, Zawodna-Stephan, 2019; Wysocka, 2010). Kiedy podejmujemy rozważania nad czyjąś codziennością, poprawne jest po-

sługiwanie się pojęciem „życie codzienne”, które odnosi się do nas, do jednostki lub grupy społecznej (Mateja-Jaworska, Zawodna-Stephan, 2019). Stanowi ono całokształt rzeczywistości doświadczanej w trakcie świadomej aktywności podmiotu realizowanej w ciągu doby. Zachodzi w obrębie wspólnych znaczeń, symboli, określonej wiedzy będącej bazą informacyjną do radzenia sobie w różnych sytuacjach interakcyjnych i praktycznych (codziennych) oraz działań schematyzowanych, praktycznych, które odbywają się w określonym sekwencyjnie następstwie zdarzeń (Wysocka, 2010).

Wiosną 2020 roku z powodu pandemii COVID-19 nauczanie na odległość (jak i w większości praca zawodowa) stało się codziennością, niezależnie od woli nauczycieli, dzieci, a także rodziców (Catek, 2021). Ta sytuacja niejako wymusiła rekonstrukcję dotychczasowego życia, w tym macierzyństwa, ról i zadań matek, ich relacji z dziećmi. Pojawiła się nowa kategoria określana jako pandemiczna rzeczywistość. Choć w przypadku pracy zdalnej można znaleźć również pewne korzyści, np. zaoszczędzony czas, którego nie trzeba przeznaczać na dojazdy do pracy, to jednak pojawiły się znacznie poważniejsze skutki tej sytuacji (Błaszczak, 2021). Turbulencje na rynku pracy doprowadziły do tego, że kobiety albo musiały zrezygnować z pracy zawodowej, albo spróbować łączyć ją z całodobowym macierzyństwem (Babakova, 2020). Matki w czasie pandemii pracują w domach na drugie pół etatu – jako nauczycielki swoich dzieci.

Jednym z najbardziej niespodziewanych problemów *lockdownu* okazało się zapewnienie opieki nad dziećmi, szczególnie z tego powodu, że do zadań opiekuńczych dołączyły obowiązki dotyczące zdalnego nauczania. Okazało się, że znaczna część pracujących rodziców musiała równocześnie pracować zawodowo i opiekować się dziećmi. To obciążenie dotyczyło głównie kobiet, które już przed pandemią często musiały łączyć życie zawodowe z rodzinnym. Teraz pojawiły się nowe obowiązki związane z edukacją (Godlewska-Bujok, 2020) i zapewnieniem opieki dzieciom w trakcie jednoczesnego (równoległego) wykonywania pracy zawodowej. Codziennością stały się w domach zajęcia szkolne toczące się obok niezwykle istotnych strategicznie spotkań on-line, rozmowy biznesowe i spotkania zespołowe prowadzone z dzieckiem na kolanach lub z łazienek, piwnic, ogrodów i innych dostępnych pomieszczeń.

Sytuacja związana z pandemią COVID-19 miała znaczenie dla funkcjonowania zarówno kobiet, jak i mężczyzn. W znacznie większym stopniu, ze względu na łączenie różnych ról społecznych, dotknęła matki. Według danych raportu *Kobiety kontra koronawirus. Jak pandemia zmieniła ich życie i pracę?* 10% kobiet w czasie pandemii straciło pracę, i był to dwa razy wyższy odsetek niż wśród mężczyzn. Panie także znacznie częściej niż panowie pracowały wyłącznie lub częściowo zdalnie. Z raportu wynika również, że matki deklarują, że to one głównie zajmują i zajmowały się opieką nad dziećmi. Twierdzą, że pandemia nie zmieniła podziału obowiązków domowych. Kobiety częściej w trakcie odizolowania cierpiały na bezsenność (Grudniewska, Hołdakowski, 2020).

