

ŽIVOT JEDNE ŽENE

Napisala: **Kristina Ercegović,**
Fotografije: **Mateja Vrčković**

Velike se prekretnice događaju u našim malim životima svaki dan. Pet divnih stvarnih žena iskreno nam priča o promjenama nakon vjenčanja, rođenja djeteta, razvoda i otkaza

Ne postoji život bez promjena. Promjena je jedina sigurna stvar u našem životu. Iako smo toga svjesni, malotko dobro reagira na promjene jer svi mi volimo ono poznato što nam daje osjećaj sigurnosti, a promjene nose neizvjesnost i nepredvidivost.

Vjenčanje, rođenje djeteta, razvod braka, otkaz i promjena ili pokretanje vlastitog posla te selidba u drugi grad ili državu neke su od najvećih životnih promjena. Svaka od njih može biti prilika za zaokret i novi početak.

Sve su one normalna životna pojava, a normalan je i naš strah od njih. Dobra vijest jest da se nošenje s promjenama može naučiti. Kako ćemo reagirati na njih i kakva osoba ćemo putem i zbog toga postati, pitali smo naše sugovornice.

Nedavno sam čula jednu lijepu priču o tome kako ptica sleti na granu ne zato što ima povjerenja da grana neće puknuti, nego ima povjerenja u sebe i svoja krila, zna da će moći poletjeti ako i kada zatreba. Pozitivna slika o sebi i vjera u sebe, svoje sposobnosti, talente, vještine, osobine poput snalažljivosti. O tome je riječ.

Otpornost. I o tome se radi. Koliko dobro ćemo se nositi s promjenom? Kako brzo ćemo se dići nakon pada i nastaviti dalje. Hoćemo li znati izvući maksimum iz postojeće situacije?

I sama sam u jednom periodu u životu prolazila sve navedene najveće životne promjene, jedino se nisam selila u drugi grad i državu, no sedam puta sam se selila unutar istog grada s malim djetetom u kratkom roku te sam iskusila dodatni stres o kojem se malo govori, a to je prodaja vlastite tvrtke. Tu je i promjena prezimena nakon što sam izgradila karijeru pod drugim, pa sam morala sve ispočetka. Kad sam se razvela, što mi je bio veliki šok i najveća promjena, postavila sam si pitanje koje mi je pomogla i u svim kasnijim promjenama: Što je dobro u svemu tome? Što sad mogu? Kad sam krenula nabrajati: slobodno svako drugo poslijepodne i svaki drugi vikend, pola ljetnih i zimskih praznika slobodnog vremena samo za sebe – krenula sam izvlačiti najbolje iz postojeće situacije. Važno je na što ćemo staviti fokus. Na ono što imamo ili na ono što nemamo te na ono što je dobro ili loše u novonastaloj promjeni.

A najvažnije je tko smo i tko želimo biti, kakva osoba želimo

postati jer upravo sve ove promjene utječu na naš identitet i mi imamo priliku postati drukčija – bolja ili lošija osoba. Razgovarala sam s pet divnih žena koje su nedavno prošle kroz pet ključnih životnih promjena o tome kako se nose s njima i evo kako to u stvarnosti, bez ikakvog uljepšavanja i društveno poželjnih odgovora zaista izgleda.

VJENČANJE

Iako lijepa, vjenčanje ipak je velika promjena bez obzira na to kada se dogodi i u kojim okolnostima. Jelena Depope, modna dizajnerica iz Rijeke ima zanimljivu životnu priču. Što se vjenčanja tiče kaže: „Zanimljivo je što sam sadašnjeg supruga upoznala nekoliko mjeseci nakon rođenja prvog djeteta kada sam bila sama. Energija koju sam tada osjetila među nama bila je toliko moćna da sam odmah u tom trenutku znala da je to čovjek s kojim želim provesti cijeli svoj život. Mislim da je upravo naša ljubav razlog snage i sigurnosti koju osjećam i koja me izvukla iz svih strahova, jer nije lako sve raditi sam, iako sam znala da mogu. Izabrala sam podijeliti život s njim, otvoriti se i prihvatiti ga za partnera. Nakon udaje, dobila sam osjećaj pripadnosti i potpunog povjerenja u sve što sam do sada osjećala samo u sebi, a sada to imam sa svojim partnerom. Osjećam se kao da sam jedna osoba u dva tijela. Mogu se osloniti na njega u bilo kojem trenutku, na bilo kojem kraju svijeta, a kod nas je mnogo puta i bila takva situacija jer je suprug putovao jako često, od Grčke do Šri Lanke. To nikada nije predstavljalo problem u komunikaciji i osloncu. Međusobno smo si velika podrška, a on zaista puno pridonosi – i oko djece, i u kući, i oko financija. Moje emocije u vezi s partnerstvom nakon udaje dobile su smisao. Nema više klasične zaljubljenosti ili onog osjećaja da ovisim o drugoj osobi (ili netko o meni), već koračamo kroz život snažno i paralelno, doslovno u dobru i u zlu. Suprug i ja imamo jedno pravilo, a to je da nikada na spavanje ne idemo posvađani. Što god imamo riješiti, riješimo prije spavanja. Nikada si nijednu ružnu riječ nismo rekli iako se znamo posvađati. I to mi je jedan od pokazatelja velikog uspjeha. Zaista se osjećam sretnom. Mogla bih to nazvati slobodnom srećom. Nju nisam osjećala u prijašnjim vezama jer nije postojala ta potpunost.“

