

Отец-одиночка: жизнь продолжается!

Мы давно привыкли к словосочетанию «мать-одиночка», а одинокий отец – все еще диковинка. Но таких мужчин не так уж мало: в Западной Европе это 10-15 процентов от общего числа неполных семей. У нас таких пап меньше – около 3 процентов.

Одинокими отцами иногда становятся по своему выбору, иногда в результате сложившихся обстоятельств. Наиболее печальный и сложный случай – когда женщина умирает, и мужчина остается вдовцом с детьми. В такой ситуации все испытывают сильный стресс, происходит полное изменение всех жизненных ориентиров. Как правило, на помощь такой семье приходят бабушки, родственники, соседи.

Другая ситуация, если женщина отказывается от воспитания своего ребенка или ее лишают родительских прав. В такой ситуации мужчина принимает ответственное решение сам, психологически он больше готов к своей миссии, хотя и в этом случае от помощи других родственников лучше не отказываться.

Самые серьезные трудности, как правило, доставляют отцам-одиночкам бытовые проблемы. Поначалу мужчине трудно выполнять «женскую» работу: готовить еду, присматривать за малышами, делать уборку, распределять бюджет.

Еще одной психологической проблемой может стать то, что папа окажется единственным мужчиной среди мам на родительских собраниях или на детской площадке. Но жизнь продолжается, и по статистике, у



Одинокий отец – не приговор!

отцов-одиночек на 30% больше шансов найти свою вторую половину – женщин в них привлекают любовь к детям, способность их воспитывать, умение справляться с бытом.

Больше сложностей у отцов возникает в том случае, если приходится воспитывать дочку – дочкам необходима женская модель поведения, чтобы в будущем стать хорошей женой и мамой. Многие мужчины комплексуют, считая себя не компетентными в вопросах педагогики, когда принимать решения приходится, полагаясь на свою интуицию. Хорошо, если

в этом случае одинокому папе есть с кем посоветоваться: с бабушкой или тетей девочки, например. Все, что нужно одиноким отцам, это поддержка и понимание и тогда можно преодолеть все трудности.

Кстати, по мнению психологов, дети, воспитанные отцами, очень любят и ценят их, прислушиваются к их советам, растут более ответственными, быстро становятся поддержкой и опорой, а взрослые, гордятся ими.

Анастасия МЕЩЕРСКАЯ

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА

Брюссельская капуста с луком и миндалем

Брюссельскую капусту выращивают уже сотни лет. Впервые она появилась в Европе, и была названа в честь г. Брюсселя в Бельгии. Это медленно растущий овощ – чтобы крошечные кочанчики созрели, требуется несколько месяцев. Раньше я относилась к этому овощу с пренебрежением, пока несколько лет назад не попробовала его, обжаренным в оливковом масле. Поскольку кочешки имеют чуть горьковатый привкус, я добавляю немного коричневого сахара, чтобы сбалансировать вкус. Я также рекомендую добавлять орехи пекан или миндаль.

Ингредиенты:

250 г свежей брюссельской капусты
2 ст. ложки измельченного обжаренного миндаля
1 ст. ложка растительного масла
2 ст. ложки несоленого сливочного масла
1/2 сладкой луковицы среднего размера (очистить и тонко порезать полукольцами)
1 1/2 ст. ложки коричневого сахара
соль
молотый перец



ФОТО: МОРИН ЗЕБИАН / ВЕЛИКАЯ ЭПОХА

Приготовление:

Чтобы приготовить брюссельскую капусту, нужно удалить первый слой листьев, промыть кочешки в холодной воде и обрезать коричневые концы.

Подготовленные кочешки на 3 минуты опустите в кипящую подсоленную воду. Выньте их из ка-

стрюли и тут же опустите в очень холодную воду. Остывшие кочешки разрежьте пополам. В сотейник налейте растительное масло и бланшируйте кочешки в течение пяти минут.

В сковороде разогрейте сливочное масло и обжарьте лук в течение 10 минут на слабом огне.

Добавьте туда кочешки, соль, перец и коричневый сахар и обжаривайте ещё 10 минут, помешивая время от времени. Выложите на блюдо и посыпьте миндалем.

Приятного аппетита!

Морин ЗЕБИАН

Опрос по всему миру

Взаимное уважение, доброта, любовь и поддержка – это то, что помогает сохранять крепкие семьи, как выяснили репортеры «Великой Эпохи», задавая жителям разных стран вопрос: «Хорошие ли у вас отношения с родственниками мужа/жены?»

Дубай, Джордж Мессиа, 38 лет, менеджер

Я люблю родителей своей жены, а они любят меня и принимают как своего сына. Они также знают, где надо остановиться, и не вмешиваются в нашу жизнь. Я по-настоящему почитаю их и обращаюсь к ним за помощью, когда она требуется.



Испания, Пепи Кабрера, 59 лет, юрист

В моем случае отношения замечательные. Особенно с золовкой, потому что мы живем рядом друг с другом и проводим много времени вместе. Возможно, я исключение из правил, но в моей жизни родственники мужа – это забота, хорошее времяпрепровождение, помощь друг другу.



Словакия, Штефан Томис, 34 года, руководитель архитектурной студии

Когда я начал встречаться с моей женой, моя теща была не в восторге от этого и дала мне это почувствовать. Однако после того как родился наш сын, её отношение ко мне изменилось. Возможно, это произошло потому, что я уделяю всё свободное время сыну, и в результате сейчас я самый лучший зять.



Швеция, Мари Блюхер Нистром, 51 год, воспитательница в детском саду

У меня близкие отношения с матерью моего мужа, хотя мы обе упрямые и сильные женщины, которые всему знают цену. Но мы принадлежим к разным поколениям, это смягчает конфликты. Я получаю от неё фантастические советы, так как у нас одинаковая профессия. Мы прислушиваемся друг к другу и очень дополняем друг друга.



Италия, Марция Галло, 39 лет, рабочая

Мы ладим со свекровью, которая знает меня с тех пор, когда я была еще ребёнком. Она видела, как я росла, а затем я стала её невесткой. У нас бывают перепалки, но мы нужны друг другу. Она нуждается в детях, а я нуждаюсь в ней. Поэтому у нас хорошие отношения, и я её люблю.



Бразилия, Жаиро Альт, 25 лет, специалист по компьютерной графике

Да... это дружеские отношения. Я жил с тестем какое-то время, и он помогал мне как в финансовом, так и в эмоциональном плане. Он был для меня как второй отец.



Польша, Войцех Шмейда, 30 лет, электромонтер

Да, у меня хорошие отношения с родителями жены, потому что они очень добрые, и мне с ними хорошо. Без помощи родителей трудно начинать жизнь, и они много помогают нам, это очень важно в начале.



Ливан, Дима Хассан, 22 года, работает в Дубае

Моя свекровь помогает мне каждый раз, когда у меня есть проблема, и я обращаюсь к ней. Она любит меня, а я разговариваю с ней, как с мамой. Свекровь помогает мне ладить с моим мужем, даёт мне советы, она заменяет мне маму и всю мою семью, потому что я живу с ней.