Procesy uruchomione przez pandemię mają i będą miały wpływ na sytuację zawodową kobiet. W ich przypadku równowaga pomiędzy pracą a życiem rodzinnym całkowicie się zaburzyła (Georgijew, Guziak, 2021). Raport *Wpływ pandemii na perspektywy rozwoju zawodowego kobiet w biznesie. Jak pracodawcy mogą wspierać rozwój kobiecych talentów* wskazuje, że aż 76% badanych kobiet uważa, że pandemia wywarła negatywny wpływ na ich życie, a $\frac{3}{4}$ z nich obawia się o dalszy rozwój swojej kariery. Panie wskazują, że w czasie pandemii mają więcej obowiązków domowych, takich jak sprzątanie i gotowanie (68%), ogólnych obowiązków związanych z opieką nad dziećmi (54%) oraz z pomocą dzieciom w nauce zdalnej (53%). Deklarują też spadek samopoczucia psychicznego w trakcie pandemii (86%) i wskazują na nieumiejętność równoważenia pracy z życiem osobistym (65%), co również wywołuje pogorszenie ogólnej kondycji (Georgijew, Guziak, 2021). Dane z raportu z badania Deloitte, opublikowanego w marcu 2021 (a więc po roku trwania pandemii), wskazują, że 49% ankietowanych matek uważa, że ich pracodawca nie dołożył starań, aby wesprzeć je w związku z faktem wzrostu obowiązków domowych w trakcie pandemii, 49% respondentek ma poczucie, że pracodawca oczekuje, aby być zawsze do dyspozycji (*Shecession...*, b.d.).

Wśród par pracujących podczas pandemii w domu, mężczyźni częściej niż kobiety pracowali zdalnie w oddzielnym pokoju, w odróżnieniu od kobiet, które swoje laptopy stawiały na kuchennym stole i często dzieliły czas na wykonywanie pracy zawodowej z opieką nad potomstwem (Minta, 2020). Według $\frac{1}{3}$ Polek pandemia zwiększyła ich labilność emocjonalną. Wskazywały też na ogólne obniżenie nastroju, irytację, podenerwowanie. To skutki przeciążenia i stresu, który w naturalny sposób przełożył się na emocjonalny stan kobiet, potęgowany przez niepewność i niemożność zaplanowania czegokolwiek (*Szczęście i kobiecość...*, b.d.). Pandemia wywołała również u matek poczucie bezradności i braku sprawstwa. Musiały dostosować się do panujących warunków i obowiązków, przed którymi stanęły, w zasadzie natychmiast, bez najmniejszego ostrzeżenia.

Sytuacja wydaje się szczególnie trudna dla rodziny dziecka z niepełnosprawnością. Wpływa nie tylko na jakość edukacji i terapii zdalnej, ale przede wszystkim na proces komunikacji w rodzinie, a także stan emocjonalny jej członków. Wymaga to bowiem od rodziców nie tylko zaangażowania w proces rehabilitacji dziecka, lecz także niejako wzięcia za niego odpowiedzialności i regularnej pracy w zastępstwie terapeuty. Autorka wskazuje, na podstawie własnych badań, że ta odpowiedzialność za oddziaływanie terapeutyczne przeniosła się na kobiety. Badane matki w swoich narracjach mówiły o znacznie obniżonym samopoczuciu psychicznym i zmianach psychosomatycznych, które nastąpiły w wyniku koniecznej izolacji i ograniczeń w funkcjonowaniu społecznym (Doroszuk, 2020).

Matka Pandemiczna Wielozadaniowa¹: o radzeniu sobie matek z relacją praca – rodzina w czasie pandemii

Na przestrzeni ostatnich lat macierzyństwo zaczyna być ukazywane w oderwaniu od ideału, sielanki i idylli. Matki mają prawo być zmęczone, zrezygnowane i sfrustrowane. Oprócz pozytywnego obrazu macierzyństwa, nadal obecnego w przestrzeni publicznej, coraz częściej prezentuje się zgoła odmienny wizerunek, podkreślający trudności związane z wypełnianiem tej roli (Włodarczyk, 2017). Współcześnie możemy ją rozpatrywać w kategoriach permanentnej zmiany, ambiwalencji, dyskomfortu psychicznego i dysharmonii życia codziennego. Pokazywanie codzienności, która jest pełna trudu, niejako odczarowuje lukrowe postrzeganie macierzyństwa.

