



آیا مادران خانه دار بیشتر دچار افسردگی می شوند

مادران خانه دار در حدود 60 سال پیش در دنیا به شدت ستایش می شدند.

مادران خانه دار در حدود 60 سال پیش در دنیا به شدت ستایش می شدند. مادران خانه دار خدایان تسلط بر اقتصاد خانواده بودند. با تغییر عرف جوامع نگاه ها بر این قشر جامعه سنگین شد. تبلیغات رسانه ای خلاف روند پیشین را در پیش گرفتند و اشتغال زنان مورد تشویق و تمجید قرار گرفت.

ایده شات نوشت: واقعیت این است که دنیای امروز از دو مرحله ی ستایش و سرکوب مادران خانه دار عبور کرده و دچار سردرگمی شده است. از یک طرف با قشری از مادران خانه دار مواجه هستیم که محیط خانه را گرم و شاد می کنند و وبلاگ های متعدد هنرمندانه در سراسر دنیا گویای این امر است و از طرفی زنان نمونه ای در جهان وجود دارند که به حد اکثر موفقیت در شغل خود و در کنار آن در انجام وظایف مادری رسیده اند.

چه چیزی مادران را شاد یا افسرده می کند ؟

سالیان زیادی این عقیده رواج داشت که مادران خانه دار به علت محدودیت های درون خانه و محدودیت های اقتصادی و عدم داشتن تفریح کافی بیشتر به افسردگی دچار می شوند. اما این تفکر در مورد مادر شاغل نیز صدق می کرد زیرا بار مسئولیت ها بر دوش آن ها بیشتر بوده و وقت کمتری برای رسیدگی به خود داشتند. تفکرات روانشناسانه کم کم به این سمت حرکت کرد که شادی واقعی و درونی فرد اساساً به شرایط اطراف او ربطی ندارد. نظر سنجی گالوپ در سال 2012 از مادرانی که خانه دار بودند و مادران شاغل نشان داد که ماندن در خانه بیشتر عامل ایجاد احساس و افکار منفی در زنان می شود و آن دسته که خانه دار بودند 28% دچار افسردگی بودند و مادران شاغل 17 درصد افسردگی داشتند.

علت افسردگی مادران

به طور کلی انزوای اجتماعی، کاهش مهارت های حرفه ای و احساس مفید بودن می تواند عامل ایجاد افسردگی مادران باشد. گاهی یک فرد خانه دار می تواند حس واقعی مفید بودن را داشته باشد اما یک فرد شاغل چنین حسی نسبت به خود نداشته و به افسردگی دچار شود.

دوری از فرزندان

گاهی فشار بار مسئولیت فرزندان نیز روحیه ی مادران را خراب می کند. شاید مادران شاغل به این علت که ساعاتی را از فرزندان خود دور هستند سختی پرورش کودکان را کمتر حس می کنند. اما این که این روند بر تربیت فرزندان و آینده آن ها چه تاثیری دارد بحث دیگری است. در واقع نظر سنجی از مادران نشان می دهد اکثریت زنانی که دارای فرزند کوچک هستند ترجیح می دهند به طور نیمه وقت در خانه نباشند و حتی تمام وقت کار کنند و به اصطلاح فرار کنند. به نظر می رسد حالت آرزمانی برای روحیه و شادابی یک زن چیزی بین مادران شاغل تمام وقت و مادران خانه دار تمام وقت است.