

„Megtanítom az anyukákat, hogyan álljanak ki magukért”

Repka Ágnes egy kétéves kislány anyukája, vezető egy multinacionális, személyzeti szolgáltató cégnél, blogján tanácsokat ad anyukáknak munkajoggal, karrierrel kapcsolatos témákban. **SZÖVEG: BARABÁS JÚLIA**

MIKOR KEZDTE ÍRNI A BLOGOT?

Tavaly tavasszal, a kislányom még nem volt egyéves. Az otthonlét nem volt könnyű, nagyon pörgős ember vagyok, a 38. hétig dolgoztam a várandósság alatt. Persze a gyerek körüli teendők lefoglaltak, de a maradék időben szerettem volna valami konkrét szakmai munkát is végezni.

MIÉRT ÉPPEEN BLOG ÉS MIÉRT ÉPPEEN EBBEN A TÉMÁBAN?

Arra gondoltam, ez az a fórum, ahol sok emberhez el tudok jutni, a személyes tanácsadás nem férne bele az időmbe. Látható a honlapon, hogy a válaszok így is mindig éjszaka vagy a hétvégi alvásidőben születnek. A téma adott volt, HR-területen dolgoztam korábban is, a jelenlegi munkahelyemen pedig már lassan tizenegy éve ezzel a területtel foglalkozom. Mindig is érdekelt, hogyan bánnak a nőkkel. Sok ijesztő történettel találkoztam, és ahogy közeledtem életkorban és főleg élethelyzetben, egyre jobban átéreztem a kisgyerekes anyák munkahelyi gondjait. Bár en-

gem nem fenyegetett például az a veszély, hogy nem vesznek vissza. Nem vagyok elvakultan munkáltatóellenes, nem igaz, hogy a gonosz munkáltatók mindig kihasználják a szegény anyukákat, bár tény, hogy az esetek nagy százalékában ezzel fordulnak hozzám a blogon. De mindkét félnek van szerepe abban, hogy oda jutottak. Az egész rendszer rossz, merthogy a középiskolában még nem tanítanak munkajogot, pedig szükség lenne rá. Az anyukák nem állnak ki magukért, talán, mert azt hiszik, úgysem lehet igazuk, vagy nem is tudják, mi az igazság, mihez van joguk. Ezért sok szakmai anyagot, informatív posztot írok, amelyekben tételesen, közérthetően megmagyarázom, hogy mit jelentenek a „bikkfanyelven” megfogalmazott szabályok. Hiszek abban, hogy határozottan, de udvariasan, a jogaink ismeretében kommunikálva, mindkét fél érdekeit figyelembe véve, lehet közös megoldást találni a problémás helyzetekben is. Ha megtanítom az anyukákat arra, hogyan álljanak ki

magukért, magasabb szintű munkavállalói öntudatosságot érhetünk el.

Hiánytémák, fontos kérdések

MI MINDENT LEHET A BLOGON TALÁLNI?

Karrierrel és munkajoggal kapcsolatos posztokat minden olyan témában, amely ahhoz szükséges, hogy állást találjon vagy váltson az anyuka vagy a jogairól tájékozódjon. Tanácsot kap a szabadság kiszámítására, munkába viszatérés jelzésére, felmondási védelemre, és arra is, hogyan írja meg az önéletrajzát, majd hogyan szerepeljen jól telefonos vagy személyes interjúban. Mit válaszoljon arra, hogy hány gyereke van, kire tudja bízni őket, ha betegek. A blog másik része a hozzászólásokra, kérdésekre adott válaszaiból áll össze.

MI TÖRTÉNIK, HA A BLOG AKTUÁLIS TÉMÁI EGYSZER VÉGET ÉRNEK?

Ettől féltem én is, ötven posztra elegendő témát írtam össze előzetesen. De egy év alatt több mint 130 poszt

lett, és több mint 700 kérdés és arra adott válasz van az oldalon. Kimeríthetetlen a téma. **MI A JOBB, HA SOK KÉRDÉS VAN, VAGY HA KEVÉS?**

Sok blogger ajánlotta, hogy legyenek sablonválaszaim, de nem tudom megcsinálni, hogy ne egyesével, személyre szabottan, akár huszonegyedszerre is ugyanazt írva válaszoljak. Minden esetben nyilvánosak a kérdések és a válaszok, hogy a többiek is tanulhassanak belőle, hiszen ez a blog célja. Persze vannak ismétlődő kérdések is, hiszen mindenki úgy gondolja, hogy az ő kérdése speciális, a neki szóló válasz birtokában nyugodtabb. Sokáig, ha kérték, számolgattam a szabadságokat, aztán inkább leírtam, hogyan tudja mindenki a magáét kiokoskodni, hiszen az a cél, hogy az anyukák ne hagyatkozzanak másra, a munkáltatóra vagy akár rám, hanem tisztában legyenek a jogaikkal. Sokan tudják, a kolléganőim olvassák és terjesztik is. Nemegyszer kértek már kollégák



az ismerőseiknek, barátaiknak segítséget anyukás témákban.

