



Vásároljon legalább 4 terméket **online**, és a legolcsóbbat **most ingyen** adjuk Önnek!

AKCIÓ! [körülnézek](#)

Tchibo. Páratlan világ

-
-
-

[hírlevél](#) [regisztráció](#) [bejelentkezés](#)

- [Ez van!](#)
- [Sztárok](#)
- [Otthon](#)
- [TV-sztárok](#)
- [Gasztro](#)
- [Trend](#)
- [Család](#)
- [Szabadidő](#)
- [Egészség](#)
- [Ezo](#)
- [Baba](#)
- [Életmód](#)
- [Nők Lapja](#)

[Horoszkóp](#) [Játék](#) [Nyerj!](#) [Nők Lapja](#) [Kalkulátor](#) [Képeslap](#) [Galéria](#) [Cafeblog](#) [Megsúgom](#) [Itélőszék](#) [Szakértők](#) [Válaszkereső](#) [Fórum](#) [Párkereső](#)
[Sülvefőve](#) [Álláskereső](#) [Akciók](#) [Smink](#) [CaféTv](#) ▼

Családfenntartó asszonyok

Maradj nő, és ne zárkózz be!

- [Nők Lapja Cafe / Nők Lapja](#)
- [V. Kulcsár Ildikó](#)
- 2013. 01. 18. - 10:01

Ha visszareppennénk az időben, és ez a cikk a múlt század ötvenes–nyolcvanas éveiben íródna, a szakértők „csonka családokról” beszélnének. Most nem titulálják csonkának a gomba módra szaporodó egyszülős családokat, és már az sem ritka manapság, hogy a házasságban vagy élettársi kapcsolatban élő nők éppúgy családfenntartóvá válnak, mint az elváltak vagy az özvegyek.

Akartuk ezt a fene nagy emancipációt? Vágytunk arra, hogy ilyen erősek legyünk? Ha több nő összehajol, mindig akad valaki, aki bedobja ezt a témát. Mert minden társaságban van olyan asszony, aki egyedül gondoskodik a gyerekeiről (gyakran a párjáról is). Jó ez? Rossz? Vagy útközben deformálódik a lelkünk, és telis-tele az ország női Muszáj-Herkulesekkel?



A gyerek nem társ!

Gyakran halljuk, hogy a nőknek ezer arcuk van, és ez bizony igaz a családfenntartóként élőkre is. Hiszen találkozhatunk olyanokkal, akik úgy vállaltak gyereket, hogy tudták, egyedül lesznek felelősek érte. Ismerünk olyanokat, akiket elhagyott a párjuk, míg mások maguk döntötték el, hogy a gyerekükkel együtt kilépnek egy méltatlan kapcsolatból. És még nem említettük azokat, akik a férjük (párjuk) mellett élnek egyedüli családfenntartóként. Ez az ezerarcúság a reakcióikban is megnyilvánul. Van, aki kiegyensúlyozott és büszke magára, van, aki kötelességérzetből, szeretetből teszi a dolgát attól rettegetve, hogy nem lesz ereje egyedül felnevelni a gyerekeit, van, aki tele van dühvel és sértettséggel. Akadnak olyanok, akik sokat sírnak, és arra vágnak, hogy végre odabújhassanak valakihez, míg mások kicsit belehalnak... Nemcsak a gondokba, hanem abba is, hogy nem élnek „szabályosan”. Hiszen a felmenőink értékrendje belénk van kódolva – tűrj, lányom! –, és ha nagyon eltérünk a családi mintáktól, a többségünkben büntudat támad.



