**Biznes Mamy - wsparcie dla pracujących mam**

**Temat aktywnych zawodowo mam wywołuje mnóstwo emocji. Jedni uważają, że są one złymi matkami, ponieważ nie skupiają się w pełni na potrzebach dziecka i opiece nad rodzinną. Inni zaś dowodzą, że pracujące zawodowo mamy są wzorem do naśladowania dla swoich dzieci. Swoim przykładem udowadniam, że można pogodzić prowadzenie własnej firmy z opieką nad małymi dziećmi. Poznaj zalety tego rozwiązania.**

**Łączenie pracy zawodowej z macierzyństwem jest możliwe**

Każdego dnia pracujące matki starają się zadbać o potrzeby swoich rodzin oraz potrzeby firm, w których pracują. Nie należy to do najprostszych zadań. Często wymaga poświęceń. Jednak zapewnia mnóstwo korzyści kobiecie, która podjęła się tego wyzwania, jej całej rodzinie i firmie, dla której pracuje. Kobiety decydujące się łączyć obowiązki rodzinne z zawodowymi w moim odczuciu są odważnymi bohaterkami.

Te, które szybko wracają do pracy po urodzeniu dziecka, często są hejtowane. Wielokrotnie w gronie znajomych słyszałam, że po urodzeniu dziecka trzeba iść urlop macierzyński. Ano nie trzeba i ja to udowodniłam! Miałam tylko dwa tygodnie urlopu po każdym porodzie (jestem mamą dwójki dzieci: 3 lata i 1 rok) i dziś uważam, że to była najlepsza decyzja, jaką mogłam podjąć.

**Wyzwania w życiu pracującej mamy**

Kobiety łączące pracę zawodową z macierzyństwem stoją przed wieloma wyzwaniami. Największym z nich są problemy logistyczne, takie jak:

l

dowiezienie dzieci do żłobka, przedszkola lub szkoły oraz dotarcie do pracy na czas;

l

zorganizowanie opieki nad dzieckiem;

l

prowadzenie domu i wszystkie prace domowe;

l

znalezienie chwili wytchnienia w ciągu dnia dla siebie w napiętym harmonogramie dnia.

Pojawiają się też wyzwania emocjonalne takie jak presja bycia idealną matką, zamartwianie się czy poczucie winy. Poza tym dla mam aktywnych zawodowo wyzwaniem jest znalezienie równowagi pomiędzy pracą i rodziną. W życiu pracującej mamy niezbędna jest umiejętność żonglowania priorytetami, czy – w niektórych sytuacjach – wykonywanie jedynie tych najważniejszych zadań.

**Pracująca matka kontra gospodyni domowa**

Żyjemy w pięknych czasach, gdy kobiety mogą być jednocześnie matkami i wspinać się po szczeblach kariery zawodowej lub prowadzić własny biznes. Dostępnych jest także coraz więcej badań, które pokazują, że matki, które decydują się pozostać z dziećmi w domu, są bardziej narażone na depresję. Choć macierzyństwo jest piękną przygodą w życiu kobiety, to bywa też trudne, jednak o tym nie zawsze się mówi. Niektóre kobiety dodatkowo mają ambicję, by rozwijać się zawodowo i to sprawia, że są szczęśliwszymi kobietami. Badania wykazały, że matki pracujące w niepełnym wymiarze godzin są zdrowsze i szczęśliwsze niż matki pozostające w domu. Poza tym matki aktywne zawodowo są bardziej wrażliwe na potrzeby swoich dzieci w wieku przedszkolnym.