Konieczność edukacji zdalnej doprowadziła do zbyt dużego obciążenia rodziców pomocą dziecku w nauce. Znaczna część obowiązków została przerzucona nie tylko na uczniów, lecz także na dorosłych, którzy nie zawsze byli w stanie pomóc ze względu na własną pracę, niejednokrotnie wykonywaną na odległość (Całek, 2021, s. 128). Zmiana trybu edukacji stacjonarnej na zdalną wymusiła nie tylko na dzieciach, lecz także na ich rodzicach (opiekunach prawnych) przystosowanie warunków domowych do wymogów zajęć szkolnych, jak również niezwykle przyspieszoną naukę korzystania z wielu różnych programów i narzędzi.

Można było zauważyć znaczne dysproporcje płci w nieodpłatnej pracy domowej, najbardziej widoczne, gdy matka była jedynym rodzicem na pracy zdalnej (lub też gdy żaden z rodziców nie miał możliwości wykonywania pracy z domu). Kiedy to kobieta pracowała na odległość, a jej partner nie, to ona przejmowała o wiele więcej obowiązków od niego. Model, w którym żaden z rodziców nie mógł pracować w domu, powodował, że zdecydowanie większy ciężar dodatkowej pracy ponosiły matki. Zgłaszały one dwukrotnie częściej niż ojcowie wzrost ilości czasu spędzanego na pracach domowych i siedmiokrotnie częściej deklarowały, że są odpowiedzialne za organizowanie większości zajęć edukacyjnych dzieci (Czechowicz, 2021).

Problematyka sytuacji kobiet-matek i prób godzenia sfery zawodowej z rodzinną jest przedmiotem zainteresowania wielu dyscyplin naukowych i debat podejmowanych na temat różnych wymiarów życia społecznego² (zob. Rychlicka-Maraszek, 2016). Współczesne matki doświadczają wielu trudności związanych z często sprzecznymi oczekiwaniami stawianymi im przez społeczeństwo. Funkcjonowanie

¹ Bagińska, D. (2021). *Matka Polka Wielozadaniowa*. Pobrane z: <https://ohme.pl/psychologia/matka-polka-wielozadaniowa>.

² Problematykę próby godzenia sfery rodzinnej z zawodową u kobiet podejmowała m.in. Rychlicka-Maraszek, K. (2016). Professional working mothers. On the sidelines of the publication contemporary work spaces. Family in the process of changes, *Paper of social pedagogy*, 2(5), 64-67.

kobiet można porównać do życia na dwóch wyspach. Pierwsza z nich jest związana z macierzyństwem, druga zaś dotyczy pracy zawodowej. Kobiety, które chcą jednocześnie żyć na obu wyspach, muszą nauczyć się je umiejętnie godzić, dopełniać i dbać o nie (Szymańska, 2009). Pandemia niejako zmusiła matki do radzenia sobie ze zmianami dokonującymi się w niebywałym tempie. Dla wielu pracujących matek ta sytuacja okazała się czasem przemęczenia, nieustannego działania pod presją. Zmniejszyła satysfakcję z pracy i wpłynęła na jej efektywność (Błaszczak, 2021).

Rzeczywistość współczesnej matki możemy określić jako funkcjonowanie w szklanym domu, na który składają się kategorie takie jak: szklany sufit, szklane ściany, lepka podłoga, szklane ruchome schody. Większość kobiet segreguje ludzkie zachowania na typowo kobiece i męskie. Jest to dla nich naturalne i normalne, zgadzają się z tezą, że kobieta-matka to Matka Rodzicielka odpowiadająca za rodzinę i dom (Kochańska, b.d.). Pandemia w wielu przypadkach doprowadziła do tzw. resetu równouprawnienia. Koszty izolacji w dużej mierze ponoszone są przez kobiety-matki, które obarczono obowiązkiem reprodukcji i podtrzymywania codzienności. Dotyczy to również głębszych wyrzeczeń, które trzeba ponieść, aby było to możliwe (w porównaniu do mężczyzn dwukrotnie częściej) (Drozdowski i in., 2020). Kobiety musiały stać się Matkami Polkami w wersji kombo (Baster, 2021).