– Nehéz általános érvényű igazságokat megfogalmazni – mondja Koltai Mária pszichiáter, családterapeuta –, bár akad néhány törvényszerűség, amely majd’ mindenkire igaz. Például általánosan jellemző az egyedül nevelő édesanyák többségére, hogy a válás után önmaguknak és a külvilágnak is bizonyítani akarnak. Jelentős részük jó értelemben vett anyatigrissé válik, aki erejét nem kímélve tesz meg mindent a gyerekeiért. Nem kell heroizálni a küzdelmüket, de az biztos, hogy tiszteletre méltóak azok a nők, akik társ nélkül is képesek boldog családot teremteni, és úgy tartják el a gyerekeiket, hogy közben megmarad a mosolyuk. Gondoljunk csak arra, hogy gyakran két keresetből sem tud normálisan megélni egy család! Persze ha kicsik a gyerekek, valamivel könnyebb az anya dolga, ha kritikus kamaszok, akkor nehezebb, és az sem mindegy, hogy ő döntött-e úgy, hogy egyedül neveli őket, vagy pedig kényszerűségből teszi ezt. Utóbbiak nehezebben kezdenek új életet, és nagy a csábítás arra, hogy mártírszerepbe bújjanak, ami gátolja, hogy új kapcsolatokat építsenek. Pedig ez nagyon fontos! Minden egyszülős családban élő nőnek el szoktam mondani, hogy keressen barátokat, menjen a gyerekeivel olyan klubokba-közösségekbe – sokat segíthetnek az egyszülős klubok –, ahol sortársakkal is találkozhat, azaz ne zárkózzon be, és a nőiességét se tolja félre! Egy jó anya is lehet érzékeny, csinos nő, akinek szüksége van gyengédségre, udvarlásra... Nehéz ezt a két szerepet összeegyeztetni, de nem lehetetlen! Azt minden családfenntartó nőnek tudnia kell, hogy a fiai-lányai nem maradnak ragaszkodó kisgyerekek, és a szülő-gyerek kapcsolat egyetlen családtípusban sem sima pálya, hanem göröngyökkel – távolodásokkal-közeledésekkel – teli hosszú út. Ahhoz, hogy a gyerekek felnőttkorukban visszatérjenek, kamaszként le kell válniuk, és az őket egyedül nevelő édesanyáknak éppúgy el kell engedni őket, mintha teljes családban élnének.

Egy negyvennyolc esztendőös ügyvédnő hat éve neveli harmonikus, új kapcsolatban a fiát – már nem egyedüli családfenntartó –, de még ma is kritikusan mesél a válása utáni időszakról. Állítása szerint akkoriban a tizenhárom éves gyereke lett a társa. Sokat sírt a fia jelenlétében, vele beszélte meg a lelki és anyagi problémáit, aminek hatására a gyerek koravén és zárkózott lett. Nem volt hajlandó láthatásra menni az apjához, ő fogta vissza az édesanyját, ha sokat akart vásárolni a boltban, még a vízilabdát is abba akarta hagyni, hogy többet segíthessen az anyjának.

– Akkor ébredtem rá, hogy túl nagy terhet tettem rá, amikor az edzője figyelmeztetett, hogy a fiam nem küzd, nem kiabál a meccseken, már a sportot sem élvezte gyerekként. Nagy szerencse, hogy akkoriban már udvarolgtattott egy kollégám, aki ma már életem igazi társa, és ő türelemmel-szeretettel vette vissza a

gyerekektől a felnőtt szerepet. Nem volt könnyű elfogadtatnia magát, de ma már a „két fiú” együtt jár vízilabdameccsekre, és nem a családi költségvetés a fő témájuk, hanem az egyetemista fiam csajozásai.

– A családfenntartó édesanyák „szereptorlódásban” élnek – magyarázza Koltai Mária. – Egyszerre anyák, apák, dolgozó nők és „pénzügyminiszterek”, ami egy ember számára nagyon sok. Tehát nagyon fontos, hogy merjenek segítséget kérni – különösen akkor, ha fiúkat is nevelnek – annak érdekében, hogy a gyerekeiknek legyen férfimintájuk. Akár rokon, akár nagypapa, akár egy jó barát. Számtalan példával lehet bizonyítani, hogy egy gyerek későbbi kapcsolatainak árt, ha ő lesz az anya társa, és kis felnőttként vesz részt a család életében.