ROĐENJE DJETETA

Da, beba mijenja partnerski odnos. Jedan od najvećih stresova s kojim se suočavaju bračni parovi jest rođenje djeteta, posebno prvog. Beba je s jedne strane izvor velike sreće, ljubavi i novog oblika povezanosti, ali paralelno se javljaju i neki novi izazovi s kojima se par mora naučiti nositi. Jednom kada žena postane majka, mnogi si uzimaju za pravo davati joj neželjene savjete, zabadati nos u njene privatne stvari, a tu su i nedostižni standardi kako jedna

žena treba živjeti koje su postavile tzv. čuvarice patrijarhata, pa ako tako ne ide, žene nailaze na osude drugih žena, optužbe. Tu je jedini lijek poštovati pravo na izbor, pa i kad se s njime ne slažemo, i ne nametati svoj način kao jedinu i najbolju opciju te poštovati tuđe odluke.

Matea Maček, vlasnica je OPG-a iz Opuzena i s nama je podijelila priču o promjeni koja je nastala rođenjem njezine kćeri.

„Umjesto divnog kućnog poroda, završila sam na carskom rezu. Dubokom emocionalnom rezu i boli. Nije bilo onako kako sam zamišljala i željela. Završilo je potpuno drukčije. Za mene je to bilo izrazito tužno, a istodobno sam bila preplavljena neopisivim osjećajima – ljubavi, snagom, hrabro-



UVIJEK SE PITAJ - ŠTO JE DOBRO U OVOME I ŠTO SAD

sti, odlučnosti.

Djevojčica Luna došla nam je kad smo i muž i ja duboko u sebi rekli „da“. Donijela je promjene koje svako malo biće donosi – promjenu svakodnevice – nismo više bili on i ja, sada smo postali troje! Fokus je sada na djetetu. Ono nam je davalo ritam, ali u zdravim granicama koje smo mi postavili.“

Kad se djeca rode, izazov je održati kvalitetan partnerski odnos i ne zanemariti ga, Matea je toga svjesna i kaže: „Suprug i ja se uvijek podsjećamo da smo prvo bili nas dvoje i da smo nas dvoje i naš odnos osnova za zdrav razvoj i život djeteta. Nije uvijek lako, ali je ujedno i divno, pogotovo kada nam je sve postalo igra. I privatno i poslovno.“ Srećom, Matea je svjesna i koliko je važno ne zanemariti i ne kritizirati sebe, pa kaže: „Da, katkada se javi strah, sumnja u neke odluke, postupke, misli da ne znam kako ću, da to ne mogu, da mi je previše i pitanja je li moglo drukčije i jesam li dovoljno dobra. A onda se ‘resetiram’, zatvorim oči, legnem na pod,

duboko dišem i vratim osmijeh i ljepotu. To je ono što me najbolje izvuče kada zaronim. Rješenje uvijek nadem u sebi. Redovito odlazim na masaže i vježbam, to mi pomaže dovesti tijelo u balans, a redoviti rad na seminarima konstelacija daje mi širinu pogleda i shvaćanja života i odnosa.“

Matea kao poduzetnica ima i specifičnu situaciju, bez klasičnog roditeljnog dopusta, pa sam je pitala kako je „pustila kontrolu u tvrtki“, na što mi je odgovorila: „Bilo je vrlo neizvjesno kako će moj dio posla ići, hoće li biti sve u redu. U počecima sam bila na ‘stand by’ i sve još provjeravala i sebe doslovno mučila i davala si neke nepotrebne brige, da bih u jednom trenutku samo otpustila i dopustila drugima da pridonesu razvoju našeg OPG-a.“

