

6 maminek vypráví...

MÁM ÚSPĚCH I RODINU

Dosáhnout vrcholu ve své profesi ještě neznamena, že se musíte vzdát rodinného života. Vyžaduje to větší zapojení okolí, schopnost nechat si pomoci i zorganizovat čas, ale nakonec je jasné, že je možné mít to všechno.

TEXT: JANA UHLÍŘOVÁ



Skloubení kariéry s péčí o děti pro mě bylo balancováním na hraně toho, kdy jsem se cítila provinile buď proto, že bych měla více času věnovat práci, nebo dětem.



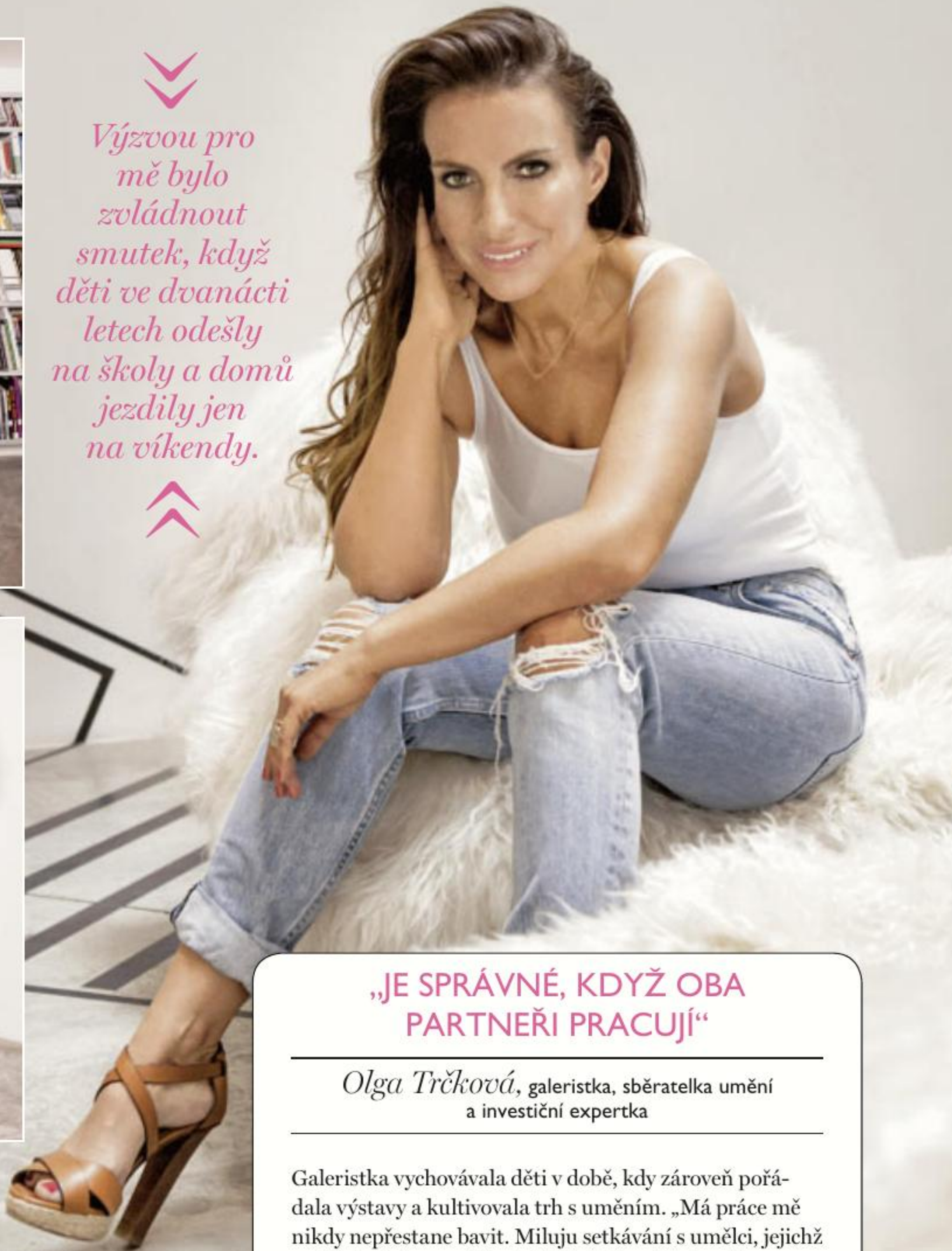
„MÍT DĚTI U SEBE PRO MĚ BYLO DŮLEŽITÉ“

Kateřina Kalistová, ředitelka PKF – Prague Philharmonia, politička

Pro maminku tří dětí bylo výzvou hlavně období, kdy vychovávala pětiletou dceru a do toho se jí narodila dvojčata. „Kromě nich tehdy potřebovala péči i dcera, která se přes noc z opečovávaného jedináčka stala jedním ze tří dětí,“ vzpomíná Kateřina. Časem pochopila, že nemůže trávit noci u počítače a že fyzické a mentální kapacity člověka nejsou nekonečné. Výchovu tří dětí i privilegiované postavení se jí ale přece jen podařilo skloubit. „Naštěstí jsem mohla mít děti v kanceláři a využívala jsem i chůvu. Víím, že spousta žen takové možnosti bohužel nemá,“ říká. S kritikou toho, že je pracující maminka, se nesetkává. „Když jsem byla s první dcerou na rodičovské dovolené a bylo jí půl roku, jedna žena se naopak pozastavila nad tím, proč ještě nechodím do práce, a doporučila mi, abych přestala kojit a najala si chůvu. Byla jsem z toho špatná, ale dnes bych si s dotyčnou poradila velmi dobře a stručně. Radami na téma, jak by ostatní měli žít, my Češi totiž nešetříme,“ doplňuje Kateřina.



∨
∨
Výzvou pro mě bylo zvládnout smutek, když děti ve dvanácti letech odešly na školy a domů jezdily jen na víkendy.



„JE SPRÁVNÉ, KDYŽ OBA PARTNEŘI PRACUJÍ“

Olga Trčková, galeristka, sběratelka umění a investiční expertka

