



## **Rozmowa: Rola rodzica nadała największy sens mojemu życiu**

2023-06-21

**Od kwietnia 2023 roku ojcowie w Polsce mają prawo do 9 tygodni nieprzenaszalnego urlopu rodzicielskiego. Fundacja Share the Care w ramach prowadzonej kampanii „Nowe Prawo dla Ciebie Tato!” przedstawia Tomasza, ojca Tosi, który na urlopie rodzicielskim spędził cały rok. Jak to wspomina? Przeczytajcie!**

### **Każdy z nas wie, że opieka nad maluchem to nie jest bułka z masłem, jak to było u Was?**

Naturalnie nie jest to bułka z masłem – wymaga zaangażowania, uważności, pociąga za sobą odpowiedzialność. Kiedy próbuje się „wcisnąć” inne aktywności do harmonogramu dnia, pojawia się sporo stresu i frustracji, które nikomu nie służą. Dlatego jedną z pierwszych decyzji, jakie podjąłem, było pełne skoncentrowanie się na Tosi w czasie mojej opieki i pozostawienie reszty spraw na inny czas. To było bardzo trudne, ale i uwalniające: dało mi spokój ducha, że zajmuję się tym, co w danej chwili jest najważniejsze; wiedziałem już, że dla niemowlęcia pełna uwaga w czasie pielęgnacji jest bardzo potrzebna; przekonałem się że świat się nie zawali, jeśli przez jakiś czas zajmę się tylko jednym jego mieszkańcem i wreszcie – uczyłem się na nowo sztuki uważności i skupienia, która w dzisiejszym świecie pełnym ekranów, jest coraz trudniejsza do rozwinięcia.

### **Co zdecydowało o tym, że skorzystałeś z urlopu rodzicielskiego?**

Przede wszystkim fascynowała mnie perspektywa nauki komunikowania się z malutkim człowiekiem, który nie potrafi mówić. Perspektywa zrozumienia się bez słów, odczytywania sygnałów na podstawie mimiki, gestów, płaczu czy potem pojedynczych dźwięków była dla mnie fascynującym wyzwaniem, którego chciałem doświadczyć.

Miałem też poczucie spełnienia zarówno w sferze zawodowej i czysto osobistej. Rola rodzica wydała mi się na tamten moment najciekawszą, nadającą największy sens mojemu życiu.

### **Jak Twoją decyzję przyjął pracodawca?**

Z urlopu korzystałem przez niemal rok, łącząc różne możliwości, które w 2016 roku dawało polskie prawo. Zdawałem sobie sprawę, że jak na polskie warunki to bardzo długi czas przerwy od pracy, na jaki może zdecydować się młody ojciec. Z pewnością decyzję ułatwił mi fakt, że pracowałem w międzynarodowej korporacji, której europejską siedzibą były Niemcy. Moja przełożona pochodziła z tego kraju i moją decyzję przyjęła ze zrozumieniem. Pamiętam, że usłyszałem wtedy, że niemieccy ojcowie zwykle biorą około 6 miesięcy przerwy od pracy, ale dłuższe urlopy też się zdarzają. Ta pierwsza rozmowa była dla mnie bardzo ważna i fakt, że zostałem zrozumiany, dał mi potem wiele spokoju.

### **Jak byłeś traktowany przez otoczenie i znajomych podczas urlopu z dzieckiem?**

Wiele osób było zaskoczonych, bo nie kojarzyłem im się raczej z opiekuńczym rodzicem. Zanim zostałem ojcem byłem bardzo aktywny na wielu polach, dużo podróżowałem, uczyłem się i korzystałem z możliwości rozwoju osobistego. Postanowiłem to wszystko zostawić i było to przyjęte z dużym zdziwieniem.



