Vilnius, 2020 m. rugsėjo 11 d.

**Psichologė: dirbančių tėvų savijauta itin priklauso ir nuo darbdavio**

**Įprasta sakyti, kad vaiko auginimas prilygsta darbui pilnu etatu, tad kai tėvams tenka derinti tėvystės ir motinystės rūpesčius su profesine veikla, iššūkių natūraliai kyla dar daugiau. Psichologė Inga Leonavičiūtė pažymi, kad šiandieninėje visuomenėje, kai darbas ir atžalų auginimas beveik visuomet yra greta vienas kito, labai svarbus vaidmuo tenka darbdaviams: ji pasakoja su kokiais iššūkiais susiduria dirbantys tėvai ir kokių priemonių gali imtis tiek jie patys, tiek organizacijos, kad karjerą su tėvyste suderinti būtų lengviau.**

**Dalis atsakomybės tenka darbdaviui**

I. Leonavičiūtė sako, kad visi tėvai jaučia didesnį ar mažesnį nerimą dėl vaikų auginimo: jie rūpinasi dėl atžalų sveikatos, auklėjimo, ugdymo klausimų, gerų vaikų santykių su jais bei bendraamžiais, tūkstančių kitų kasdieninių buities detalių. Tačiau žmonės, derinantys vaikų auginimą su karjera, neišvengiamai susiduria su papildomais iššūkiais.

„Darbu ir vaikais besirūpinančius tėvus užgula papildoma atsakomybė, nes nuolat nutinka netikėtų situacijų. Tad dažnas tėtis ar mama net ir būdami darbe vis tiek jaučiasi lyg viena koja būtų ir namuose. Tai lemia, kad dalies visuomenės ir darbdavių požiūris į tėvų galimybę siekti gerų darbo rezultatų, kilti karjeros laiptais būna kiek skeptiškas“, – teigia pašnekovė.

Anot jos, didelė atsakomybė, kaip jausis darbuotojas, krenta ant darbdavio pečių: įmonės požiūris į dirbančius tėvus yra vienas kertinių aspektų, kurie gali nulemti darbuotojo savijautą: „Jei atmosfera šiuo klausimu įmonėje yra neigiama, o darbdavys sako, kad darbuotojas, besinaudojantis mamadieniais ir tėvadieniais, yra papildomas galvos skausmas, tai gali neigiamai paveikti darbuotojų požiūrį į patį darbdavį.“

Psichologė pažymi, kad esant galimybei, prieš pradedant naują darbą, tėveliai turėtų pasidomėti, kokios jiems priklausys socialinės garantijos, galbūt net peržiūrėti teisės aktus, susijusius su viršvalandžiais bei galimybe derinti darbą su vaiko auginimu.

**Karjera ir tėvystė – suderinami dalykai**

„Lidl Lietuva“ personalo vadovė Sandra Savickienė pasakoja, kad į prekybos tinklą ateinantiems dirbti tėvams karjeros ir tėvystės suderinamumo klausimai tampa vis svarbesni.

„Iš viso „Lidl Lietuva“ šiuo metu dirba 2400 darbuotojų, iš kurių daugiau nei trečdalis – tėvai, auginantys vaikus iki 18 metų. Dėl ilgo parduotuvių darbo laiko, mūsų darbuotojai dirba pamainomis. Patirtis rodo, kad tokį darbo specifikos privalumą labiausiai vertina būtent vaikų turintys komandos nariai. Kitas dalykas, svarbus visiems tėvams, be abejonės yra finansinis atlygis. Remiantis „Rekvizitai.lt“ 2020 liepos mėn. informacija, palyginus duomenis apie 5 Lietuvos didžiuosius prekybos tinklus, prekiaujančius maisto produktais, „Lidl“ darbuotojai gauna didžiausią vidutinį darbo užmokestį mažmeninės prekybos sektoriuje“, – teigia S. Savickienė.

