

Смалихме размерите на тази книжка, защото  
самотните родители нямат свободно време

## **СПЕШНИ СЪВЕТИ ЗА САМОТНИ РОДИТЕЛИ**

Джанет Джонсън

## **СПЕШНИ СЪВЕТИ ЗА САМОТНИ РОДИТЕЛИ**

Джанет Джонсън

© **Превод от английски:** Бойка Иванова

**Редактор:** Людмила Младенова

**Компютърно оформление:** Десислав Драганов

**Компютърен дизайн на корицата:** Владимир Балун

© Издателство „Нов живот“, 2001

**ISBN 954-719-136-5**



ПОСВЕЩАВАМ

на своите деца Джеф, Джерилин и Джеремей, които  
ме научиха как да се справям сама.

# Съдържание

|   |           |
|---|-----------|
| <i>КОГАТО ДУЕТЪТ ПРЕМИНЕ В СОЛОВО ИЗПЪЛ-<br/>НЕНИЕ.....</i> | <i>5</i>  |
| <i>ВРЕМЕТО НИКОГА НЕ СТИГА.....</i>                         | <i>10</i> |
| <i>ПАРИТЕ НИКОГА НЕ СТИГАТ .....</i>                        | <i>12</i> |
| <i>СИЛАТА НИКОГА НЕ СТИГА .....</i>                         | <i>18</i> |
| <i>В ЗАКЛЮЧЕНИЕ .....</i>                                   | <i>23</i> |
| <i>ЗА ПО-НАТАТЪШНА ПОМОЩ.....</i>                           | <i>24</i> |

## **КОГАТО ДУЕТЪТ ПРЕМИНЕ В СОЛОВО ИЗПЪЛНЕНИЕ**

Чантата за обяд и приготвянията за него бяха се разпрострели на целия кухненски тезгях и почти не оставаше място да се подготви закуската. Пред вратата на банята течеше оживен спор, от който разбирах, че по-раншната ми намеса между двете ми по-големи деца не беше решила въпроса за правото на достъп. Ако четиригодишният ми син не си намереше скоро липсващата обувка, се създаваха условия проблемът му да се разрастне до един от най-болните въпроси на деня.

Погледнах през прозореца и въздъхнах. На земята бе паднала слана. Това означаваше, че през тясната пукнатината върху капачката на разпределителя на старата ми кола се беше образувала кондензация от влагата. Служителят на бензиностанцията ми обясни всичко. „Ако не ще да пали, изсуши капачката.“

Съседите ми се усмихнаха на предложения от него метод, но резултатът беше налице.

Намалих топлината под овесената каша и прекъснах срещата пред банята на най-важното място, за да взема сешоара. Излязох навън, а след мен се проточи шнурът на удължителя. Подпрях капака на колата и усилих максимално сешоара. Насочих топлинната струя към въпросната капачка.

След половин час се случи ежедневното чудо бяхме застанали пред колата нахранени и облечени и почти бяхме на себе си. Поставих кутията със снощния си писателски труд върху покрива на колата, докато отключвах вратите. Настаних децата и сложих храната. Чак когато излязох от колата пред офиса, забелязах, че не бях взела кутията. И то само защото я видях пъхната между багажника и покрива на колата.

Облегнах главата си на ламарината. „Благодаря Ти, Господи въздъхнах уморено, че се грижиш за самотните майки и за разни други глупаци!“

Вие сте самотен родител. Сто пъти на ден измервате камарата от решения, които трябва да се вземат, и задачи, които се налага да се свършат независимо от това, че сте сам. Понякога ви притиска самата мисъл, че всяко едно действие за грижата и благополучието на семейството ви трябва да бъде обмислено и извършено от вас, и то сам. Понякога напрежението ви грабва така неочаквано, че се чувствате и постъпвате като баскетболна топка.

Спомням си как веднъж стоях на опашка в магазина за плодове и зеленчуци. Стисках няколко набързо грабнати неща. Докато чаках, мислено си представях какво ми остава да свърша. Предстоеше ми да взема децата от три различни места, да приготвя вечерята, да им помогна да си напишат домашните, да разкажа приказка преди лягане и да сложа всички да спят. След това ми предстоеше поредната дълга нощ, прекарана в писане.