Jednocześnie spotykałem się z bardzo przychylnymi reakcjami i ze strony kobiet, które często podkreślały, że tak „być powinno”, jak i mężczyzn, którzy komentowali, że „też tak by chcieli, gdyby...” Pamiętam, że wielu moich kolegów planowało więcej czasu spędzić z kolejnym dzieckiem, jeśli ponownie mieliby zostać ojcami, bo mieli okazję przekonać się, jak wiele ich ominęło, kiedy nie mieli możliwości bycia ze swoim pierworodnym lub pierworodną w pierwszych latach i jak to utrudniało budowanie bliskiej więzi, na której im zależało.

## **Największe wyzwania**

Największym wyzwaniem z tego okresu był brak snu. Przez trzy pierwsze lata życia Tosia nie przesyiała w zasadzie żadnej nocy od wieczora do rana. Wybudzała się, popłakiwała, trzeba było ją uspokajać, być przy niej, co oznaczało regularne nocne wędrówki z sypialni do jej pokoju. Śmiałem się, że doświadczyłem pracy zmianowej w ten sposób. Często brałem „nocki” i odsyiałem potem do południa, kiedy rano opiekę przejmowała moja żona. Z pewnością na fizyczne zmęczenie wpływ miał też fakt, że stosunkowo późno zdecydowaliśmy się na pierwsze dziecko. W chwili urodzin Tosi, byłem już czterdziestolatkiem, więc pewnie miałem mniej energii fizycznej niż dziesięć lat wcześniej.

## **Najprzyjemniejsze chwile**

Och, było ich mnóstwo. Niektóre są tak zwyczajne, że na co dzień nie zwracamy na nie uwagi. Na przykład kiedy słuchałem uważnie oddechu malutkiej Tosi. To jest bardzo kojący dźwięk. Na początku zupełnie nowy i dlatego wydaje się cudowny. Nie tylko mówi nam, że rodzicielstwo to nie sen, który minie o świcie. Oddech mówi też nam, że z dzieckiem wszystko w porządku. Uzmysławia, jak bardzo nam zależy. Albo na przykład, kiedy po raz pierwszy Tosia zdziwiła się, że puściła bąka. Umarłem ze śmiechu, ale i wzruszyłem się. Tyle jeszcze ten mały dzieciaczek ma do odkrycia. Cudowne.

## **Jak zachęcićbyś innych ojców do korzystania z urlopów?**

Każdy z nas musi w momencie urodzenia dziecka zdecydować, co jest najważniejsze dla nas samych i dla rodziny. Zachęcam do refleksji i rozmowy z partnerką na ten temat. Kwestie finansowe są ważne, ale może warto rozważyć też inne aspekty przed podjęciem decyzji. Po pierwsze ulotności tych pierwszych tygodni życia dziecka, w których tak dużo się dzieje, tak wiele się zmienia, a które nigdy już nie wrócą. Nigdy bym nie przeżył tylu wyjątkowo przyjemnych momentów, gdybym nie był przy Tosi wtedy przez dłuższy czas.

Po drugie, o czym mówi się bardzo rzadko, istnieje zależność między rozwojem w roli rodzica a rozwojem zawodowym. Inwestując swój czas w opiekę nad dzieckiem (nie tylko w czasie omawianych tutaj 9 tygodni urlopu rodzicielskiego), rozwijamy kompetencje, które są niezwykle przydatne w pracy – cierpliwość, budowanie relacji, stawianie granic, zachęcanie do współpracy, itd. Umiejętności miękkich bardzo trudno się nauczyć, ich doskonalenie wymaga czasu. Rodzicielstwo daje nam niesamowitą okazję do ich przyspieszonego rozwoju, co owocuje po powrocie do życia zawodowego. Ja z pewnością podjąłbym taką samą decyzję jeszcze raz.

---

Tato, wiesz jak możesz skorzystać z 9-ciu tygodni urlopu rodzicielskiego? Czy znasz wszystkie przysługujące Ci prawa?



**Magiczny  
Kraków**

[Dowiedz się więcej i pobierz nasz bezpłatny informator o prawach przysługujących ojcom po narodzeniu się dziecka #PRAWATATY.](#)

**Zadanie publiczne współfinansowane ze środków miasta Krakowa.**