

# Nέα μάνα μπλόγκερ EXEI KΕΦΙΑ

Αν αναφωτιέστε γιατί τα «μαμαδομπλόγκ» έγιναν της μόδας, έχουμε τους λόγους. Οχι, δεν ψωνιστήκαμε (όλες) με τον νέο ρόλο μας. Απλώς μας ανεβάζουν ψυχολογικά.

από την Κέλλη Σάκκου

**ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ.** Αυτό χρειαζόμουν. Το συνειδητοποίοντα όταν πήθε ο μπογιατζής να βάψει το δωμάτιό της και χάρκικα σαν να έβλεπα την κολλητή μου. Η κόρη μου πάταν πίδη τρεις μόνιμος κάτοικος της κρεβατοκάμαράς μας και εγώ ήμουν κατενθουσιασμένην που επιτέλους θα μοιραζόμουν τις σκέψεις μου για τη διακόσμηση του νέου της μικρόσκοπου. Ως τότε ήμουν κλεψυδρέντη στον δικό μου μικρόσκοπο, με τους κολικούς, τις λερωμένες πάνες, το γάλα (με Γ'), τις γουλιές, τα νανούρισματα και το αδυνάπτο στρες. Η επαρή μου με τους εκεί έξω πίταν μικρή ως ανέπαρκτη και οι στιγμές που

η ζωή μου φάνταζε βουνό ατελείωτες. Μια μαμά που είχα γνωρίσει στη Μονάδα Εντατικής Νοσηλείας Νεογόνων μού το είχε πει: «Εγώ είμαι με το ένα χέρι στο θήλαστρο και με το άλλο στο κιντί. Μπαίνω στα μαμαδοσάτ. Με βοηθάει πολύ». Εμένα πάλι καθόλου. Η ψυχολογία μου άρχισε να αλλάζει, όταν επέστρεψα στη δουλειά και μπόρεσα να μωραστώ κάποιες σκέψεις μου μέσα από το σάιτ των περιοδικών σε μια στήλη για τη μπτέρα ([www.tovima.gr/vimadonna/mother](http://www.tovima.gr/vimadonna/mother)). Η καταγραφή των εμπειριών μου λειτούργησε αμέσως θεραπευτικά και άρχισα να χαρογελά σε μια εποχή που οι περισσότεροι γέρων μου πάταν κατονομασμένοι εξαιτίας των οικονομικών συνθηκών.

Λιγό αργότερευ διάβασα στους «New York Times» ότι η συγγραφή μπλόγκ κάνει τις νέες μητέρες πιο χαρούμενες. Το προσυπογράφο, βεβαίως, αν και προσωπικά δεν διατηρώ κάποιο μπλόγκ. Μπορώ, όμως, να καταλάβω από την εμπειρία μου τη σημασία του να δημιουργείς τον δικό σου χώρο μέσα στο on-line σύμπαν, όπου καθετή ποι νιώθεις και βιώνεις τις πρώτες μημέρες της απομονωμένης νέας ζωής σου κάνει κάπου ένα γκελ και ξαναγυρνάει πίσω. Το να μοιράζεσαι την αγωνία, τα ξενύχτια, τα ολοκαίνουργια συναυσθή-

ματα, αλλά και τις πρακτικές δυσκολίες που ζαρνικά προκύπτουν με κάποιους εκεί έξο μοιάζει με μια εκτονωτική παρτίδα πιγγιά πονγκ, τη στιγμή που η καθημερινότητά σου μοιάζει με σκουός, με το κεφάλι σου στη θέση τη μπλάς.

Ενας πατέρας, υποψήφιος διδάκτορας στο αμερικανικό Πανεπιστήμιο Brigham Young, ονόματι Μπράντον Μακ Ντάνιελ, το ψυχανεμίστηκε και συγκέντρωσε τις απαντήσεις 15 νέων μαμάδων, προκειμένου να αποδείξει ότι γράφοντας σε κάποιο μπλόγκ έχουμε περισσότερες πιθανότητες να δύομε τη επίπεδα του γονέϊκου στρες, της επιλόγειας κατάληψης και των συζητήσεων συγκρότεσσαν να πάρουν την κατιόντα. Η έρευνα βρίσκεται ακόμη σε εγμεντικό στάδιο, αλλά ο Mac Ntānield έχει μαζεψει αρκετά στοιχεία που τον επιτέρέψαν να υποψιάζεται ότι η συμμετοχή στα social media δεν έχει το ίδιο ενεργετικό αποτέλεσμα. Πολύ απλά διότι στο Facebook μπορεί να δεις τους φίλους σους στις πιο λαμπτερές στιγμές τους και να καταφρακώθεις, κάνοντας μια σύντομη σύγκριση με τις (γεμάτες λεκέδες) δικές σου. Οταν, όμως, βρεθείς στο ίδιο περιβάλλον - έστω και διαδικτυακό - με εκείνους που βρίσκονται στην ίδια φάση, τα πράγματα αλλάζουν.