В този момент мъжът пред мен се обърна и ми предложи: „Моля, минете Вие.“

Това е един обикновен жест на вежливост, нали? Грешите! Благите му думи отприщиха река от сълзи, което учуди повече самата мен, отколкото добронамерения

господин. Толкова бях объркана, че избягах от магазина и през останалата част на нощта се опитвах да си обясня какво ми се беше случило.

Вие сте самотен родител. Пристигнали сте на това място, вървейки по своя собствен, личен път, белязан ясно със сълзи и сърдечни скърби. Може би още се мъчите да намерите положението си в обществото, приличащо на затвор, където ръководните традиции са малко и няма признание или помощ от училището, от религиозните или от държавните институции.

Много пъти сте се чувствали самотни и смазани. Според специалистите в края на ХХ в. едно на всеки две семейства в Съединените щати е имало един родител. Приблизително половината от децата, родени през 80-те и 90-те, са прекарвали част от детството си в компанията само на един родител. Не е утешително обаче и няма реална помощ в това, да знаеш, че си част от едно ново, но бързо увеличаващо се „братство“.

Заедно с децата си сте преживели силен психологически удар. Безспорно обаче най-потърпевши са те. Светът, който познават и на който разчитат, изведнъж се разцепва на две. Оставени са на милостта на единия родител, който трябва им бъде и майка, и баща. Понякога горите от желание да си вземете отпуска от задълженията си, но не можете. Всепризнат факт от самотните родители е, че нуждата на децата им от допълнителни грижи е обратно пропорционална на енергията, с която разполагат във всеки един момент.

Днешните деца израстват в условия, много по-различни от тези, в които сме израснали ние или нашите родители. Оставени сами на себе си, самотните майки и бащи

създават своя собствена социология, собствени правила относно грижите за децата, собствени организации за взаимопомощ и за щастие установяват, че бедата и мъките им не са чак толкова големи.

Както при всяко жизненоважно усилие обаче, за да се справяте успешно като самотен родител, е необходимо да имате план за действие, да дадете израз на философията си и да определите целите си. Очевидно чувствате огромно задължение към децата си. Често отлагате или изобщо отхвърляте личните си желания и мечти, за да може те да не изпитват допълнително травми и болки.

Сърцето ви се свива всеки път, когато качвате малкото човече на автобуса, облечено и натъкмено както трябва, за да измине дългия път и да прекара известно време с другия си родител. Като се върне, плачете заедно с него, когато то се опитва да осмисли живота, който изведнъж се е обръкал толкова много.

Чувството ви за вина достига астрономическо равнище, когато виждате как децата ви боравят с микровълновата печка или с видеото и гледат повече телевизия, отколкото трябва. Те се движат с детските си тела, но вземат решения на възрастни и поемат задълженията за по-малките си братчета или сестричета. Заслужават нещо по-добро, но вие вече им давате всичко, което имате.

Децата не са трофей за съхранение, удовлетворяване на егото или религиозно задължение. Те са човешки същества, които носят със себе си велики отговорности. В най-добрия случай, да бъдеш родител е все едно да служиш в домашен корпус на мира. Часовете са дълги, а работата е изнурителна. Когато се заемате сам с този проект, може да е много страшно!

Децата се разболяват и повръщат. (Обикновено това



става тъкмо когато излизате на работа.) Те са изцяло зависими от вас за храната, къщата и грижите. Правят номера и лъжат. Понякога ви побъркват. Изпробват издръжливостта ви до краен предел и си пробиват път през емоциите ви като торнадо.

Въпреки това бихте умрели за тях.

Понякога се чувствате напълно сам. Трябва да вземате решения, а знаете, че не ви достига мъдрост за това. Има толкова много работа, а нямате нито време, нито сили за нищо. Парите не стигат за елементарните потребности, да не говорим за малките удоволствия, които радват детските сърца.