Ji papildo, kad ne mažiau svarbu yra ir atviras bei nuolatinis kalbėjimas apie iššūkius, su kuriais susiduria tėvai darbovietėje, ir bendra sprendimų paieška: „Mes tikime, kad karjera ir tėvystė yra suderinami dalykai. Todėl norime parodyti tiek būsimiems „Lidl“ komandos nariams, tiek visiems Lietuvoje dirbantiems tėveliams, kad savo darbovietėje jie turėtų jaustis gerai ir sulaukti deramo darbdavio dėmesio.“

Prekybos tinklas „Lidl“ dirbantiems tėvams siūlo ir papildomas naudas – nuo dėmesio vaikams įvairių švenčių proga iki nemokamų sveikatos paslaugų.

„Komandos nariams, turintiems vaikų, stengiamės padėti ir kitais būdais. Svarbiausių metų švenčių proga paruošiame dovanėles vaikams, mokslo metų pradžiai – mokyklinių priemonių rinkinius. Kasmet organizuojame šeimoms skirtas šventes ir įvairius konkursus. Vaiko priežiūros atostogų išeinantiems tėveliams dovanojame kūdikio krepšelius su reikalingiausiomis priemonėmis, o iš šių atostogų grįžus suteikiame visą reikiamą pagalbą. Papildomai, rudens sezono metu darbuotojai ir jų vaikai kviečiami nemokamai skiepytis nuo gripo“, – akcentuoja „Lidl Lietuva“ personalo vadovė.

**Karjeros siekiantys tėvai neturėtų jaustis kalti**

I. Leonavičiūtė pratęsia, kad ne tik darbdaviai, bet ir patys darbuotojai, turintys vaikų, gali prisidėti prie situacijos, kai reikia derinti karjerą ir šeimą, gerinimo.

„Pirmiausia, jei yra galimybė, reikėtų pasiskirstyti vaidmenis namuose ir pasidalinti užduotimis su savo antrąja puse – tokiu būdu į kasdienybės „chaosą“ įnešite šiek tiek tvarkos. Taip pat labai svarbu turėti savo pagalbos ratą – žinoti į ką jūs kreipsitės, jei esant darbe, vaikas susirgs arba kas nors nutiks darželyje, mokykloje. Bandymas užbėgti tokiems įvykiams už akių leidžia pasijusti ramiau ir darbo metu mintimis nebūti namuose“, – sako psichologė.

Ji priduria, kad būtent skirtis tarp darbo ir namų yra kitas aspektas, leisiantis lengviau derinti karjerą ir vaikų auginimą: „Tėvai – tokie patys žmonės kaip ir visi, jie taip pat turi savo poreikių ir karjeros ambicijų, todėl būdami darbe neturėtų jaustis kalti, kad šiuo metu neleidžia laiko su savo vaikais.“

Anot I. Leonavičiūtės, negalintiems visos dienos su vaiku praleisti tėvams reikėtų prisiminti, kad svarbiausia ne kiekybė, o kokybė. Prioritetas turėtų būti suprasti savo vaikų poreikius, iš jų pačių išgirsti, kokio dėmesio jiems labiausiai reikia.

„Kartais vietoje įprastų „ar pavalgei“, „ar paruošei pamokas“, vertėtų paklausti, ką šiandien norėtų veikti jūsų atžala. Parodykite vaikui nuoširdaus dėmesio – kai kuriems vaikams užtenka 10-ies minučių kokybiško bendravimo, kad pajaustų tėvų rūpestį. Žinoma, kitoms atžaloms bendravimo reikia daugiau, tačiau užuot bandę išpirkti savo sąžinės priekaištus nereikšmingais daiktais ar pramogomis, pabandykite suprasti, ko reikia, kad užpildytumėte savo vaiko emocinį rezervuarą. Geriau pažinodami savo vaikų poreikius, galėsite jaustis kur kas ramesni ir darbe“, – teigia psichologė-psichoterapeutė.

**Daugiau informacijos:**

Lina Skersytė

Korporatyvinių reikalų ir komunikacijos departamentas

UAB „Lidl Lietuva“

Tel. +370 5 267 3228, mob. tel. +370 680 53556

lina.skersyte@lidl.lt