Współczesną matkę często ukazuje się jako niezastąpioną, wypoczętą i gotową do opieki nad rodziną, a jednocześnie rewelacyjnie łączącą te obowiązki z pracą zawodową. Najczęściej jednak pandemiczna matka to kobieta skrajnie wyczerpana i sfrustrowana (Bagińska, 2021). Z badań *Nowa Matka Polka* wynika, że mamy współcześnie do czynienia z występowaniem „niespełnionych siłaczek”, czyli kobiet, które funkcjonują w poczuciu ciągłego rozdarcia. Tradycyjny przekaz, że mają być idealnymi matkami, żonami, gospodyniami domowymi, jest w nich bardzo głęboko zakorzeniony i niejako wdrukowany w świadomość (Podgórska, 2016). Kobiety siłaczki-ogarniaczki nie zwracają uwagi na swoje potrzeby, nie odczuwają zmęczenia, mają wgrany program, że przecież wszystkie matki tak postępują (Bagińska, 2021). Może to prowadzić do wypalenia macierzyńskiego, które jest szczególnym syndromem występującym na skutek długotrwałego stresu (Mikolajczak, Raes, Avalosse, Roskam, 2018). Wypalenie macierzyńskie możemy zaliczyć do zaburzeń w funkcjonowaniu psychicznym i społecznym ludzi. Wynika ono z nadmiernego obciążenia trudnościami życia codziennego lub jest konsekwencją traumy (Kwiatkowski, Sekułowicz, 2016). Powstaje w wyniku chronicznego stresu spowodowanego koniecznością nieustannego zaspokajania potrzeb rodziny (Varghese, Venkatesan, 2013).

Wypalenie rodzicielskie można obrazowo ująć jako znalezienie się w pułapce. Sytuacji tej towarzyszą koszty psychologiczne, a dokładniej – emocje trudne, nieprzyjemne (lęk, frustracja, gniew). Stanowią one obciążenie dla systemu regulacji

(Kwiatkowski, Sekułowicz, 2016). Wypalenia ma oczywiście konsekwencje nie tylko dla rodziców, lecz przede wszystkim dla dzieci. Zwiększa możliwość zaniedbania potomstwa, użycia wobec niego przemocy (Mikolajczak i in., 2018). W kontekście życia codziennego podczas pandemii poczucie to przejawia się w konieczności działania dla rodziny, które jest tak ogromne, że matki nie są w stanie z niego zrezygnować. Jednocześnie zależy im na spełnianiu się w sferze zawodowej, są aktywne, ale nie poświęcają jej stuprocentowo, bo czują, że czas przeznaczony na pracę mogłyby spędzić z dziećmi przebywającymi w domu. Z jednej strony powoduje to u kobiet frustrację i poczucie bezradności wobec zaistniałej sytuacji, z drugiej zaś – wyrzuty sumienia, że dopuszczają do siebie takie myśli i emocje.

Zagrożenia i wyzwania wobec macierzyństwa w (i po) pandemicznej rzeczywistości

W konsekwencji przeniesienia pracy zawodowej do domu pojawił się nowy proces, a mianowicie integracja życia zawodowego z rodzinnym (*work-life integration*), następujący w wyniku zmian technologicznych. Prowadzić on może do ograniczenia niezależności jednostki i kontroli życia pracownika (w tym głównie kobiet-matek). Pracodawca może kierować się pokusą jednostronnego decydowania o tym, jak praca ma być wykonywana (w jakim miejscu, w jakim wymiarze godzin) pod groźbą zatrudnienia w to miejsce innej osoby, która zaakceptuje rozmiar ingerencji w życie rodzinne. Taka sytuacja jest szczególnie trudna dla matek, które próbują w pandemii łączyć życie rodzinne, w tym opiekę nad wychowaniem i edukacją dzieci, z pracą zawodową (Godlewska-Bujok, 2020).