В такъв един момент ти се приисква да прочетеш още веднъж Божието специално обещание към самотните родители в *Исаия 54*:

*„Не бой се... Защото твоят съпруг е Творецът ти... Господ те повика като жена, оставена и наскърбена духом, жена, взета в младост, а после отхвърлена, казва твоят Бог. „Оставих те за малко време, но с голяма милост ще те прибера.“ (стихове 4-7)*

Има огромни възможности за домовете, оглавявани от самотни родители. След като веднъж признаеш, че *никога* няма да имаш достатъчно време, пари или сили, може да започнеш изграждането на живот за себе си и за децата си, който да те изпълва и задоволява.

## **ВРЕМЕТО НИКОГА НЕ СТИГА**

Веднъж, когато бях малко момиче, за пореден път някой от моите велики планове беше се провалил. Мама мъдро ме посъветва: „Не си губи времето да плачеш. От всяко положение можеш да извлечеш полза. Потърси я!“ В първите месеци след развода си, докато търчах на три работи, опитвах се да поддържам къщата и да се грижа наведнъж за трите си деца, си спомних за съвета на мама. След това си съставих собствени правила.

### **1. Не размисляйте над внезапно променения си живот.**

Тогава бях толкова заета просто да оцелея, че няха време за безполезно прехвърляне наум на събитията, които бяха ме докарали до това положение. Всяка минута от деня ми (и повечето време от нощта) беше ангажирана с работа. Когато се добирах до леглото, бях толкова изтощена, че заспивах!

**2. Всеки ден отделяйте за детето си време, което да е само на негово разположение.** Липсата на време (и подтикът от страна на четиригодишния ми син) ме накара да премисля приоритетите си и да си съставя ново разпределение на времето. Веднъж, докато завивах най-малкото си дете в леглото и го целунах набързо, за да се върна към работата си, то ме погледна и тъжно ми каза: „Колко ми се иска да те имам за пет минути само на свое разположение!“

Това сложи началото на една от най-скъпоценните ни семейни традиции. Оттогава всяко дете разполага с 30 минути от времето ми всеки ден и през тях може да прави всичко, което си пожелае. Разказваме си смешни истории, играем различни игри, четем, борим се, разхождаме се. Най-много обичаме да разглеждаме техния албум със снимки. Децата никога не се уморяват да слушат своята „история“. Това е безопасен начин да се справите с много проблеми. Отплатата за приятелството многократно надвишава инвестицията от време.

**3. Установете и поддържайте режим всеки ден.** Най-благоотворно ще повлияе на децата, ако отново могат да прогнозираят дейностите си. Определете часове за ставане и за лягане. Хранете се в едни и същи часове. Отбелязвайте по особено тържествен начин семейните празници. Създайте и, доколкото можете, спазвайте определения режим.

**4. Бъдете на разположение.** Обикновено за децата е важна не продължителността на времето, а намесата ви в подходящия момент. Когато се вълнуват от предстоящо мероприятие в училище или от новата компютърна програма, която са написали, или когато искат да видят колко надалеч могат да хвърлят топката и вие отделите част от времето си в този момент, те ясно ще разберат колко голямо значение имат за вас.

Времето е същината на живота. Животът ни се ръководи от него (или от липсата му) от люлката до гроба. Някъде по средата на деня, докато водите децата на училище, на занимания, на урок по музика, на покупки, когато се връщате къщи с тях, в шумните вечерни занимания по приготвянето на вечерята, почистването на къщата и балансирането на бюджета, отделяйте мъничко време, което да запълните с най-важните неща – смях, любов и общуване.

## ***ПАРИТЕ НИКОГА НЕ СТИГАТ***

Ако не сте забелязали досега, за повечето самотни родители парите са застрашен от изчезване, ако не и вече изчезнал вид! В началото след развода стандартът на живот на бившата съпруга като попечител над децата спада със 73 %, докато този на бившия съпруг непопечител се покачва с 42 %. Шейсет процента от разведените мъже не финансират децата си, а 49 % не са виждали децата си през последната година. Ако сега сте 25-годишна жена, има 30 % вероятност да се превърнете в разорена самотна майка.

Според проучване на американската комисия за човешките права, цели 54 % от семействата с един родител са живели под границата на бедността през 1983 г., сравнено с 18 % за всички семейства с деца. Когато глава на семейството е жена, числото е 47,2 %, а когато това е мъж 19,7 %.

