

EL RETO DE SER MADRE SOLTERA

Desde el punto de vista cultural y sociológico las opiniones sobre las madres solteras han cambiado mucho en los últimos tiempos. Ahora una mujer sola sacando adelante a su hijo provoca admiración en contraposición a la vergüenza que en otras épocas acompañaba al mismo hecho. Sin embargo, en lo referente a las condiciones económicas y emocionales, muchas madres que deciden tener un hijo solas, deben afrontar más dificultades y una doble carga de responsabilidad.

Aún así, la maternidad puede seguir siendo un momento maravilloso en la vida de una mujer, aunque tenga que abordar el reto en soledad. La cuestión será encontrar las ayudas necesarias, aceptarlas y hacer un esfuerzo gran de previsión y organización. Si te encuentras en esta situación te conviene leer las siguientes recomendaciones:

* Los primeros días en casa después del parto puede que te encuentres

hipersensible o simplemente agotada ante las nuevas obligaciones. Es importante que en previsión de esos momentos de bajón en el ánimo cuentes de antemano con la ayuda de familiares, amigos o vecinos.

Cuando no tenemos al otro miembro de la pareja en casa tampoco podemos contar con su ayuda en los cuidados del bebé, así que habremos de echar mano de una buena organización. Sin embargo, será difícil hacerlo cuando tengamos el niño en brazos, por lo que hay que hacer una previsión de las necesidades antes de que nazca. Hay que ser muy realistas y partir de un presupuesto sobre el que iremos anotando en orden de priorida-

des todo lo que va a resultar necesario atender.

* Si el sueldo no es muy alto, y no tenemos ayudas de la familia, es muy conveniente considerar las posibilidades de pedir ayuda a organizaciones o fundaciones que atienden este tipo de situaciones, ofreciendo servicios gratuitos de guarderías, atención psicológica o ayudas económicas.

Según afirman los psicólogos, es importante que la figura paterna esté presente en la educación del niño, por ello es importante buscar a esa persona que pueda compensar la carencia afectiva del niño, en este sentido. Puede ser el abuelo, un tío, pero siempre hay que intentar que se trate de una figura estable en el círculo familiar y que esté dispuesto a colaborar de alguna manera en la educación del niño. Por supuesto, siempre en el caso de que el padre no pueda, o no queramos que esté presente en ninguna circunstancia.

* Nunca olvides que ser madre no es incompatible con ser mujer y ser persona. Por eso no debes caer en los de culpa y sobreprotección. Si deseas o necesitas volver al trabajo pronto o continuar con tus estudios y has encontrado una persona de confianza que cuide del bebé, no debes dejar embargarte por excesivos motivos de preocupación, sino aprovechar todos los momentos que estés con tu hijo para ofrecerle lo mejor de ti misma. E igualmente no debes negarte ratos de diversión, salidas con amistades o cualquier otra actividad que te ayude a crecer emocional o intelectualmente. Cuanto más satisfecha estés contigo misma, más amor podrás ofrecer a tu bebé, y conseguirás transmitirle mayor alegría y confianza.