Wobec braku poczucia pewności i sprawstwa wydaje się, że wartością, na której powinno koncentrować się społeczeństwo, jest opieka, wokół której należy zbudować świat po pandemii. Jeśli przyjęto model rynku, który aktywizuje nie tylko mężczyzn, lecz także kobiety do pracy zawodowej, ten problem musi zostać rozwiązany. Zmiany w charakterze pracy powodują, że tradycyjne podejście, oparte tylko na sferze prywatnej, bez udziału władz publicznych, to za mało (Godlewska-Bujok, 2020). Wobec znacznego obciążenia obowiązkami domowymi, zwłaszcza rodziców małych dzieci, niezwykle istotna jest rola pracodawców. Bez wspierających działań praca i jednoczesna opieka nad dzieckiem jest w zasadzie niemożliwa. Ważna jest także pomoc psychologiczna dla rodziców wobec lęków i stresującej sytuacji wywołanej pandemią. Dobrą i cenną praktyką okazało się zaoferowanie dorosłym oraz ich dzieciom bezpłatnych konsultacji. Wsparcie opisane powyżej będzie także konieczne po pandemii dla zatrudnionych matek. Rozwiązaniem może okazać się również elastyczność co do miejsca i czasu świadczenia pracy (*Shecession...*, b.d.). Popularność i dostępność

pracy zdalnej, *de facto* dzięki pandemii, będzie już zdecydowanie większa. Być może jest to sposób na zapobieganie temu, aby matki nie rezygnowały z kariery zawodowej, gdy nie są w stanie pogodzić jej z życiem rodzinnym. Zdecydowanym ułatwieniem byłyby też (poza sytuacjami radykalnego wzrostu zakażeń i ponownej izolacji) możliwość skorzystania z bezpłatnych form opieki nad dzieckiem na czas wykonywania pracy. Rozwiązaniem byłoby stworzenie takiego systemu w zakładach pracy, o czym już wielokrotnie mówiono, nie tylko w trakcie pandemii.

Zamiast zakończenia

Pandemia odcisnęła swoje piętno na wielu obszarach życia społecznego, sytuacji gospodarczej i rynku pracy. W dużym stopniu wpłynęła również na rodzinę. Najbardziej dotknęła ona jednostki, które już wcześniej znajdowały się w trudnej sytuacji, a więc matki, osoby niepełnosprawne, rodziców samotnie (samodzielnie) wychowujących dziecko lub dzieci, seniorów. Rozprzestrzenianie się choroby spowodowało, że pojawił się strach o zdrowie i życie najbliższych, lęk przed utratą pracy, pogorszeniem sytuacji materialnej, ale też obawa o to, czy uda się pogodzić sferę zawodową z życiem rodzinnym, bardzo często toczącymi się równolegle w jednej przestrzeni (Grudniewska, Hołdakowski, 2020).

Definicja kryzysu wymienia następujące cechy: wysoka problematyczność sytuacji budzącej lęk i dezorganizację życia, wywoływanie emocji takich jak: szok, strach, złość, rozczarowanie. Wobec tego sytuacja pandemii jest kryzysowa, zwłaszcza w wymiarze społecznym (Doroszuk, 2020). Załamanie to można porównać do szkła powiększającego, które z niezwykłą ostrością wskazuje na wyraźne nierówności i szczeliny, w których tkwią różne grupy społeczne. Wśród nich szczególnie widoczne są matki, które w sytuacji trudnej, nowej i niepewnej musiały w błyskawicznym tempie dokonać rekonstrukcji życia codziennego.