Matea kaže da je nakon ovog iskustva naučila čuti druga mišljenja i čvrsto stajati iza svojih odluka jer nitko ne stoji u „njezinim cipelama“ i ne može znati bolje što je dobro za nju od nje same. Usto, kaže, uči se tražiti i primiti pomoć. Njen je stav prije bio „ne treba mi nitko, mogu sve sama“, a sada



Matea Maček

priča o rođenju djeteta



Ela Pavuša

priča o razvodu

MOGU NAPRAVITI.

ističe: „Tu smo jedni za druge. I to je itekako lijepo!“

RAZVOD

Kad dođe do razvoda, presudno je zadržati pozitivnu sliku o sebi kako ne bi prevladali osjećaji neuspjeha i izdaje. Također je važno ne omalovažavati sebe, prestati se uspoređivati s drugima, preuzeti odgovornost za ostatak svog života i fokusirati se na ono što možemo učiniti.

Ella Pavuša, Ruskinja je koja živi u Zagrebu 20 godina, liječnica i voditeljica projekata kliničkih ispitivanja u istraživačkoj ustanovi podijelila je s nama svoju priču.

„Kad sam se razvela, osjećala sam tugu i razočaranje, kao da je jedan od mojih najvažnijih životnih projekata propao, projekt koji je trajao 17 godina, u koji sam uložila puno nade, truda i ljubavi. Osjećala sam i strah od budućnosti i neizvjesnosti.

Morala sam preuzeti odgovornost, donositi odluke i brinuti sama apsolutno za sve što se događalo u mom životu i životu mog sina. Morala sam u potpunosti preuzeti ulogu roditelja. Morala sam dosta naučiti o stvarima o kojima do tada nisam imala pojma, o kojima uobičajeno brine muški dio obitelji. Shvatila sam kako sam do sada zapravo većinu vremena živjela prateći i zadovoljavajući zahtjeve društva i drugih osoba, dosta potiskujući svoje potrebe i svoj potencijal.

Shvatila sam kako sam mnogo truda, vremena i energije trutila pokušavajući spasiti nešto što već neko vrijeme nije imalo smisla spašavati. Shvatila sam koliko djeca pate kad odrastaju u toksičnom braku svojih roditelja i koliko to utječe na njihovo odrastanje, psihički razvoj i njihovo shvaćanje života. Da, život više neće biti isti, da, od trenutka rastave imam više odgovornosti, više životnih i financijskih obaveza, ali s druge strane to mi daje mogućnost da idem naprijed.

U tom periodu imala sam i dosta problema sa sinom koje sam, nažalost, morala rješavati sama. To mi je pomoglo shvatiti koliko je bitno svjesno roditeljstvo, odnosno uloga roditelja u životu djeteta. Bilo mi je teško ostati samoj s muškim djetetom u pubertetu koje je u tom trenutku imalo 'buru u glavi' od svega što mu tada događalo.

S obzirom na vrstu posla koji radim bilo je teško uskladiti posao i sve ostale obaveze, pri tome ostati pribrana, psihički stabilna, biti autoritet i potpora svom sinu.

S druge strane osjećala sam oslobođenje od nečega što nije više imalo smisla i trošilo me psihički i fizički. Veselila me spoznaja kako konačno dolazi kraj nezdravim odnosima, a slijedi početak novog života koji će donijeti nove mogućnosti, znanja, poznanstva.



Glorija Curavić priča o razvodu

Veselilo me što sam konačno imala trenutke i životni prostor samo za sebe.

Shvatila sam da sam ojačala, da imam više samopouzdanja, mogućnost rasta u smjeru u koji želim.

Nažalost, nisam imala podršku obitelji jer mi obitelj živi u inozemstvu. Nisam htjela opterećivati prijatelje svojim problemima i situacijom, no u najtežim problemima zatražila sam pomoć najbližih prijatelja. Kad mi je bilo najteže, izvukla me želja da budem sretna, da ova situacija donese meni i sinu novi početak, postane prilika za osobni rast i razvoj, da nas zbliži i ojača.