Galeristka vychovávala děti v době, kdy zároveň pořádala výstavy a kultivovala trh s uměním. „Má práce mě nikdy nepřestane bavit. Miluju setkávání s umělci, jejichž vnitřní svět je neuvěřitelný,“ říká Olga. A jak se jí podařilo sladit kariéru s rodinou? Dnes, když už jsou děti samostatné a studují na univerzitách v Anglii, připadá jí, že skloubení práce a rodiny bylo snadné. „Určitě to ale lehké nebylo. Jsem ovšem toho názoru, že pokud se o sebe samy děti musejí víc starat, vede to k jejich samostatnosti a mají větší motivaci do života, než když za ně vše řeší přehnaně protektivní rodiče,“ vysvětluje Olga, pro kterou bylo vždy důležité, aby děti viděly, že máma pracuje a vytváří něco, na co je pyšná, přestože to zabere hodně času a úsilí. „Je doba silných žen a je správné, když se ženy věnují věcem, které jim dávají smysl,“ vysvětluje a pokračuje: „Ano, je to někdy na úkor rodiny, ale je fajn, mají-li oba partneři svoji práci,“ připouští Olga, která je dnes společně s manželem na své děti hrdá.



V její pražské DSC Gallery můžete vidět díla hvězdných Berlíňanů, malířů Martina Edera či Anselma Reyle.





*Musím všechno dopředu promýšlet
a často dělat kompromisy.*



„BEZ POMOCI BY TO NEŠLO“

*Jana Ziegelheimová, sportovkyně, věnuje se
japonskému bojovému umění kendó*

Spojit technické vzdělání, děti, stavbu domu a vrcholový sport kendó není snadné, přesto to Jana zvládá bravurně. Péče o tři potomky byla dlouho její životní náplní. Pak ale pocítila, že se potřebuje vrátit k sobě. Našla si práci na vysoké škole a v Národní technické knihovně a do toho se věnovala bojovému umění. Když bylo nejmladší dceři dva a půl roku, začala se připravovat na získání jednoho z nejvyšších stupňů, 7. danu. „Znamenalo to usilovné cvičení a psychickou koncentraci. Cvičit musíte každý den, stejně tak je důležité najít mentální sílu a energii,“ popisuje. Píle se jí ale vyplatila – letos v únoru získala jako první Češka 7. dan kendó, nejvyšší ocenění pro ženu ve střední a východní Evropě. S manželem působí jako trenéři kendó ve vlastní tělocvičně. Bez pomoci rodiny a blízkých by ale vše skloubit nešlo. „Máme fajn sousedy, občas hlídá švagrová. Do péče o domácnost se snažím zapojovat děti i manžela. A všichni jsou skvělí! Třeba i v tom, že ne vždy vyžadují teplou večeři,“ směje se Jana.