**Zalety łączenia pracy zawodowej z wychowywaniem dzieci**

Rodzicielstwo jest jedną z najtrudniejszych ról w życiu, a bycie pracującym rodzicem wcale go nie ułatwia. Dzieci pracujących rodziców mają lepsze wyniki w nauce, wyższe poczucie własnej wartości czy lepiej rozwija się społecznie. Pracujące mamy mogą zapewnić rodzinie stabilność finansową, a swoim pociechom większe możliwości rozwoju talentów czy korzystania z zajęć dodatkowych. Dają im dobry wzór do naśladowania. Dzieci uczą się jak odnosić sukcesy, zarządzać swoim czasem, równoważyć obowiązki czy być profesjonalistami w swoim zawodzie. Aktywne zawodowo mamy inspirują do spełniania marzeń i ciężkiej pracy

**Pracująca mama i pracodawca**

Dla wielu kobiet posiadanie dzieci i robienie kariery zawodowej to heroiczny wyczyn. Największym problemem pracujących matek jest myśl, że muszą być dostępne przez całą dobę. I choć są gotowe podjąć to wyzwanie i ponosić koszty z nim związane, to potrzebują wsparcia we wszystkich aspektach życia, w domu i w pracy. Tutaj pole do popisu mają przełożeni, którzy mogą zadbać o wellbeing pracujących matek i w taki sposób zaprojektować politykę firmy, by świetne pracownice, ekspertki w swoich profesjach mogły realizować się zawodowo. Ważne dla nich jest stworzenie w firmach i instytucjach środowiska przyjaznego dla mam. Pracodawco, możesz ograniczyć ich stres poprzez zaproponowanie im elastycznego czasu pracy, wprowadzenia choćby częściowej pracy zdalnej (jeśli to tylko możliwe), czy dofinansowania opieki nad dziećmi.

**Historie mam prowadzących własne biznesy**

Poznaj odważne i wyjątkowe kobiety, które łączą aktywność zawodową z macierzyństwem oraz ich historie:

l

Biznes Mamy: Dorota Mroczek – mentorka kobiecych biznesów

l

Biznes Mamy: Magda Lelicka – przyjaciółka od social mediów dla biznesu

l

Biznes Mamy: Janina Cyganek – wirtualna asystentka dla branży beauty

Dołącz do grona mam, które prowadzą własny biznes, opowiedz historię swojej firmy i zdradź nam własne patenty na łączenie macierzyństwa z pracą zawodową.

**Mama aktywna zawodowo – moje doświadczenia**

Społeczeństwo oczekuje, że matki będą w pełni pochłonięte dbaniem o dom i dzieci. Często kosztem poczucia własnej wartości czy rozwoju. Jako pracownice odczuwają ciągłą presję bycia w pracy. Jednak wizyta u pediatry czy konieczność opieki nad dzieckiem, gdy jest ono chore, nie wpływa na zdolność do wykonywania pracy ani też na jej jakość. Swoim przykładem udowadniam, że można prowadzić własną firmę i być szczęśliwą mamą dwójki małych dzieci. Mam czas na wykonywanie zadań zawodowych oraz ten dla rodziny.

**Biznes mama potrzebuje wsparcia**

Tym artykułem chcę zachęcić do dyskusji o tym, że wcale nie trzeba ukrywać tego, że jesteśmy rodzicami. Pewnie nie rozwiąże on istniejącego problemu społecznego, ale mam nadzieje, że pomoże zyskać pracującym mamom większe wsparcie od przełożonych i uświadomi, że mama aktywna zawodowo nie jest zagrożeniem dla firmy, a ogromną korzyścią. Reasumując, projekt [Biznes Mamy](https://polecanybiznes.pl/category/biznes/biznes-mamy/) na portalu biznesowym dla przedsiębiorczych kobiet i mężczyzn PolecanyBiznes.pl powstał po to, by wspierać przedsiębiorcze mamy, które łączą pracę zawodową z macierzyństwem. Mówić o tym głośno i dzielić się ich historiami ze światem.

Autor: **Renata Zielezińska** – kobieta biznesu i biznes mama, pasjonatka copywritingu, copywriterka SEO i content writerka. Prowadzi portal ludzi biznesu PolecanyBiznes.pl, kobiecy blog lifestylowy SposobyNaZycie.pl oraz redakcję kosmetyczną TrustedCosmetics.pl. Intuicja, wrodzona dziecięca ciekawość i nieustanne szlifowanie warsztatu pisarskiego sprawia, że świadczy profesjonalne usługi copywritingu dla firm oraz wirtualnej asysty.