



THE LIFE OF A SINGLE MOM
Where No Single Mom Walks Alone

5 Cosas que toda madre soltera debe saber

Por: Jennifer Maggio

Introducción:

Madres solteras, ¡ustedes son increíbles! Son un tesoro. Tus hijos piensan que eres maravillosa, ¡aun cuando no te lo digan o no actúen como si lo fueras! ¡Estas son solo algunas de las cosas que necesitas saber! Seamos sinceras: a lo largo de la travesía de ser madre soltera, el camino puede estar lleno de curvas y obstáculos. La energía que se necesita para perseverar a largo plazo puede parecer inalcanzable.

¡Esta es una de las razones por las cuales existe La Vida de una Madre Soltera! Desde el principio, nuestra meta ha sido ser un apoyo para las madres solteras dentro de lo que pueda estar a nuestro alcance.

Resumen de los servicios disponibles por La Vida de una Madre Soltera:

Ofrecemos charlas semanales gratuitas EN VIVO por medio de las redes sociales sobre temas que se enfocan en las madres solteras, así como libros electrónicos gratuitos, boletines informativos, artículos, vídeos y transmisiones por internet. También, disponemos de un mapa a nivel nacional para ayudarle a localizar un grupo de apoyo para madres solteras en su comunidad al ingresar su código postal. En el área de Gran Baton Rouge, ofrecemos proyectos para mejoras del hogar, clases de ejercicios, clases técnicas para asuntos de la vida cotidiana y asesoramiento por consejeros certificados, ¡todo gratis! Además de eso, también puede inscribirse en la Universidad para Madres Solteras (*Single Mom University*, en inglés), la cual es un aula que ofrece clases técnicas en línea para asuntos de la vida cotidiana, ofreciendo actualmente más de 100 clases. Puede solicitar el Premio Nacional de la Madre Soltera del Año (National Single Mom of the Year Award), o participar en uno de nuestros muchos eventos locales o nacionales durante todo el año.

Sabemos que las cosas se pueden poner difíciles. Sabemos que el camino es largo y algunos días son estupendos, mientras que otros... ¡no lo son tanto! ¡Lo importante es saber que no estás sola! Estamos muy agradecidos por organizaciones como Ochsner, por la dedicación de brindar excelentes servicios para las empleadas de madres solteras.



THE LIFE OF A SINGLE MOM
Where No Single Mom Walks Alone

5 consejos de supervivencia:

He aquí hay algunas cosas que necesitarás recordar en esos días difíciles:

1. **¡Lo lograrás!** Puede que no lo parezca hoy. Puede que estés enfrentando una batalla que es más grande de lo que has enfrentado anteriormente. Escalar la montaña puede ser un reto. Las finanzas pueden no tener sentido. Los niños se comportan de la manera más desobediente y disruptiva que hayas visto, pero ¡lo lograrás! Hay épocas para todas las etapas de tu vida, e incluso, si esta es la época más difícil, los niños algún día crecerán. Lo más importante que debes reconocer es que el diálogo contigo misma de manera positiva tiene un gran impacto en la forma de criar a tus hijos, administrar tus finanzas y tomar decisiones críticas. Mirarás hacia atrás y te reirás de las cosas que hoy te causan lágrimas. Algún día le sonreirás a tus nietos. Podrás celebrar. Como madre soltera indigente que fui, de dos hijos que ahora tienen 23 y 21 años y graduados de la universidad, les puedo decir que sé que lo lograrán y que no están solas. Continúen esforzándose, perseveren y pidan ayuda cuando la necesiten.
2. **Aprende a ignorar a las personas negativas.** Siempre habrá uno o dos que tengan pensamientos negativos para compartir. Realmente no importa si eres una madre soltera, una madre casada, una persona sin hijos, un hombre, una mujer, una adolescente, una persona mayor, etc.... SIEMPRE habrá quienes critiquen. Quizás las críticas provengan porque alguien no comprende completamente tu camino o tus desafíos. Quizás estas provengan porque tienen buenas intenciones pero carecen del conocimiento necesario para brindar tal crítica. O quizás simplemente se debe a que esas personas tienen alguna pena, dificultad o algún tipo de amargura que no tiene nada que ver contigo. Cualquiera que sea el caso, debes aprender a ser cautelosa en cuanto a qué posición le das a quienes te critican en tu vida. No les concedas poder sobre ti.
3. **Aprende a perdonar.** Reconozcamos que ser madre soltera es difícil. Reconozcamos que, en muchos casos, no es lo que hubieras esperado. Quizás hay algunos que pasaron por un divorcio terrible y no han podido olvidar el pasado. Quizás estuviste envuelta en una relación que esperabas duraría para siempre y no fue así. Quizás guardaste algún tipo de rencor contra tu expareja, que no has enfrentado. Quizás estás enojada contigo misma por una decisión en tu pasado. Debes aprender a perdonar. Perdónate a ti misma cuando hayas fallado. Perdona a una expareja que te haya tratado mal. Perdona a tus hijos cuando te han decepcionado. Perdona. Aprende a hacerlo bien y a menudo. Los efectos a largo plazo de vivir una vida perdonando incluyen tener menos estrés y tener un sistema inmunológico generalmente más saludable, según el libro de la Dra. Caroline Leaf, *Who Switched Off My Brain?* (¿Quién apagó mi cerebro?). La Dra. Leaf es una neurocientífica