A saját utunk



Keveházi Katalin közgazdász, a kisgyermekes nők munkaerő-piaci esélyegyenlőségéért dolgozó, tízéves Jól-lét Alapítvány vezetője:

– Mindig szomorú leszek, amikor azt hallom, hogy az emancipáció vonatkozásában „túlnyertük magunkat”, azaz már nemcsak az otthon és a gyereknevelés gondjait kell cipelnünk, hanem a családfenntartói szerep is gyakran a miénk. Az idő kerekét (szerencsére) nem lehet visszaforgatni. Az nem lehet cél, hogy az anyák kizárólagos élettere a konyha, a gyerekszoba és a háztartás többi helyisége legyen, de az igen, hogy minden nő bejárhassa a saját tehetségének megfelelő utat. Ehhez azt kellene tudomásul vennünk, hogy ma már sokféle családtípus létezik, és a támogatási rendszereknek e sokféleséghez kellene igazodniuk. Képtelenség, hogy egy gyerekeit egyedül nevelő anya családi pótléka alig több, mint egy teljes családé... **Persze a gazdasági válság ezt a problémát is kiélezte.** Hiába tekinti természetesnek a magyar nők többsége, hogy a férfi a családfenntartó, az utóbbi időben számtalan férfi veszette el az állását, gyakran önhibáján kívül, és a szerepüket automatikusan vették át a nők. Ők pedig megszállottan képesek dolgozni azért, hogy a gyerekeik ne szenvedjenek hiányt, és ha kell, diplomásként is vállalnak takarítást... Egyébként a válságnak kedvező hatása is lehet, például egészségesebbé válhat a családi munkamegosztás – ha a nő dolgozik, és a férfi nem, akkor a férfi végzi el az otthoni teendőket –, és a párkapcsolatok

szövetséggé válhatnak, amelyben együtt viseljük a terheket. Annak érdekében, hogy mind többen jussanak el idáig, az alapítványunk idén létrehozta az egyedülálló és családfenntartóként élő nők önszerveződő közösségét.

Új és kiforratlan

Arra nincs adat, hogy a házasságokon és élettársi kapcsolatokon belül milyen arányban hárul a nőkre a családfenntartói szerep – vagy úgy, hogy csak ők dolgoznak, vagy úgy, hogy a sokszorosát keresik, mint a férjük-társuk –, de azt tudjuk, hogy ma több házasság szűnik meg elhalálózás és válás miatt, mint amennyi létrejön. Azaz száz házasságkötésre csaknem kétszer annyi, közel 195 házasságmegszűnés jut, és 2011-ben már a családok húsz százaléka állt egy szülőből és gyerek(ek)-ből. És az egyszülős családok nyolcvanhat (!) százalékában az anya a családfenntartó. Nem érdemes lamentálni azon, hogy ez jó vagy

rossz, hiszen minden felnőtt tisztában van azzal, hogy az az ideális, ha két szülő neveli harmóniában az utódait, közösen teremtik elő az anyagi javakat, és együtt viselik a nevelés terheit (örömeit). Két keze van a gyerekeknek, egyiket nyújtja anyának, a másikat apának... Ám amióta a nők tanulhatnak, és képesek az öngondoskodásra meg a családjuk eltartására – a társadalmi státusukat sem a férjük határozza meg –, már nem tűnnek el mindent annak érdekében, hogy eltartsák őket. **Bizony vannak családok, amelyekben nyugalmat teremt a válás...** És ne feledjük, hogy történelmi távlatból e jelenség új és kiforratlan! Még száz éve sincs annak, hogy a nők politikai választójogot kaptak – amikor e lehetőség először szóba került a magyar parlamentben, nagy derűtséget váltott ki... –, és a fejlett Svájc tavaly ünnepelte, hogy negyven évvel ezelőtt a nők a férfiakéval megegyező választójoghoz jutottak.