Жените оглавяват почти 90 % от семействата с един родител. Броят на бащите, отглеждащи децата си сами, се е увеличил двойно от 1970 г. Те пък имат отделни проблеми. Дори да получават прилична заплата, установяват, че почти всички пари отиват за отглеждането на детето, за медицинска застраховка, храна, дрехи и други несъществуващи неща. Към това се добавя и фактът, че в повечето случаи от липсващата майка не се изисква да плаща издръжка.

### **1. Съставете си бюджет и се придържайте към него!**

Парите си приличат с времето по това, че и по отношение на тях използваме всичко, с което разполагаме. Ако не се погрижим да планираме разходите си, всичките ни пари ще се стопят. Бюджетът не увеличава онова, което внасяте въкъщи, но има значение за това, колко неща ще можете да си позволите с тези пари.

На следващата страница е представена проста бюджетна таблица, от която може да ви хрумнат някои идеи за по-ефективно оползотворяване на средствата ви.

### **2. Включете децата си в балансирането на бюджета.**

Не очаквайте от тях да заместят липсващия ви партньор, но им дайте нещо повече от право на глас. Нака бъдат членове на вашия борд и главни съветници във вземането на решения. Важно е да осъзнават, че са отговорни за съдбата на пренастроеното семейство.

От това сътрудничество ще се родят не само някои чудесни предложения и идеи, но то ще обогати децата с практически опит в управляването на парите. Така те разбират смисъла на разходите спрямо доходите. По този начин и пазаруването на щанда за закуски няма да е толкова потискащо. Вече ще знаят, че ако вместо някой скъп снакс купят обикновен зрънчо, ще могат да спестят пари за фитнес.

**БЮДЖЕТ**

|                         | Седмица    | Седмица    | Седмица     | Седмица     | Седми -     |
|-------------------------|------------|------------|-------------|-------------|-------------|
| <b>РАЗХОДИ:</b>         | <b>1-2</b> | <b>1-9</b> | <b>1-16</b> | <b>1-23</b> | <b>1-30</b> |
| Десятък/Дарби           |            |            |             |             |             |
| Наем                    |            |            |             |             |             |
| Разходи за колата       |            |            |             |             |             |
| Телефон                 |            |            |             |             |             |
| Ток                     |            |            |             |             |             |
| Вода                    |            |            |             |             |             |
| Потребности на децата   |            |            |             |             |             |
| Хранителни стоки        |            |            |             |             |             |
| Бензин                  |            |            |             |             |             |
| Домакинство             |            |            |             |             |             |
| Дрехи/Тоалетни артикули |            |            |             |             |             |
| Медицински              |            |            |             |             |             |
| Джобни                  |            |            |             |             |             |
| Спестявания             |            |            |             |             |             |
|                         |            |            |             |             |             |
|                         |            |            |             |             |             |
| <b>ОБЩО</b>             |            |            |             |             |             |
| <b>ПРИХОД</b>           |            |            |             |             |             |
| Заплата                 |            |            |             |             |             |
| Издръжка на децата      |            |            |             |             |             |
|                         |            |            |             |             |             |
|                         |            |            |             |             |             |
| <b>ОБЩО</b>             |            |            |             |             |             |

**3. Дайте възможност на децата да изкарат свои собствени пари.** Вярно е, че рядко се намира работа за деца под 16 г. и затова се налага да проявите изобретателност. Отплатата си заслужава усилията. Трябва от самото начало да разберете, че да обучавате детето си да работи не е много по-различно от това, да го научите да чете, да кара велосипед или да прави сладки – вашето участие в този процес е изключително голямо.

Когато големият ми син бе на 11 години, толкова се ентусиазира от един бизнес с хартия, че включи в работата си и другите двама. Той отдели част от дейностите по сгъване и опаковане за брат си и сестра си срещу малка (те я нарекоха скъперническа) сума, но дори така работеха по няколко часа, докато свършат цялата работа. През летните месеци не беше чак толкова лошо, но не беше никак забавно, когато нагазвахме в снега до колене. Той научаваше важния урок да бъде отговорен и да си гледа работата и в хубави, и в лоши моменти, а аз се опитвах да не мисля за топлия огън, за неизпълнените поръчки или за внезапни пневмонии, докато минавах зад него с още материали.