Bibliografia

- Babakova, O. (2020). *Pandemia podrzuca kobietom dodatkowe argumenty, żeby nie rodzić dzieci*. Pobrane z: <https://krytykapolityczna.pl/kraj/pandemia-koronawirus-kobiety-dzietnosc/>.
- Bagińska, D. (2021). *Matka Polka wielozadaniowa*. Pobrane z: <https://ohme.pl/psychologia/matka-polka-wielozadaniowa/>.
- Baster, H. (2021). *Macierzyństwo i praca. Doświadczenia lockdownu wzmocniły matki-startuperki*. Pobrane z: <https://mamstartup.pl/macierzynstwo-i-praca-doswiadczenia-lockdownu-wzmocniły-matki-startuperki/>.
- Błaszczak, A. (2021). *Pracujący rodzic ma teraz trudniej. Przybyło barier zawodowych*. Pobrane z: <https://www.rp.pl/praca/art118711-pracujacy-rodzic-ma-teraz-trudniej-przybylo-barier-zawodowych>.

- Całek, G. (2021). Wyzwania edukacji zdalnej przed jakimi stoją dzieci – perspektywa rodziców. *Dziecko Krzywdzone: Teoria, badania, praktyka*, 20(2), 116-144.
- Czechowicz, K. (2021). *Socjologowie: Obowiązki domowe w pandemii spadły na barki matek*. Pobrane z: <https://www.bankier.pl/wiadomosc/Zycie-w-pandemii-spadlo-na-barki-matek-Socjologowie-zbadali-podzial-obowiazkow-domowych-przy-pracy-zdalnej-8089734.html>.
- Doroszuk, J. (2020). Rodzina dziecka z niepełnosprawnością podczas pandemii COVID-19 – matczyne rekonstrukcje. *Niepełnosprawność: Dyskursy pedagogiki specjalnej*, 40, 9-21.
- Drozdowski, R. (2019). Wokół społecznych badań nad codziennością: Socjologia codzienności jako krytyka socjologiczna. W: M. Zawodna-Stephan (red.), *Życie codzienne (w) archiwum* (ss. 65-85). Poznań: Wydawnictwo Naukowe UAM.
- Drozdowski, R., Frąckowiak, M., Krajewski, M., Luczys, P., Modrzyk, A., Rogowski, Ł., Rura, P., Stamm, A. (2020). *Życie codzienne w czasach pandemii: Raport z drugiego etapu badań: Wersja pełna*. Poznań: Wydawnictwo UAM.
- Giddens, A. (2006). *Socjologia*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Godlewska-Bujok, B. (2021). Work-life balance i koronakryzys: Kilka uwag o procesach i ich konsekwencjach. *Praca i Zabezpieczenie Społeczne*, 5, 3-8. DOI: 10.33226/0032-6186.2020.5.1.
- Grudniewska, M., Hołdakowski, W. (2021). „Kobiety kontra koronawirus. Jak pandemia zmieniła ich życie i pracę” – wyniki raportu Kantara na zlecenie Wysokieobcasy.pl i Wyborcza.pl. Pobrane z: <https://www.agora.pl/kobiety-kontra-koronawirus-jak-pandemia-zmieniła-ich-zycie-i-prace-wyniki-raportu-kantara-na-zlecenie-wysokieobcasy-pl-i-wyborcza-pl>.
- Imbierowicz, A. (2012). Matka Polka w defensywie? Przemiany mitu i jego wpływ na macierzyństwo polskich kobiet. *Ogrody Nauk i Sztuk*, 2, 430-442. DOI: 10.15503/onis2012-430-442.
- Kochańska, M. (b.d.). *Pulapka szklanego domu*. Pobrane 26.10.2021 z: <https://www.studiamba.wsb.pl/baza-wiedzy/pulapka-szklanego-domu>.
- Kwiatkowski, P., Sekułowicz, M. (2016). Próba oceny trafności nowej skali wypalenia rodzicielskiego. *Przegląd Badań Edukacyjnych*, 22(1), 163-192. DOI: 10.12775/PBE.2015.067.
- Mateja-Jaworska, B., Zawodna-Stephan, M. (2019). *Badania życia codziennego w Polsce: Rozmowy (nie)codzienne*. Poznań: Wydawnictwo Naukowe UAM.
- Mikolajczak, M., Brianda, M.E., Avalosse, H., Roskam, I. (2018). Consequences of parental burnout: Its specific effect on child neglect and violence. *Child Abuse & Neglect*, 80(1), 134-145. DOI: 10.1016/j.chiabu.2018.03.025.
- Mikolajczak, M., Raes, M.E., Avalosse, H., Roskam, I. (2018). Exhausted Parents: Sociodemographic, Child-Related, Parent Related, Parenting and Family-Functioning Correlates of Parental Burnout. *Journal of Child and Family Studies*, 27(3), 602-614. DOI: 10.1007/s10826-017-0892-4.
- RAPORT: Wpływ pandemii na perspektywy rozwoju zawodowego kobiet w biznesie: Jak pracodawcy mogą wspierać rozwój kobiecych talentów. (2021). Pobrane z: <https://www2.deloitte.com/pl/pl/pages/kobiety-w-biznesie/articles/raport-wplyw-pandemii-na-perspektywy-rozwoju-zawodowego-kobiet-w-biznesie.html>.
- Rychlicka-Maraszek, K. (2016). Professional working mothers: On the sidelines of the publication contemporary work spaces. *Paper of social pedagogy*, 2(5), 64-67.
- Shecession, czyli o tym jak pandemia wpłynęła na pracujące kobiety, a w szczególności na matki. Pobrane 5.10.2021 z: <https://pracujeiwychowuje.pl/shecession-czyli-o-tym-jak-pandemia-wplynela-na-pracujace-kobiety-a-w-szczegolnoscimatki/>.
- Sikorska, M. (red.) (2012). *Raport z badania „Z macierzyństwem na co dzień”*. Warszawa: AXA.
- Stawikowska, E. (2021). *Epidemia uderza w kobiety. Partnerstwo? Brzmi fajnie, ale teraz to prawie niemożliwe*. Pobrane z: <https://www.newsweek.pl/polska/epidemia-koronawirusa-uderza-w-kobiety-partnerstwo-fajnie-brzmi-ale-w-teorii/e4pxnv4>.