Ha a sorrend felborul

Nem hangzik túl szépen, de igaz: minden kapcsolatban kialakul valamiféle hierarchia, amit az is befolyásol, hogy ki keres többet. Amíg a férfi, addig nincs nagy gond – hiszen ez a társadalmi minta –, ám ha a nő, az általában konfliktust szül. Egy cinikus mondás szerint minden sikeres férfi mögött van egy nő, és minden sikeres nő mögött van egy válás. Ez természetesen túlzás, de az tagadhatatlan, hogy kevés férfi viseli jól az ilyesféle helyzetet, hiszen úgy érzik, a második helyre szorulnak. Megbillen az önértékelésük, könnyen válnak depresszióssá, egyesek elhagyják magukat, szinte kivonulnak a család életéből, mások a feleségük-párjuk ellen fordulnak. Ki durván, ki „csak” lelki terrort alkalmazva. Persze vannak jó példák is, amikor két ember úgy összekapaszkodik, hogy át tudják vészelné a „sorrend” felborulását. Egy negyvenes tolmácsnő, aki a mérnök férje kirúgása után lett családfenntartó, épp a szeretett párja érdekében találta ki, hogy rendbe kellene szedni az elhanyagolt kertjüket, és át kellene építeni (olcsón) a házukat. A férj agyondolgozta magát, közben szépen kitanulta a kertépítést. Ma már ő rendezi-építi a tehetős ismerősök portáját. Ezzel szemben egy sikeres, hatvan felé járó üzletasszony, aki ma már új kapcsolatban él, biztos abban, hogy az első házassága a karrierje miatt borult fel.

– Engem nem szeretett a volt férjem eléggé ahhoz, hogy elviselje a gyors sikeremet – mondja tárgyilagosan. – Pedig én csak jókor voltam jó helyen, és a rendszerváltozás után részt vettem egy amerikai szakemberek által szervezett konferencián, ami megváltoztatta az életemet. Kezdő vállalkozóként bátorságot merítettem az ott hallottakból, majd kihasználtam nyelvtudásomat és a külkereskedelelem területén szerzett tapasztalataimat. A kollégáimmal önálló ügynökséget alapítottam, ami sokat hozott a konyhánkra. Rengeteget dolgoztam, örültem és büszke voltam, miközben a férjem vállalkozása rosszabbul ment. De ő nem örült velem, inkább gúnyolt, idegenek előtt is sértegetett. Szerencsére a sikerek meghozták az önbizalmamat is, tehát nem törtem össze. Amikor ráébredtem, hogy hiába erőlködöm, hiába próbálok házitündért alakítani otthon, semmi nem hat rá, feladtam. Nem lehet egy ágyban élni az ellenséggel!



A válásunk után tartalmas és nyugodtabb élet kezdődött. Még sikeresebb lett a vállalkozás – nemzetközi konferenciákat is szervezünk –, közben megértő partnerre találtam. Az is öröm, hogy együtt dolgozom a közös cégünkben a felnőtt fiammal, aki becsül és szeret.

– A munkám során számtalan sikeres magyar és külföldi nővel vagyok kapcsolatban, és tapasztalom, hogy a férjeik-társaik jelentős része féltékenységet érez irántuk – mondja Ferenczi Andrea, a Magyar Női Karrierfejlesztési Szövetség elnöke. – Pedig ha elég erős a szeretetkapocs, ki lehet alakítani a családban egy olyan munkamegosztást, amelyben természetes, hogy egyszer az egyik fél keres és dolgozik többet, máskor a másik. Én minden nőt arra biztatok, hogy keresse meg azt a tevékenységet, amelyben kiteljesedhet! Tudom, hogy sok, súlyos anyagi gondokkal küzdő harmincas családfenntartó nő most azt gondolja, hogy lehetetlen, amire én azt felelem, hogy hosszú a földi lét. Például Amerikában vagy Nyugat-Európában óriási kultusza van annak,



hogy „negyven-ötven, sőt hatvan felett kezdődik az élet”! Számtalan nő kezd új tevékenységbe akkor – tanul, vállalkozik, kipróbálja magát új területeken –, amikor a gyerekei felnőttek. És ez a gazdasági válság idején is igaz. Becsülöm a férfiakat, de azt el kell mondanom, hogy krízishelyzetekben ők inkább törnek, miközben a nők nagy leleménnyel próbálnak felszínen maradni. De ez csak akkor sikerülhet, ha bíznak magukban! Amúgy gondoljunk bele, micsoda pazarlás, ha a tanult nők nem használják fel a tudásukat! Azzal pedig nem értek egyet, hogy a vezető beosztásban dolgozó kreatív nők elférfiasodnak. Egy munkájában sikeres nő éppúgy rajonghat a gyerekéért, a családjáért, mint bármelyik édesanya.

