Marea problemă a mămicilor din ziua de astăzi: lipsa de timp

BUCURESTI - 16 februarie 2015 ora 11:52
Comunicat tip General in Educatie / Cultura, Cursuri

Mamele se plâng tot mai mult de faptul că nu reușesc să facă față tuturor responsabilităților ce le revin. De regulă, acestea trebuie să aibă grijă de copii și de treburile casnice, în timp ce au un serviciu full-time sau part-time. Ce pot face?

> “ 51% dintre mamele care lucreaza se simt vinovate ca nu petrec suficient timp cu copiii, in timp ce 55% dintre mamele care stau acasa isi fac griji din cauza faptului ca nu contribuie la bugetul familiei ”

Problema organizării timpului afectează nu numai psihicul mămicii care se simte stresată, frustrată și complexată din cauză că nu reușește să-și îndeplească toate sarcinile, dar și pe copii.
Dacă mama nu reușește să-și organizeze eficient timpul, nu mai petrece timp de calitate cu copiii, astfel încât educația lor are de suferit. Deseori, și soțul se simte neglijat din cauză că soția sa alocă prea mult timp activităților legate de casă, job și copii.

Din acest motiv, Centrul de Parenting organizează, în premieră în România, un curs practic de Time Management destinat exclusiv mămicilor care au nevoie să-și organizeze eficient timpul și să facă față atât nevoilor familiei, cât și activității profesionale.
Un studiu realizat acum ceva timp de Working Mother Research Institute din SUA arată că atât femeile care se întorc la serviciu la câteva luni după ce au născut, cât și cele care stau acasă câțiva ani se simt vinovate și frustrate.
Concret, 51% dintre mamele care lucrează se simt vinovate că nu petrec suficient timp cu copiii, în timp ce 55% dintre mamele care stau acasă își fac griji din cauza faptului că nu contribuie la bugetul familiei. Totodată, curățenia în casă este un motiv de autocritică pentru 55% dintre mamele care merg la job, dar și pentru 44% dintre cele care nu au serviciu.
Conform studiului citat, indiferent dacă lucrează sau nu, peste o treime dintre mămici sunt frustrate din cauză că nu petrec suficient timp cu partenerul, iar aproximativ 45% dintre acestea sunt nemulțumite pentru că nu își dedică suficient timp îngrijirii personale.
Așadar, gestionarea corectă a timpului este o provocare pentru o femeie care are copii, nemaifiind o chestiune de opțiune, ci o abilitate absolut necesară pe care toate mămicile trebuie să și-o însușească pentru a reuși să îmbine reușit aspecte precum: relația cu copiii, relația cu cu soțul, treburile casnice, jobul și nevoile de îngrijire și dezvoltare personală.
O bună gestionare a timpului înseamnă armonie în familie: copii bine îngrijiți și educați, mămici fericite și lipsite de stres și soți mulțumiți.
Cursul lansat de Centrul de Parenting prezintă opt principii ale organizării unei mame care îi asigură timpul necesar pentru sine, casă, job și pentru fiecare membru al familiei și oferă modele practice de organizare a activității unei mămici pentru o zi, o săptămână și o lună.
Cursul va avea loc sâmbătă și duminică, 21-22 februarie 2015, în București, pe str. Mendeleev nr. 7-15, la Education Point.
Pentru mai multe informații, consultați pagina cursului de Time Management pentru Mamici de pe Centruldeparenting.ro
Contact:
Ana BâtcăCo-fondator
CentruldeParenting.ro0729.729.632cursuri@centruldeparenting.rowww.centruldeparenting.ro
Despre Centrul de Parenting

CENTRULDEPARENTING.RO ofera parintilor moderni articole cu adevarat utile si importante, care ii vor ajuta in cresterea, educatia si dezvoltarea copilului. Aflam, testam si recomandam cele mai bune sfaturi care sa te ajute sa creezi si sa mentini armonia in familie. Incercam si inventam pentru proiecte DIY si apoi iti aratam cum sa le faci. Citim carti pentru parinti, testam jucarii pentru copii si apoi iti spunem ce

merita sa cumperi.



CENTRUL DE PARENTING
http://centruldeparenting.ro/