**4. Как да свършите домакинската работа срещу почти нищожни разходи?!** Едно от проклетията на самотните родители е да свършат всички домакински задачи, които сякаш се размножават като зайци. След много опити и грешки, с децата измислихме начин как да изкарват джобните си пари, като им се дава възможност за избор на работата, която да свършат. По този начин ми отпадна званието „кончето на къщата“.

В началото на всяка седмица сядахме със списък от всички задачи, които трябваше да се свършат из къщата, и ги оценявахме по точкова система. (Бяхме се договорили,

че една точка отговаря на един цент.) Точковата система ми даваше възможност да следя за качеството на извършената работа. Ако работата беше свършена небрежно, детето не получаваше цялата сума. Обратно, за повишено старание и обръщане на внимание на детайлите се получаваше премия. Всяко дете избираше коя работа иска да върши през седмицата и получаваше таблица, в която да отбелязва дейността си. В края на седмицата сумирахме точките и уреждахме сметките. На следващата страница е представена примерна таблица:



## ТОЧКИ

|                            | Ден 1 | Ден 2 | Ден 3 | Ден 4 | Ден 5 | Ден 6 |
|----------------------------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| <b>ЛИЧНИ ДЕЙНОСТИ:</b>     |       |       |       |       |       |       |
| Измиване на зъбите         |       |       |       |       |       |       |
| Почистване на стаята       |       |       |       |       |       |       |
| Оправяне на леглото        |       |       |       |       |       |       |
| Измиване на ръцете/лицето  |       |       |       |       |       |       |
| <b>ПОЧИСТВАНЕ НА:</b>      |       |       |       |       |       |       |
| Гаража                     |       |       |       |       |       |       |
| Терасата                   |       |       |       |       |       |       |
| Стълбите                   |       |       |       |       |       |       |
| Двора                      |       |       |       |       |       |       |
| <b>БЪРСАНЕ НА ПРАХ ОТ:</b> |       |       |       |       |       |       |
| Спалните                   |       |       |       |       |       |       |
| Всекидневната              |       |       |       |       |       |       |
| Трапезарията               |       |       |       |       |       |       |
| <b>КУХНЯ:</b>              |       |       |       |       |       |       |
| Слагане на масата          |       |       |       |       |       |       |
| Почистване на маса-        |       |       |       |       |       |       |
| Измиване на чиниите        |       |       |       |       |       |       |
| <b>ГРИЖИ ЗА БЛИЗКИТЕ:</b>  |       |       |       |       |       |       |
| Хранене на кучето/котката  |       |       |       |       |       |       |
| Почистване на обувките     |       |       |       |       |       |       |
| Приготвяне на вечерята     |       |       |       |       |       |       |
| Гледане на малката сестра  |       |       |       |       |       |       |
| <b>ОБЩО:</b>               |       |       |       |       |       |       |

## ***СИЛАТА НИКОГА НЕ СТИГА***

Понякога грижите за оцеляване ни грабват толкова силно, че забравяме защо полагаме толкова усилия да оцелеем! Толкова сме погълнати от планиране, организиране и работа, че не ни остава нищо за целта на усилията ни – нашите деца.

Спомняте ли си за кратките мигове, запазени за най-важните неща – смеха, любовта и общуването? Ако мъдро и редовно влагате енергията си тук, за в бъдеще ще си спестите голям разход на сили за разрешаването на големи проблеми. Независимо от всекидневната борба за оцеляване, в която участват самотните родители, от вас зависи да изградите специални отношения с децата си, каквито иначе никога не бихте имали.

Има няколко неща, които можете да направите за децата си заедно с тях и чрез които ще си възвърнете повечето от силата на всеки грам изразходвана енергия.

**1. Раздавайте щедро похвали и обич.** Децата израстват в съответствие с нашите очаквания за тях независимо дали са добри или лоши. Забележете, че когато Мери си оправи леглото без специално да ѝ бъде казано, Джони започва да дъвче със затворена уста.

