

## Historia „Zosi samosi”, czyli lekcja w przyjmowaniu pomocy

Kobiety są mistrzyniami w dbaniu o innych. W tym obszarze jesteśmy po prostu najlepsze! Osiągnęliśmy perfekcjonizm w łączeniu obowiązków domowych z zawodowymi. Świetnie organizujemy życie naszym najbliższym. Od podstawowych czynności, po przyjemności i dbanie o zdrowie – oczywiście innych, bo na swoje własne przeważnie już brakuje nam czasu.

Kobiety opanowały do perfekcji powtarzanie sobie – później. Później o siebie zadbam, później odpocznę, później zrobię coś tylko dla siebie. Niestety – to później przeważnie nigdy nie nadchodzi. Machina obowiązków przecież toczy się dalej i nie ma końca.

Kobiety nie narzekają, nie marudzą a przede wszystkim nie proszą o pomoc. Przede wszystkim nie wiedzą jak mają o nią poprosić, nie mają w tym obszarze doświadczenia. Po za tym, po co mają o nią prosić? W końcu każda „Zosia samosia” radzi sobie ze wszystkim doskonale. Prośbienie a następnie przyjęcie takiej pomocy mogłoby zostać odebrane, jako przejaw słabości, a żadna perfekcyjna kobieta, matka, żona czy bizneswoman nie może sobie na to pozwolić.

Sytuacja zmienia się w obliczu choroby nowotworowej. Diagnoza raka piersi, która wdziera się w życie kobiety, charakteryzuje się zakłóceniem normalnego biegu zdarzeń i brakiem możliwości samodzielnego poradzenia sobie z zaistniałą sytuacją. Wymusza nowy podział obowiązków, uczy proszenia o pomoc a przede wszystkim jest lekcją w przyjmowaniu pomocy. Na początku wywołuje dużo trudności oraz oporów. Jednak dobrze odrobina lekcja okazuje się bezcennym poczuciem zaopiekowania. Niezbędnym nie tylko w czasie leczenia onkologicznego, ale również po jego zakończeniu.

Żaden mężczyzna, który nawet bardzo by chciał, starał się z całych sił – z przykrością muszę stwierdzić – nie może kobiecie w tym dorównać. Tylko pytanie czy na pewno nie? Może nawet nie pozostawiamy temu mężczyźnie na to przestrzeni?

I tak jakoś przypadkiem się staje, że w twoim prywatnym układzie słonecznym, brakuje słońca – bo nie ma tam Ciebie!

### **Dzień kobiet**

8 marca to międzynarodowy Dzień Kobiet. Dla wielu z was to zwyczajna data, popularne święto w okresie PRL a dla innych czas solidarności kobiet w walce o nasze prawa.

Ja jednak chciałabym Cię zachęcić do tego, aby ten może symboliczny dzień stał się dniem, który sprowokuje Cię do zadbania o siebie. Może sprowokuje Cię do tego, aby powiedzieć sobie dość! I powiedzieć – Jestem ważna a nawet najważniejsza! Dlatego zatroszcz się o siebie. Spójrz na siebie dobrym okiem i z uwagą zadbaj o swoje potrzeby fizyczne, emocjonalne i zdrowotne. Dzień Kobiet niech nie trwa tylko przez jeden dzień, niech będzie początkiem nowego rozdziału Twojego życia.

NPS/LINIA4/AMOB/20/03/001