Magánéleti múlt és jelen

LILI APUKÁJA MENNYIRE TUD BESEGÍTENI A GYEREK KÖRÜLI ÉS AZ OTTHONI TEENDŐKBE?

Nem lehetne mindezt egy komplett támogató csapat

nélkül végezni. Lili hét hónapos kora óta van dadusunk, muszáj, mert a szüleim 150 kilométerre laknak, és Lili apukája nagyon sokat van külföldön. A szülés után nem sokkal is előfordult, hogy tíz napig egyedül voltam az újszülöttel. Ez az időszak azért is nehéz volt, mert amikor hazahoztuk a kórházból, négyszer harminc perccel kimerítette az alvásigényét.

Akkor kezdett csak nőni az alvásigénye és ezzel az én szabadidőm, amikor már küszni, mászni, járni kezdett. Szerencsém van a lányommal, nagyon jól, természetesen, sérülés nélkül vette, hogy anya dolgozni megy. De figyelek az egyensúlyra, hogy a délután, amikor hazaérek, a lefekvéséig csak az övé, azaz

a miénk legyen. Amikor iskolában vagyok, az anyukám vagy az apukám vigyáz Lilire. Nélkük nem is menne...

VAN, AMIKOR NAGYON ELFÁRADSZ, ÚGY ÉRZED, ELÉG MINDENBŐL?

Rendszeresen. De amikor hazaérek, Lili vigyora és a „mi közös időnk” nagyon feltölt. Sokan kérdezik, nem bánt-e, hogy lemaradok azokról, amiket ő otthon napközben művel. Abban hiszek, hogy boldogtalan anyukának nem lehet boldog gyereke. Ha én bedilizek a háromévesnyi otthonléttől, az nem tesz jót a gyerekeknek sem. Úgy gondolom, így vagyok, vagyunk boldogok. Persze, ha a lányom nem tolerálta volna, nem csinálnám. A munkában a közös szakmai sikerek és a kollégák is motiválnak, és a blogon érkező eredmények és köszönetek is

edzést is, mert viszonylag gyorsan letudható a napi adag, és tetszik, hogy célzottan tudok izomcsoportokat mozgatni. Úszni is szeretek, szerencsére a társasházunk aljában van egy kis uszoda, így ha valaki vigyáz Lilire, gyorsan le is szaladok. **TUDATOS VAGY ABBAN, HOGY MIT ESZTEK?** Nagyon. Amikor a hozzátáplálást elkezdtük, a lányom kiköpte a főztömet. Nem lepett meg, nem vagyok jó a konyhában. A biobébiételt viszont örömmel ette sokáig. Most hetente kétszer kap halat, mert hiszek abban, hogy kell az agyi fejlődéshez. De nem vagyok ebben sem elvakult. Tudom, ha bekerül a közétkeztetésbe, nem fogják mézzel kevert biokosztont tartani a gyermekemet. Próbálok megtalálni itt is az egyensúlyt, ha ordítva

” HISZEK ABBAN, HOGY HATÁROZOTTAN, DE UDVARIASAN, A JOGAINK ISMERETÉBEN KOMMUNIKÁLVA, MINDKÉT FÉL ÉRDEKEIT FIGYELEMBE VÉVE, LEHET KÖZÖS MEGOLDÁST TALÁLNI A PROBLÉMÁS HELYZETEKBE IS ”

olyan visszajelzések, amelyek azt mutatják, hogy érdemes ezt a kötetlancot folytatni.

MIRŐL KELLETT LEMONDANOD?

Régen vitorláztam, hastán-csont hiányzik. Tíz éve nagyon sokat mozogtam, aztán, ahogy a munka egyre több időt igényelt, csökkent a szabadidőm, de a heti két-három alkalom mindig belefért. Amikor sokat jógáztam, a kollégáim is mondták, nyugodtabb vagyok, nem pörgök fel annyira. Nagyon szeretem az edzőtermi

kekszet követel, és nincs türelmem meggyőzni, hogy jobb a szülő, nem hal bele, ha eszik két darabot. Azt mondják, a gyerek tudja, mi kell neki. Azt hiszem, hogy pici odafigyelésen túl nagyobb erőfeszítésre nincs szükség, hogy egészségesen egyen a lányom.

HOGYAN TERVEZED, MEDDIG VISZED A BLOGOT?

Az az alapállásom, hogy mindent addig csináljak, amíg élvezem. A munkában, a magánéletben egyaránt. Azt persze nem lehet tudni, mi lesz tíz év múlva a bloggal. Meglátjuk... Ha nem is ilyen formában, de az anyukás téma biztosan elkísér az elkövetkezendő években is! **df**