Имам приятелка, която искаше да научи малкия си син на това, каква е цената на добрите обноски. Тя говорела колко е ценно да помогнеш на една дама да облече палтото си и да седне на стола при масата. Нямала представа

какво е научил Марк, докато един ден той така се втурнал да излиза от църквата, че почти се спънал в проповедника и разтревожил дякона. Когато майка му пристигнала след няколко минути на паркинга, той я посрещнал с широка усмивка и ѝ отворил вратата. Тя седнала вътре, а той се облегнал на прозореца и попитал: „Няма ли да ме прегърнеш? Държах ти вратата отворена!“

**2. Осигурете на децата собствено пространство и уважавайте правото им на личен живот.** Всички деца са уязвими, защото възпитанието и отглеждането им зависят от възрастните. Родителите знаят това, а също и децата, които са загубили единия си родител. За много от тях това е първият допир на грубата действителност на живота с пълната им безпомощност в това отношение.

Веднъж майка ми беше поела грижата за няколко деца. В самото началото на съвместния им живот тя позволи на всяко от тях да си избере място в къщата, което да бъде само негово и на никого друго. Едно момче си избра пространството зад кухненската маса. Там държеше кутията си за обяд и сакче с ценните си вещи. Никой нямаше право да влиза отзад, без да бъде поканен, и той се оттегляше там, когато искаше да остане сам. Това бе едно малко място във вселената, което можеше да подреди и да управлява както си поиска.

**3. Никога не казвайте „не“.** Освен ако, разбира се, искането не е морално погрешено или ако може да пострада детето ви или някой друг.

Този подход ще свърши две неща. Така с децата завинаги ще си останете скъпи и мили и ще бъдете подтикнати да сте честни със себе си. Често родителите казват „не“, защото бързат или са заети с работа, не е удобно, уморени са или са раздразнени, или просто не им се иска.

Следващия път, когато Тереза поиска розови, флуоресциращи връзки за обувки, преглътнете изкрещяването на отказа си, който напират през гърлото ви, и се постарайте да разберете защо отказвате. Дали защото са прекалено скъпи? Сигурно не са. Глупаво ли изглеждат? Повече от сигурно е, че е така, но светът със сигурност ще продължи да се върти, в случай че си ги купите.

Ако се замислите, повечето детски молби са прости и лесни за изпълнение. Моите деца ги наричат „въпроси от неядрено естество“. При удовлетворяването на тези малки желанија детето ви ще получава нещо повече от чифт вързанки. Така ще разбере, че щастието му има значение за вас.

Позволете си да бъдете позитивни. Това от своя страна ще ви укрепи психологически. Запазете си силите за истинската ядрена експлозия!

**4. Бъдете склонни да признаете своята човешка природа.** Веднъж с дъщеря ми, която бе навлязла в пубертета, имахме нагорещен спор за една скъпа рокля, която тя страшно много искаше и бе купила, без да се посъветва. Оправдаваше се с това, че я бе купила със свои пари. Аз настоявах, че не е разумно да похарчиш толкова много за една рокля.

Положението се усложняваше от обстоятелството, че разговорът беше по междуградска тарифа, тъй като тя ходеше на училище в друг щат. Спорът ни пропиля по-хубавата част от деня, преди да се споразумеем, а единственият победител беше телефонната компания, която вече беше финансово осигурена. След като проля половин литър сълзи, тя размени дрехата за друга, която смятах за по-подходяща.

На другия ден телефонът остана зловещо тих. Не бях

щастлива от победата си. Тя беше достатъчно голяма, за да взема подобни решения. Разполагаше със свободата да посреща резултатите от собствените си решения. Накрая ì се обадох. Обясних ì, че отгоре на това, че бях човешко същество, никога преди не съм била майка на тийнейджърка и че съм сгрешила. Молех я да ми прости.

„О, мамо простена тя, аз и преди не съм била дете! Обичаш ли ме?“

**5. Рано или късно всички самотни родители се научават да контролират положението от разстояние.** Човек не може да бъде на две места едновременно. Който и да е измислил този закон, не е взел предвид нуждите на самотните родители! В рамките на 15 минути след свършване на училището, телефоните по цяла Америка започват да звънят и децата докладват.