- Szczęście i kobiecość w czasie zmian – zyski i straty z pandemii – wyniki ogólnopolskiego badania.* Pobrane 5.10.2021 z: <https://www.gedeonrichter.pl/aktualnosci/kobiecosc-i-szczescie-w-czasie-zmian-zyski-i-straty-z-pandemii-wyniki-ogolnopolskiego-badania-na-zlecenie-gedeonrichter-polska/>.
- Varghese, R.T., Venkatesan, S. (2013). A Comparative Study of Maternal Burnout in Autism and Hearing Impairment. *International Journal of Psychology and Psychiatry*, 1(2), 101-108. DOI: 10.5958/j.2320-6233.1.2.016.
- Włodarczyk, E. (2009). *Młodzież wobec macierzyństwa i jego kulturowej kreacji*. Poznań: Wydawnictwo Naukowe UAM.
- Włodarczyk, E. (2017). Misja „mama”: Wyzwania i trudności. W: E. Włodarczyk (red.), *W trosce o macierzyństwo* (ss.53-68). Poznań: Wydawnictwo Naukowe UAM.
- Wysocka, E. (2010). Życie codzienne w percepcji i doświadczaniu młodzieży. W: E. Syrek (red.), *Czas społeczny akademickiego uczestnictwa w rozwoju i doskonaleniu civil society: księga jubileuszowa dedykowana profesorowi Andrzejowi Radziejewiczowi-Winnickiemu w 65. rocznicę urodzin* (ss. 396-409). Katowice: Wydawnictwo Uniwersytetu Śląskiego.