

¿Qué inculcan las mamás trabajadoras a sus hijas e hijos?



Las mujeres ya no tienen por qué elegir entre la crianza o el crecimiento profesional.



prendedoras que ven la maternidad como un trampolín para impulsar sus proyectos.

De ahí nace Mompreneur.cr., una plataforma de promoción y educación de mujeres H

9 consejos para las mamás trabajadoras

► Tener una red de apoyo:

Esto es fundamental para lidiar con todos los compromisos. ¿Cómo debe ser esta red de apoyo? Como usted guste: amigas, guardería, abuelito, abuelita, primo, tía, papá, empleada doméstica... Es humanamente imposible hacerlo todo o estar en tres lugares al mismo tiempo. Necesitamos ayuda, no somos súpermamás ni súpermujeres.

► Ordenar las finanzas: Cuanta más estabilidad se tenga en las finanzas, hay mayor seguridad y paz mental para enfocarse en otros aspectos de la vida.

► Establecerse objetivos: Una mujer empresaria o con una trayectoria dentro de una organización debe tener objetivos personales a corto y largo plazo. Esto le permite visualizar hacia dónde quiere llevar su vida. Un ejemplo de objetivo a corto plazo es mejorar la alimentación; un ejemplo de objetivo a largo plazo es elegir el colegio. Eso establece claridad en lo que se quiere lograr y

crecimiento profesional. Con algunos consejos y la sabiduría de otras madres, llevar una vida balanceada es posible. Además de posible es también recomendable, pues los estudios demuestran que esto aumenta las oportunidades de los hijos de mamás trabajadoras.

Mónica Morales

Para muchas madres, retomar sus trabajos tras la licencia de maternidad es una de las pruebas más difíciles. La responsabilidad se entremezcla con sentimientos de culpa y nostalgia por no poder estar al lado de sus hijos las 24 horas.

No obstante, una investigación realizada por la Escuela de Negocios de la Universidad de Harvard trae buenas noticias para todas esas madres trabajadoras. El estudio concluyó que las hijas de madres que desempeñan un empleo remunerado tienen, en la edad adulta, una mayor probabilidad de encontrar un empleo. Además, en la mayoría de los casos se trató de puestos de responsabilidad bien pagados.

En cuanto a los hijos varones, se observó mayor presencia en el hogar y un sentido



de la corresponsabilidad más fuerte. De adultos, estos niños se involucran más en el cuidado del hogar. Semanalmente, dedican 50 minutos más a las tareas del hogar y al cuidado de la familia, lo que podría incluir más horas de juego con sus propios hijos, por ejemplo. Además, tienen concepciones más igualitarias sobre los roles de género y tienden a elegir parejas que también trabajan.

“Las mamás se convierten en importantes referentes y modelos a seguir. A las niñas les enseñan que es posible manejar la maternidad y el trabajo, y las animan a pensar en seguir su pasión. Por ejemplo, las niñas con modelos femeninos en campos científicos-tecnológicos son más propensas a imitar ese camino y explorar carreras de ese tipo. A los niños, les demuestran la importancia del trabajo compartido. Hay evidencia que empoderar a las madres en su rol de modelos a seguir dota de mayor confianza tanto a sí mismas como a sus hijos”, señalan las conclusiones de la investigación.

Las autoras del trabajo son Kathleen L McGinn, Mayra

Ruiz y Elizabeth Long. Ellas extrajeron la información de dos encuestas internacionales en las que han participado más de 100.000 personas de 29 países distintos.

Por otro lado, las investigadoras aseguran que los hijos de las madres empresarias o trabajadoras son tan felices como los hijos de aquellas mamás que se dedican 100% a la crianza. “Aunque la felicidad es un concepto muy subjetivo y sabemos muy poco sobre qué tan felices son los niños de adultos si sus madres se quedaron en casa o no, el estudio apunta a que las mamás trabajadoras no les están causando un daño a sus hijos por irse a trabajar”, detallan.

Plataforma para mamás ticas empresarias. La maternidad ha dejado de ser un impedimento para el desarrollo profesional de las mujeres emprendedoras que anhelan crear su propia empresa, trabajar en ella y, a la vez, ver crecer a sus pequeños.

Este movimiento ha tomado gran fuerza en los últimos años en Costa Rica, pues cada vez son más las mamás em-

De ahí nace Mompreneur.cr., una plataforma de promoción y educación de acceso libre para todas las interesadas. “Mompreneurs es ese poder que tenemos las mujeres para albergar vida, pero también ideas y proyectos, y darlos a luz. El emprendimiento a partir de la maternidad es movilizador y un reclamo en una sociedad sin medidas reales de conciliación. Es decir, no es un capricho ni una de moda, sino una palabra que empodera y explica una nueva realidad de nuevos horizontes para todas las mujeres”, explica Laura Montero, creadora de Mompreneurs Costa Rica.

Las Mompreneurs son mujeres, madres, empresarias, emprendedoras creativas y son sus propias jefas, con horarios flexibles, pero, sobre todo, mujeres que trabajan para cumplir sus sueños.

“Confío plenamente en que las mujeres no tenemos que decidir entre trabajar o ser mamás. Ser una mamá presente, que dedica tiempo de calidad a su familia y, que además, trabaja desde casa, es posible y arrancar un emprendimiento desde cero, con poco presupuesto pero muchos sueños, también. Solo se necesita de otras mamás que le den la mano y que le digan que sí se puede y que le ayuden a lograrlo”, agregó Laura Montero.

Precisamente este es el objetivo del sitio web <http://mompreneur.cr>. Allí las mamás encontrarán historias y consejos. Esta plataforma busca impulsar a que las mujeres vean su maternidad como un punto de partida para los nuevos proyectos.

El colegio. Eso establece claridad en lo que se quiere lograr y permite que haya orden y límites entre la profesión y la vida privada.

► **Apropiarse de la culpa:** Se debe asumir que la maternidad viene con sentimientos de culpa, miedo y ansiedad. Hay que asumir que no todo es bello en la maternidad y tener conciencia de que, aunque somos seres humanos con múltiples emociones, no por eso somos malas madres.

► **Organizar su tiempo:** Es fundamental lograr una estabilidad en los tiempos, de manera que no se descuide el trabajo ni la atención de los pequeños. Para ello se debe desarrollar una agenda en la que se puedan planificar las actividades del día y cumplir con todas las tareas pendientes.

► **Pasión en su trabajo:** Desarrollar un proyecto que le guste permitirá que el trabajo fluya mejor y de una forma más placentera. Amar el trabajo es, sin duda, una señal de tener una vida más balanceada y en armonía con su entorno.

► **Formarse constantemente:** Tener un hijo no significa que la mamá deba dejar de capacitarse y continuar formándose como empresaria. Existen miles de cursos y programas, incluso en el ámbito digital, que permitirán que la madre crezca profesionalmente.

► **Aprovechar oportunidades:** La mamá emprendedora no debe cerrarse su camino. Al contrario, debe aprovechar cada nueva oportunidad laboral que toque a su puerta.

Fuente: Laura Montero, fundadora de Mompreneur Costa Rica.