Οχι τυχαία, λοιπόν, τα μαμαδό-



ΦΩΤΟΓΡΑΦΙΕΣ: CORBIS/APEIRON



μπλόγκ είναι οι εκαντοντάδες. Στην ενημερωμένη βάση δεδομένων [www.mamadesmpampades.gr](http://www.mamadesmpampades.gr) χάνεσαι διαβάζοντας τις ιστορίες του καθενός. Μερικές μπτέρες, μάλιστα, εξηγούν γιατί το Internet συνέβαλε στη βελτίωση της φυχολογίας τους. «Μέσα από αυτό το μπλογκ ένικος ότι είχα πράγματα να πο, σημαντικά, αλλά και ταυτόχρονα ανάδυνα, ιστοριούλες που δεν φοράμαι, αλλά μου άρεσεν να τις εκθέσου, να προκαλέσω αντίδραση, να ανοίξω κουβέντα, να νιώσω

επαφή. Δεν αισθάνομαι καθόλου, μα καθόλου ότι βοηθάω, άλλωστε υπάρχουν άλλα μαμαδημπλόγκ πολύ καλύτερα σε αυτό. Αρχικά ήθελα να βοηθήσω εμένα, εκθέτοντας το χού μου και σε άλλον κόσμο. Ήμουν και πολύ έτοιμη για κόντρες, αλλά δεν μου έγιναν κάποιες ακόμη. Και έπειτα συνειδητοποίησα ότι δεν υπάρχω αν δεν μαράζομαι» διαβάζουμε στο [not-just-mums.blogspot.com](http://not-just-mums.blogspot.com). Ενώ η [mamalidya.wordpress.com](http://mamalidya.wordpress.com) τολμά να παραδεχτεί τις αδυναμίες της: «Πάντα είχα

ένα κόμπιλεξ. Κόμπιλεξ ότι δεν είμαι αρκετά ξεντυνη, όμορφη, ότι δεν τα καταφέρνω καλά, ότι δεν γράφω αρκετά καλά κτλ. Βέβαια, πάντα τα καταφέρνα σε ό,τι έκανα, αλλά αυτό δεν μου άλλαζε τη γνώμη. Μέχρι τους γέννηνα! Είκει δεν μπροστάσα να μην τα καταφέρω. Μια μαμά πρέπει να τα καταφέρει με τα παιδιά της και να είναι μια καλή μαμά. Δεν έχει πρόβλημα με τη μπρότιτα! Μια μαμά πρέπει να ποτέφει ότι τα πάντα που χρειάζεται βρίσκονται στο ένοτικό της, μαζί με τη βοήθεια του Internet και του ενοτικού που αποκτά από την αγάπη της για τα παιδιά της, έχει ό,τι χρειάζεται. Και ψάχνοντας, εξρίστα. Μέσα μου ήξερα αν το καθετέ είναι σωτό ή λάθος, αν πρέπει να το δοκιμάσω, αν μου ταριάζει, αν μου φώνεται καλό για το παιδί μου. Και ο αυτοεκτίμησή μου άρχισε να ανεβαίνει. Παράλληλα γνώριστα τόσο όμορφους ανθρώπους εδώ μέσα. Εδειχναν να με εμπιστεύονται για την κρίση μου, όρχισα να με εμπιστεύουμι κι εγώ».

