

Muchas mujeres jóvenes experimentan embarazos no planificados que conducen a ser madres solteras. Si bien las circunstancias de todas pueden ser diferentes, ser madre soltera es algo que comparten. Cuidar a un bebé es más que alimentarlo o cambiarle el pañal. Tu hijo o hija tendrá muchas necesidades: emocionales, físicas e intelectuales. Y dependerá de ti para que le proporciones todo.

Necesidades Básicas

Refugio - ¿Cuál será su situación de vida después de tener a su bebé? Es importante que usted y su bebé tengan un lugar seguro y asequible para vivir. Hay muchas formas de lograr esto. Usted puede:

- Vivir con sus padres o con otro miembro de la familia.
- Vivir en un apartamento
- O puede vivir con un amigo, tal vez incluso con otra madre soltera.

Ingresos - para vivir, necesitará una fuente de ingresos. Es posible que deba comprar gasolina para un automóvil o pagar el transporte. Es probable que deba pagar el alquiler, los servicios públicos, la comida, la ropa, el seguro y más. Según babycenter.com, criar a un niño cuesta alrededor de \$150,000 Un trabajo es una excelente manera de ganar dinero y satisfacer todas las necesidades de su hijo. Aquí hay algunas formas en que puede encontrar un trabajo:

- Anuncios clasificados en su periódico local
- Llamadas por teléfono
- Agencias temporales
- Letreros de "Se busca ayuda"
- Referencia de otras personas
- Sitios de empleo en línea

Alimentos - Alimentos es importante tener alimentos saludables. Sin ellos, no tendrá la energía para trabajar y cuidar a su bebé. El gobierno federal ofrece el programa Mujeres, Bebés y Niños (WIC por sus siglas en inglés). Este programa proporciona alimentos, nutrición, asesoramiento y acceso a servicios de salud a mujeres, bebés y niños de bajos ingresos. Por lo tanto, si reúne los requisitos, tiene a su disposición alimentos saludables y nutritivos. Para saber cómo presentar la solicitud, visite el sitio web de su estado para averiguar cómo programar una cita. Los bancos de alimentos también son un buen lugar para ayudar con los alimentos.

Necesidades Emocionales

Nacemos con la necesidad de conectarnos con otros humanos. Necesitamos y valoramos nuestras amistades y relaciones. Como madre, debes ser inteligente con tus amistades y relaciones. Es importante tener amistades buenas y alentadoras. Los amigos son parte de tu equipo de apoyo. Sin embargo, deben ser amigos que te animen como mamá y traten a tu bebé con amor.

Citas

Tener citas es difícil cuando eres madre soltera. Es importante recordar que los niños forman vínculos profundos con personas que son constantes en sus vidas. Asegúrate de que el hombre con el que te comprometas también esté comprometido con tu hijo y los vea a ambos como un paquete. Asegúrese de que comprenda la disciplina adecuada y una forma adecuada de mostrar afecto a usted y a su hijo. Nunca dejes a tu hijo solo con alguien con quien estés saliendo, que no conoces muy bien. Establece límites cuidadosos con las personas con las que sales.

Las Necesidades Emocionales del Bebé

Atención - Los bebés necesitan tu atención. Se vinculan contigo a través del tacto, los abrazos, el contacto visual y cuando satisfaces sus necesidades.

Aprobación, Afirmación y Aceptación - necesitan saber que los errores están bien y no afectan tu amor y aceptación de ellos. Necesitan aceptación a medida que comienzan a aprender nuevas habilidades.

Seguridad y Estructura - : los bebés se sienten seguros cuando respondes a sus necesidades rápidamente.

Comodidad - tus brazos reconfortantes y tu presencia los ayudan a sentirse seguros en este gran mundo en el que viven.

Amor Incondicional - tu bebé necesita saber que no importa lo que haga, tú lo amarás.

Límites - necesita reglas amorosas para gobernar su comportamiento y actividades.

Afecto Físico Apropriado - necesita aprender el peligro de los extraños y que es dueño de su propio cuerpo. Un niño también necesita saber que si se siente inseguro con alguien o no quiere que alguien lo toque, sus deseos serán respetados.

Disciplina Apropriada - los niños necesitan una disciplina planificada y pensada. Los niños deben comprender las recompensas por el buen comportamiento y las consecuencias por las malas decisiones.

Consistencia - las rutinas con las que pueden contar, los límites que no cambian constantemente y la disciplina consistente y bien pensada ayudan al niño a sentirse seguro y protegido.

Necesidades Intelectuales

Las necesidades intelectuales son cosas como el aprendizaje y la educación. Es posible que en este momento sientas que es imposible asistir a la escuela, pero muchas escuelas ofrecen becas para madres solteras. Es importante al menos completar tu educación secundaria. Muchas universidades ofrecen clases en línea, lo que significa que asistes a la universidad desde casa usando solo tu computadora.

Las Necesidades

Los niños también tienen necesidades intelectuales. Los bebés se desarrollan a través del juego y la exploración de su entorno. No necesitan juguetes costosos, sino una variedad de experiencias, como diferentes formas y texturas, diferentes colores, sonidos y luces. La música también es excelente para el desarrollo de su hijo. Léale a su hijo para ayudarlo a desarrollar el lenguaje. Establezca fechas de juego y cree un entorno seguro que esté libre de peligros de asfixia y otros peligros.

Cómo Hacer que Todo Funcione

Estoy segura de que puedes ver que hay mucho en qué pensar mientras te preparas para enfrentar la situación sola. Entonces, ¿cómo haces que todo funcione? La respuesta es planificar y establecer metas. Empieza a planificar creando listas. Considera primero tus necesidades inmediatas y haz un plan.

Resources:

1. Schulman, Karen. "The High Cost of Child Care Puts Quality Care out of Reach for Many Families. Issue Brief" (2000).
2. "Social-Emotional Development Domain", California Infant/Toddler Learning & Development Foundations, Specialized Programs, Child Development Resources. Found at <http://www.cde.ca.gov/sp/cd/re/itf09socemodv.asp>.