Máté Krisztina címlapfotózásán jártunk. Nézzétek meg videónkat!

Cikkünk az e heti Nők Lapjában jelent meg. További cikkeink az aktuális számból:

- [Ökoanyu: Tükröm, tükröm...](#)
- [Eszenyi Enikő: „Nekem még mindig van libidóm a Vígszínházhoz”](#)
- [Elmegy a szeretett óvó néni...](#)
- [Töltött finomságok](#)
- [Máté Krisztina: „Jó érzés, hogy mindenben számíthatok a férjemre”](#)

Ha előfizetnél a Nők Lapjára, [itt és most megleheted!](#)

Legfrissebb a címlapról: A feltétlen szeretet hete

Címkék: [válás](#), [anya](#), [egyedülálló](#)



Szponzorált hirdetések

Minden a hüvelyvadászokról

Éljenek a tisztasági betétek! Női higiénia felsőfokon. Tájékozódj.

MiLanyok.hu

Óvodás a gyermeke?

Érdekes cikkek és tanácsok az ovis korú gyermekekről a Pampers.hu-n!

www.Pampers.hu

Need a Freelancer?

Describe your idea and get quotes. No costs. No obligation. No risk.

www.twago.com/freelancers

Leszokás a cigarettáról

Ha nem áll készen az azonnali leszokásra, Önnek való a programunk

nicorette.hu/Nicorette_Rágógumik

Kapcsolódó cikkek



• [Elindultak a férfiak a lejtőn](#)



• [A gyerekvállalás költségei](#)



• [A nő vásárol, a férfi keres?](#)



• [Till Attila felesége](#)

Szponzorált hirdetések

Társkeresés

Regisztráció nélküli társkeresés Keress itt partnert még ma! Randizz

[**reg-nelkul.ctlk.hu/tarskereses**](http://reg-nelkul.ctlk.hu/tarskereses)

Divatos kismama kabátok

Jó minőségű, divatos kismama kabát elérhető áron a bonprix-nál!

[**www.bonprix.hu**](http://www.bonprix.hu)

visszatérő hüvelyfertőzés

a hüvely védelmi rendszerének helyreállítása természetes úton

[**www.vitagyn.hu**](http://www.vitagyn.hu)

Mai Napi Cuki a Startlapon: [Táncoló paták »](#)



AKCIÓS AJÁNLATOK

HIRDETÉS



Március 15. rétesnyújtó bemutatóval

Ajándék éjszakák a magyar és nemzetközi konyha remekeivel. Óriási családbarát wellness és szaunavilág

29 900 Ft/fő/2 éjtől



Akciós tavaszi hétköznapok Sümegen

9 900,-FT/FŐ/ÉJ-TŐL

Farsangi karnevál Parádfürdőn

13 000 FT/FŐ/ÉJTŐL

Március 15-i hétvége 15% kedvezménnyel

14 325 FT/FŐ/ÉJ

Március 15. rétesnyújtó bemutatóval

29 900 FT/FŐ/2 ÉJTŐL

Kapcsolódó hozzászólások

Ehhez a cikkhez még nem érkezett hozzászólás

[Belépés](#)

Hirdetés



Mennyire vagy tudatos szülő?

Válaszolj kérdéseinkre, hogy kiderüljön, a tanult és sokat olvasott, a tudatos és az ösztönös szülők közül melyik csoportoz tartozol! [»](#)

AKCIÓS AJÁNLATOK

HIRDETÉS



Tavaszi zsongás Czanik Balázzsal

16 500FT-TÓL/FŐ/ÉJ



Akciós ajánlatok Hajdúszoboszlón!