Скоро ставате много вещи в разпознаването на широк кръг от болести, в арбитражирането на разликите в работата и се научавате да лекувате синдрома „скучно ми е“, и то само по телефона. Докато не се научите да използвате възможностите на това забележително откритие докрай, ще губите много енергия да тичате вкъщи, за да гасите пожари, които всъщност не горят.

**6. Споделете с децата мечтите си за тяхното бъдеще.** Семейството, в което израснах, беше голямо и ние не изявявахме много-много чувствата си. Може би затова си спомням един случай след толкова много години. Возех се на предната седалка на колата между мама и татко, когато татко ме потупа по коляното и заяви: „Един ден ще завършиш гимназия и ще постъпиш в колеж. Можеш да станеш каквато си поискаш.“

Бях изумена! Не защото това беше прекалено амбициозна цел за мен, като се имат предвид обстоятелствата

по това време, но защото за първи път разбрах, че баща ми има надежди и мечти за мен. Огънят от онзи миг все още ме сгръва.

Понякога ще бъдете критикувани за родителските си грижи и дори ще се съмнявате в собствената си мъдрост. Когато настъпи подобен момент, навярно е успокояващо да знаете, че винаги е било така. Независимо колко добри ще се окажат децата ви, някой някъде ще намери повод да ви критикува.

Критикували бащата на Ленард Бърнстайн, който е известен диригент, композитор и пианист (автор на музиката към *Уестсайдска история* бел. пр.), че не насърчавал талантилия си син, когато бил малко момче.

„Откъде да знам, че ще стане Ленард Бърнстайн?“ протестираше бедният човек.

Като родител, вие непрекъснато изпращате положителни сигнали към своите деца „обичам те“, „уважавам те“, „ти имаш значение за мен“, „одобрявам те“, „ти си победител“, „ти си много специален за мен“. Детето ви постоянно ги получава, анализира и интерпретира. То измерва себе си с вашето отношение към него, определя колко доверие може да му се гласува.

Разликите в мненията ще останат, както и директните конфронтации и нагорещените дискусии относно вечерния час. Ще разберете обаче, че това не е предизвикателство към авторитета ви, а е предпочитан от юношите начин за получаване на информация. Когато се почувства сигурно, детето ви ще знае, че никога няма да му се присмее. Дори когато е лошо, ще знае, че го обичате и го имате за нещо повече от свое дете. То е вашият скъпоцен приятел.

## **В ЗАКЛЮЧЕНИЕ**

Никой не може да отрече, че семейството на самотния родител представлява най-голямото предизвикателство към вашето време, средства и сили. Няма готови отговори и съкратени процедури. Всяка стъпка напред е извоювана с голяма болка. Въпреки че тези семейства имат проблеми с парите, подложени са на стрес и понякога на неодобрението на обществото, те могат да бъдат силни семейни единици.

Много деца, отгледани само от единия си родител, стават отговорни, зрели и щастливи възрастни хора. Качеството на родителската грижа, а не броят на родителите, има най-голямо значение при отглеждането на децата.

Бог помага там, където сами не можете. Често пъти не ви остава нищо друго освен да приберете счупените прачета. Той ще ги вземе и ще създаде от тях нова картина, която може би няма да прилича на предишната, но независимо от това ще бъде красива.

***ЗА ПО-НАТАТЪШНА ПОМОЩ...***

Организацията „Родители без партньори“ е основана през 1957 г. от самотните родители Джим Игълсън и Жаклин Бернард. Това е най-голямата организация за взаимопомощ между родители, които отглеждат децата си сами. В нея членуват повече от 200 000 души от 50-те щата и Канада. Събранията ѝ са посветени на оказването на помощ на родителите при отглеждането на децата им. На тези събрания има климат на взаимно разбиране и самотните родители могат да намерят емоционална подкрепа и да споделят идеите си по отглеждането на децата с други хора в същото положение. Потърсете техния номер в телефонния указател.

Статистическите данни в книгата са взети от статията в сп. *Нюзуик* „Да бъдеш и майка и баща“ от 15 юли 1985 г. и тази в сп. *Парейд* „Когато съпругът си отиде“ от 7 юни 1987 г.