



MUDr. Denisa Fecmanová, MPH, MBA

„Skutočná hodnota života
nie je v tom, čo všetko
stihneme, ale v tom,
čo naozaj prežijeme.“

CEO FB clinic

Ako lekárka som bola zvyknutá fungovať v intenzívnom tempe. Po narodení môjho syna sa však veľa zmenilo. Zrazu nešlo len o výkon, ale o prítomnosť. Noel mi priniesol úplne nový pocit naplnenia a šťastia. Nie je to ľahké skibiť prácu, ktorú milujem, s potrebami malého dieťaťa. Pomáhajú mi však moje vlastné princípy: neporovnávať sa, nebáť sa povedať „nie“ a vedome si vyhradzovať čas len pre nás dvoch. Sú dni, keď veci nejdú podľa plánu, ale každý večer, keď ho kúpem, viem, že tieto chvíle sú nenahraditeľné.

Večerné kúpanie sa u nás stalo viac než len rutinou. Je to náš spoločný rituál: po kúpeľi ho naolejujem, hráme sa, spievam mu. V tej chvíli sa všetko spomali. Pozeráme si do očí a sme len spolu. Nezáleží na tom, aký bol deň. Práve tieto malé momenty mi pripomínajú, že láska a blízkosť sa netvoria vo veľkých gestách, ale v každodenných drobnostiach.

Rodičovstvo mi prinieslo väčšiu náklonnosť vo vnímaní ľudí aj samej seba. V práci sa teraz oveľa viac pozerám na pacienta ako na celého človeka, nielen na diagnózu. Som trpezlivejšia, citlivejšia na neverbálne signály a zároveň si viac vážim čas – svoj aj druhých. Pochopila som, že nie všetko musím mať pod kontrolou. A to je veľmi oslobodzujúce. Naopak, z práce som si do rodičovstva priniesla schopnosť organizovať čas, zvládať stres, ale najmä hľadať riešenia, nie výhovorky. Zdravotníctvo ma naučilo, že veci málokedy idú presne podľa plánu, a to platí aj pri deťoch. Naučila som sa, že omyly sú prirodzené a netreba sa za ne trestať. Možno najdôležitejšie však je, že aj v chaosse sa dá nájsť krása.

Môj syn ma naučil, že skutočná hodnota života nie je v tom, čo všetko stihneme, ale v tom, čo naozaj prežijeme. Pamätám si jeho prvý úsmev, v tej chvíli sa všetko zastavilo. Nič nebolo dôležitejšie než on. Deti nám ukazujú, ako málo stačí ku šťastiu. A práve to sú momenty, ktoré si chcem pamätáť. Nie pracovné milníky.

FB
CLINIC
AESTHETIC MEDICINE

Hlavný partner kategórie
CENA VEREJNOSTI



MAMA
ROKA
2025