„KDYŽ NEJSOU BABIČKY BLÍZKO, JE TO NĚKDY OBTÍŽNĚJŠÍ“

Denisa Helceletová Rosolová, atletka, několikanásobná mistryně ČR, trenérka

Její disciplínou byl sprint a běh na 400 metrů překážek. Kvůli těhotenství ale svou kariéru v 31 letech ukončila. Jak zvládá sladit současnou práci trenérky a rodinný život s pětiletou Evelin a rok a půl starou Anastasií? „Výzvou je pracovat tak, abych se mohla věnovat dětem a nebyla celý den v práci. Tím, že nemáme poblíž babičky, je to ale někdy obtížnější,“ svěřuje se Denisa a pokračuje: „Lidé občas nechápou, jak to dá-

vám. Dcery jsou hodně živé, ale jak říká manžel, jsem holka z Ostravy, tam je tvrdý život a jako dcera horníka jsem zvyklá na to, že se mlčí a jede.“ Denisa celoročně pořádá pobyty Klubík pro celou rodinu, v létě příměstské tábory Kemp vítězů, proto není problém, aby s sebou brala i dcery. Ne vždy je to ale možné. V takovém případě pomůže manžel, desetibojař Adam Helcelet, nebo přijede některá z babiček.

S kritikou se nesetkávám, spíš s obdivem, jak to zvládám.



„MAMINKY JSOU SKUTEČNÝMI HRDINKAMI“

Lenka Graf,
sopranistka, filantropka a zakladatelka
Nadačního fondu Energie pomáhá

Sklobení pracovních a rodinných povinností pro ni bylo výzvou hlavně při přesunu rodiny do USA, kde všichni žijí už patnáct let. Při tomto přelomu trávila čas intenzivně se svými tehdy malými dětmi a snažila se vše nastavit tak, aby mohly studovat v cizím jazyce a být později úspěšné. Nyní už Floridu vnímají jako druhý domov. „Výchovu si užívám. Teď nastává čas vybrat vysokou školu pro staršího syna a vnímám to jako dobrodružství. Doufám, že v budoucnu budeme trávit i víc času v Čechách, kde je to pravé doma,“ popisuje Lenka, která potvrzuje, že sladit kariéru s rodinnými povinnostmi nebývá jednoduché. „Řešíme to skoro všechny. Maminky jsou hrdinkami v tomto náročném a zároveň příjemném kolotoči okolo práce a dětí,“ doplňuje. Přesto věří, že by málokterá z žen změnila. „S pracujícími matkami v ČR i na Floridě se spíše vzájemně podporujeme, abychom vše zvládly. To my ženy děláme,“ podotýká.

Držím se zásady nejdříve práce, potom zábava, a to mi pomáhá všechno zvládat s nadhledem a efektivně.

„RODIČOVSTVÍ JE VELMI INTENZIVNÍM OBDOBÍM SEBEROZVOJE“

Romana Voříšková, spoluzakladatelka firmy Slevomat.cz, mentorka

S prvním dítětem ještě lehce pracovala, postupně jí ale došlo, že na rodičovskou nechce vzpomínat jako na období, kdy pořád něco řešila s malými dětmi na rukou. „Má hlava sice potřebuje přísun nových výzev, ale počkala jsem, až budu znovu cítit potřebu tvořit,“ vypráví. Rodina je podle ní ekosystém jako každý jiný, kdy se neustále proměňují potřeby jednotlivců a nikdy není hotovo. Rodičovství proto vnímá jako nejintenzivnější období seberozvoje. „Když jsem pochopila, že nic není napořád a jedinou jistotou je změna, lehčeji se mi dýchá,“ připouští. Výčitky měla, že s dětmi není pořád, ale ví, že to nejlepší, co pro sebe a své nejbližší může udělat, je respektovat své potřeby, a najít cestu, jak to bude fungovat. Matěřství vnímá jako skvělé období pro zjištění, zda změnit obor, jít na volnou nohu, nebo rozjet vlastní projekt. V tom pomáhá i dalším maminkám v kurzu zdarma (romana-vořiskova.cz) a podporuje je jako mentorka projektu Rodičovská není brzda společnosti M.arter.

Spokojená máma = spokojené děti = spokojená rodina.

Něco navíc

Kniha Pracující máma.

Praktickou a přitom vtipnou knihu ocení každá žena, která má občas pocit, že neví, kam dřív skočit.
Knižní klub, 198 Kč.



Více než **80%** maminek se cítí osaměle během mateřské.



S nalezením nových kamarádek jim pomáhá aplikace Mamio. Je to bezpečný prostor, kde se maminky podporují. Více na mamio-app.com.

„**MATEŘSKÁ LÁSKA JE POHON, KTERÝ OBYČEJNÉ LIDSKÉ BYTOSTI DOVOLUJE ČINIT NEMOŽNÉ.**“

Marion C. Garety,
americká spisovatelka

„Podpora partnera, rodiny a přátel je klíčová pro pracovní úspěch matek podnikatelek.“ maminkatelky.cz

Jen 60% žen ve věku **30 až 34 let**, tedy v době, kdy zakládají rodiny, pracuje.

Zdroj: analýza nazvaná Ruce a mozky českých žen stále nevyužity