THE LIFE OF A SINGLE MOM

Where No Single Mom Walks Alone

de renombre mundial y autora de *best sellers*, que se ha especializado en investigaciones de la mente y el cerebro desde principios de los años ochenta.

4. **Administra bien el dinero.** No importa el lugar que ocupes en la escala socioeconómica en este momento, la importancia de administrar bien tu dinero nunca será un principio que dejarás atrás. Habiendo yo realizado más de 1,000 consultas de educación financiera en América Corporativa para una compañía de *Fortune 500*, puedo decirte que la administración del dinero, independientemente de tu situación socioeconómica o edad, es fundamental para tu futura seguridad financiera. No puedes ignorar este componente de tu camino de madre soltera con la esperanza de que simplemente "mejorará" o "desaparecerá". Si no dispones de mucho ahora y tienes dificultad para cumplir con tus obligaciones financieras mensuales, es importante que aprendas a crear un presupuesto y atenerte al mismo. De la misma manera, si no tienes dificultades financieras en estos momentos, la administración de un presupuesto mensual sigue siendo fundamental en la planificación de la jubilación, de la educación de tus hijos y de las metas futuras de la vida. La administración del dinero nunca será un tema sin importancia, independientemente de la edad o de la situación socioeconómica. Aprende a administrar bien. Toma un curso en línea para la administración del dinero. Inscríbete en una clase de educación financiera o inscríbete en la Universidad para Madres Solteras. Toma tiempo para invertir en ti misma para aprender técnicas de administración del dinero, de manera que el dinero no sea siempre una causa de estrés en tu vida.
5. **No seas víctima de la comparación.** Si bien existen similitudes que compartes con otras madres solteras, también existen diferencias. Las diferencias nos hacen únicas. Estas diferencias nos ofrecen perspectivas que a otros algún día podrían parecerles valiosas en sus propios caminos. Hacen nuestras historias bellas, como un tapiz multicolor entretejido. Tus circunstancias del pasado no te definen. Compararte con las demás, robará tu alegría. Dejarás de hacer las cosas para las que fuiste creada. Fuiste creada para grandes cosas. No puedes comparar lo que alguien más ha logrado profesionalmente, lo que han tenido que tolerar o cómo tu lucha pudo haber sido diferente. No puedes comparar los logros de sus hijos con los de los tuyos, qué tan rápido otras vuelven a contraer matrimonio o cómo logran el éxito financiero. La comparación hará difícil que aceptes gratitud por lo que se te ha dado. Todas tienen su historia. Todas. Aprecia tu camino y presta atención especial a tu propio trabajo.



THE LIFE OF A SINGLE MOM
Where No Single Mom Walks Alone

Para finalizar:

Ilustrar las maneras en que las participantes puedan conectarse con La Vida de una Madre Soltera después de su asistencia.

Jennifer Maggio es una autora galardonada de cuatro libros, Directora Ejecutiva de The Life of a Single Mom, y promotora nacional de padres solteros. Ganadora del premio de Circle of Excellence en 11 ocasiones, la propia trayectoria de Maggio de madre soltera indigente a ejecutiva de una compañía de Fortune 500, deja al público fascinado. Ella se ha destacado en cientos de medios de comunicación como The New York Times, Power Women, Daystar Television y muchos otros.