Glorija Curavić, poduzetnica iz Šibenika rekla nam je:

„Udala sam se vrlo mlada, s tek navršениh 20 godina i bila sam presretna i zaista sam uživala gradeći brak i obitelj. Prekinula sam studij u Hrvatskoj i preselila se u Ameriku sa svojim sada bivšim suprugom. Odgojena sam u patrijarhalnoj obitelji gdje je ustanova braka vrlo bitna. Meni je bila također vrlo bitna i tome sam se u potpunosti predala. Znam da sam osjećala sreću i ponos jer je brak nešto što je moje, nešto što sama kreiram i stvaram. No, baš zbog ovih razloga samoj sebi bilo mi je izrazito teško oprostiti neuspjeh nakon razvoda. Nekoliko mjeseci nakon vjenčanja ostala sam trudna s prvim djetetom i to je bilo predivno iskustvo. Naučena da rodiljni traje jednu godinu, ostala sam doma s bebom. Nakon toga dala sam otkaz u turističkoj agenciji i otišla raditi u korporaciju. Imala sam viziju kako želim da mi

izgleda karijera, pa sam upisala fakultet i paralelno razvijala i karijeru i završavala studij. Ostala sam trudna i s drugim djetetom, a istodobno su na poslu uslijedile neke zanimljive ponude, unaprjeđenja, treninzi, edukacije i sl. Kako se moja karijera počela razvijati, tako su se počela pojavljivati i prva ograničenja u braku i poruke poput: „Ti to ne možeš, tko će čuvati djecu, ja nisam tvoj sluga...“ Odgojena tako kako jesam, sve to sam prihvatila. Bila sam jako tužna i počela skoro za zavišću gledati sve kolegice koje su nakon posla mogle ići na piće, na druženja, koje su mogle ići na poslovne konferencije i slično. Jednom prilikom šefica mi je ponudila promaknuće, ali opis posla zahtijevao je putovanja pa sam lagala i rekla sam joj da nisam zainteresirana. Kasnije sam dobila diplomu i uslijedio je niz novih promaknuća, ali ja sam uvijek sve usmjeravala k tome da ostanem blizu kuće, uz minimalne potrebe za izlaskom na teren. Potom su se pojavili prvi simptomi autoimune bolesti. Kako je vrijeme prolazilo, tako je moje gušenje bivalo intenzivnije. No u jednom trenutku svi su strahovi nestali i jednog sam ponedjeljka ujutro odlučila napustiti brak koji je trajao 15 godina, s troje male djece i kreditom višim od milijun kuna na svoje ime. Tjednima nisam ni bila svjesna ničega, i dalje sam živjela u nekoj čudnoj iluziji, a strahovi su nastupili tek nakon godinu dana kada sam zapala u nove dugove, ovog puta zbog pukog preživljavanja. U toj fazi slijedila je nova inventura života i unatoč svim otegotnim okolnostima, ja sam danas sretna žena, ponosna majka, uspješna poduzetnica, a i zdrava bez tragova autoimunih bolesti! Najjača potpora su mi i dandanas djeca! Ona su moj glavni motivator, moj početak i kraj.“


OTKAZ

Otkaz u današnje vrijeme za mnoge predstavlja ne samo gubitak posla već i egzistencijalnu ugroženost. Naravno, je u trenutku kad ostajemo bez posla teško zadržati posebno ako imamo kredit, živimo sami ili nemamo plan B. No, u ovakvim situacijama moramo brzo djelovati pa su mnogima upravo davanje ili dobivanje otkaza najbolje životne odluke i događaji.

I sama sam dala otkaz davne 2002. i otišla iz vrlo uspješne korporacije gdje sam već s 26 godina imala menadžerski ugovor s bonusima i smiješila mi se daljnja mogućnost napredovanja i odlična karijera. No željela sam slijediti svoje snove.

Ako dobijete otkaz, to nikako nije neuspjeh, to je prilika za novi početak, za pronalaženje posla koji volite ili pokretanje svoga, jer samo 10 posto ljudi radi posao koji voli.

Sanja Damiani, poduzetnica iz Zagreba za davanje otkaza kaže: „Dala sam otkaz u jednoj od najuspješnijih firmi u regiji, gdje sam radila prvo kao psiholog pa kao HR manager. Mislila sam da će moja korporativna karijera, kao i moj brak, trajati do kraja mog života. Međutim, putem sam shvatila da se mijenjamo pa sam se i ja promijenila. Shvatila sam da život treba gledati na jednostavan način. Shvatiti



Sanja Damiani

priča o otkazu

što zaista želimo od života. Moj je prioritet da budem u miru sama sa sobom, a potom i s ljudima koje volim i koji vole mene onakvu kakva jesam. U međuvremenu sam se i samozaposlila jer smatram da svojim iskustvom i znanjem mogu puno dati. Razvijam dva prekrasna poslovna projekta i želim pridonijeti zajednici u kojoj živim. Pomažem tvrtkama i pojedincima da kroz osobni razvoj budu najbolja verzija sebe. Da rade posao i žive život koji vole. Sada živim svoje vrijednosti i životne prioritete. Želim da svi ljudi žive sretan i ispunjen život. Smatram da je važno posložiti svoj život sukladno svojim vrijednostima i živjeti u skladu s njima punim plućima.“