TOVÁBB AZ AKCIÓKHOZ >>>



4*-os családi wellness a Kehida Termálban!

LAST MINUTE AKCIÓ!



Tavaszi megújulás Sárváron

18 980 FT/FŐ/2ÉJ-TŐL



Tavaszi Zsongás Hévízen előfoglalással

12 600 FT-TÓL/FŐ/ÉJ

Hirdetés Álláskereső

- Területi képviselő
HRANIPEX Kft.

- [Ingatlanközvető](#) ♦...
Mozaik Ingatlan Kft.
- [Főkönyvelő](#)
BP
- [Területi vezető](#)
KSZDÉSZ NET Kft.

[Még több állás →](#)

Budapest Film



Nyerj páros belépőt az "Az a bizonyos első év" című filmre! A vetítés febr. 27-én, szerdán, Budapesten lesz.

Sorsolás: 2013-02-22

- [Játszom »](#)
- [Egy kis segítség »](#)

Gyorslinkek

- [Ez van](#)
- [Sztárok](#)
- [TV-sztárok](#)
- [TV műsor](#)
- [Gasztro](#)
- [Sülvefőve](#)
- [Szex és más](#)

- [A hét szexkérdése](#)
- [Trend](#)
- [Szépüljünk](#)
- [Öltözködjünk](#)
- [Márk átalakít](#)
- [Trend Kalkulátorok](#)
- [Család](#)
- [Baba](#)
- [Baba Kalkulátorok](#)

- [Életmód](#)
- [Psziché](#)
- [Nők Lapja Egészség](#)
- [Életmód Kalkulátorok](#)
- [Egészség](#)
- [Otthon](#)
- [Szabadidő](#)
- [Utazás](#)
- [Ezotéria](#)
- [Karrier](#)
- [Nők Lapja](#)
- [Nők Lapja Évszakok](#)
- [Nők Lapja Egészség](#)
- [Nők Lapja Ezotéria](#)
- [Nők Lapja Konyha](#)

- [Horoszkóp](#)
- [Napi kínai mantra](#)
- [Napi Horoszkóp](#)
- [Heti Horoszkóp](#)
- [Havi Horoszkóp](#)
- [Kalkulátorok](#)
- [Képeslap](#)
- [Arcképeslap](#)
- [Játék](#)

- [Galéria](#)
- [Nyerj](#)
- [Állás](#)
- [Szakértők](#)
- [Mobil NLC](#)
- [Párkereső](#)
- [CaféBlog](#)

- [Fórum](#)
- [Ez van!](#)
- [Szex & Más](#)
- [Cikk hozzászólás](#)
- [Egészség](#)
- [Csere-bere](#)
- [Trend](#)
- [Gasztro](#)
- [Sztárok](#)
- [Ezo](#)
- [Otthon](#)
- [Család](#)
- [Szeparé](#)
- [Karrier](#)
- [Életmód](#)
- [Nők Lapja](#)
- [Pol. Gumiszoba](#)
- [Szabadidő](#)
- [WellnessCafé](#)
- [TechNő](#)

- [WellnessCafé](#)
- [Story Online](#)
- [Cosmo.hu](#)
- [Startlap](#)
- [Promedia- Reddot](#)
- [Maxima](#)

- [Babaszoba](#)
- [Marie Claire](#)

- [Indíts új blogot!](#)
- [Súgd meg!](#)
- [Álomfejtés](#)
- [Kávézacc](#)
- [Erénykerék](#)
- [Szerencsesüti](#)
- [Jós ormányos](#)
- [Képeslapküldő](#)
- [Szakértők](#)
- [Sülvefőve](#)
- [Topikindítás](#)
- [Nyerj!](#)
- [Különvélemény](#)
- [Nyuszi Csoport](#)
- [Mai horoszkóp](#)
- [Tarot lap húzás](#)
- [Napi mantra](#)

© 2013 NLC - Nők lapja café. sanoma média budapest zrt. Minden jog fenntartva | [impresszum](#) | [médiaajánlat](#) | [közönségszolgálat](#) | [felhasználási feltételek](#) | [adatvédelem](#)