Η μπρότιτα δεν είναι μόνο όμορφη. Για να το πω διαφορετικά, για να φτάσεις στην ομορφιά της, θα χρειαστεί να περάσεις από τις κακοτοπιές της. Και στις κακοτοπιές κάνει καλό να μοιράζεσαι. Κάποτε βοηθούσε το πλεύσων. Σήμερα, το μπλόγκινγκ βοηθάει περισσότερο, ίσως επειδή δίνει τη δυνατότητα να εκφράσεις λεπτομερέστερα ακόμη και σε στημένες που μια άλλη μαμά στην άλλη άκρη της πόλης ταΐζει και δεν μπορεί να σου μιλήσει. Άλλα κυρίως επειδή δεν θα είναι η μόνη που θα σε ακούσει. Το μήνυμα που στέλνεις λαμβάνεται από χιλιάδες ανθρώπους και σου γιρίζει πίσω με μια έξτρα - συχνά σωτηρία - πληροφορία. Την γηράφεις ακριβώς την καθημερινότητά μου» μου έγραψε πριν από λίγες ημέρες κάποια αναγνώστρια και αυτό ήταν αρκετό για να χαμογελάσω. \*

## Οταν η μέρα σου μοιάζει με σκουός, με το κεφάλι σου στη θέση της μπάλας, βγες στην μπλογκόσφαιρα.



### ΡΩΤΗΣΑΜΕ ΚΑΙ ΜΑΘΑΜΕ

Η Στέλλα Καζαδάλη ζεκίνει το διαδικτυακό πηγερόλογό της [www.koilitos.com](http://www.koilitos.com) σταύρωσε ότι είναι έγκυος και συνέχει μερικούς ημέρες που το κόρι της, Στεφανία, είναι 17 μηνών. Οι εγγερίες των πρώτων ενένα μηνών κυκλοφορούν στο ορότελο βιβλίο από τις εκδόσεις Παπάκη.

**Ηταν το γράφιμο του μπλογκ ένα είδος φυγοδερμάτως; Σε έκανε ποιο εντυπωσιάν;**

Δεν είμαι σίγουρη αν μπορεί να λειτοργήσει φυγοδερμάτη πιάκι μια διαδικασία που περιεβάθησε μόνο εσένα και τον εαυτό σου. Μπορού, όμως, να πο ότι μη σημαίνει ότι το γράφιμο ήταν και είναι μένα ένα εργαλείο διάχρονος συνασπόματος και αντιτελόπτωτου κρίσεων - το φυγοδερμάτη δεν απέχει πολέ σε αυτά. Και, ναι, με αυτή την έννοια με έκανε πιο χαρούμενη και καλέτερη μαμά.

Που είναι εκείνο που άλλαζε εντελώς στον καραβή σου, αργότερα έγινες μπέρα και ποιο αυτό που έγινε απαραίλλαγο;

Άλλαζε σίγουρα πάντα μου να παραπύρωμαι από τα δικά μου μικρά δράματα και από τις απαπήσεις των γύρω και να αφερόνω πολύ χρόνο και ενέργεια σ' αυτά - τώρα δεν έχω πια τέτοια πολυτέλεια/ραβύνια. Εκείνο που δεν άλλαξε καθόλου είναι η ανάγκη μου να αφερόνω χρόνο και ενέργεια για ασχολίες και σκέψεις και άνευρα συχνά ετερόδικτα μεταξύ τους, τα οποία δεν έχουν πάντα σχέση με τη μπρότιτα - τουλάχιστον που βλέπουμε ποτέ τριγύρια.

**Lατι: το νηδόδευτο ένας διντρας;**

Για τον ίδιο λόγο που θα θέλα να το διαβάσω και μια γνωστή: για να πάμε όλοι ένα βίαια πο μακριά από τα οπερέπτυτα που καιμά φορά θεωρούμε απαράπτιτο να ακολουθήσουμε όπα γνώματες γιατί.

**Αρμερόντες το βιβλίο σου στη μπέρα σου "που τα πέρασες για το κάνεις δέμα". Πώς αισθάνεσαι που εσύ τελικά το έκανες;**

Αισθάνομαι μια μικρή ενοχή για την υπεραιωνότητα που και μια μικρή υπερφένεση, γιατί αν νιαθείσαι και άλλες γυναίκες ότι πετάσουν στη μπρότιτα δεν είναι μόνο ρόλο, κάποιος πρέπει να μιλήσει ανοιχτά για αυτό. Αισθάνομαι ή απαντούδοξη για το μέλλον; Αισθάνομαι, αγχυμένη και περιέργη.