



on-line > www.vulkani.rs
mail to > office@vulkani.rs

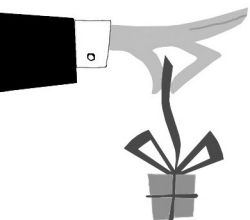
Naziv originala:
Patrizia Gucci
SINGLE

Copyright © 2004 by Sperling & Kupfer Editori S.p.A.
Translation Copyright © 2013 za srpsko izdanje Vulkan izdavaštvo

ISBN 978-86-10-00004-7



Ova knjiga štampana je na prirodnom recikliranom papiru od drveća koje raste u održivim šumama. Proces proizvodnje u potpunosti je u skladu sa svim važećim propisima Ministarstva životne sredine i prostornog planiranja Republike Srbije.



PATRICIJA GUČI

KNJIGA ZA SINGL DEVOJKU

Prevela Sandra Ognjenović

vulkan
izdavaštvo

Beograd, 2013.

SADRŽAJ

Posebna evolutivna kategorija 9

SINGL – uputstvo kako biti zadovoljan sobom 11

Singl sam i time se dičim 15

Prvi put kada se osetite kao singl devojka 19

Singl? Da, molim! 23

Ponovo singl 31

Deset stereotipa 35

Workaholic 37

Wonder Woman 41

Singl devojka koja previše voli	45
Singl devojka koja ima strah od muškaraca	49
Zla kraljica	53
Opsednuta sređivanjem	57
Loša kuvarica	61
Nesigurna singl devojka	65
Duša bez srodne duše	75
Draga moja singl devojko, ne poznajem te (ali ti svejedno sudim) Mitovi i predrasude	79

Deset primera kako preokrenuti situaciju u sopstvenu korist	85
--	----

Promena je lepa	87
Razvijte samopoštovanje	93
Kako steći nove prijatelje i zadržati stare	97
Voleti sopstveni dom i brinuti se o njemu	111
Voleti sopstvenu ličnost i brinuti se o njoj	115
Naučite kako da saslušate druge	117
Naučite da kažete „ne“	121
Naučite da kažete „da“	125
Slatko se nasmejati	127
Da li ste rob navika ili ste razuzdane?	
Kako ponovo pronaći sebe i živeti srećnije nego pre	131

Ponašanje srećne singl devojke	135
U hotelu	137
U restoranu	139
Na putu	143
U bioskopu	147
Na poslu	149
Na zabavi	153
Naučite da donosite odluke	157
Upravljanje sopstvenim finansijama	163
Provedite Božić i Uskrs sa kim želite	167
Zaključak	171
Zahvalnice	177
O autoru	179

Posebna evolutivna kategorija



Singl – uputstvo kako biti zadovoljan sobom

*Jedino prijatno društvo
je kada smo sami sa sobom.*

Oskar Vajld

Svima nam se dogodilo da barem jednom u životu ostanemo same. Nije to nikakva tragedija! Sigurna sam da bi onima kojima se to nije nikada dogodilo izvestan period samoće bio od velike koristi... Jer biti singl može biti sinonim za slobodan život. Život skrojen po sopstvenim zamislima i pravilima!

Priznaćete: provesti več u krevetu u vunenim čarapama, omiljenoj, staroj, već pohabanoj pidžami i sa maskom od krastavaca na licu – nije baš nešto što bismo uradile pred svojim partnerom. Osim toga, dozvoljeno vam je da flertujete do mile volje, i da same odlučite da li ćete se prepustiti, bez ikakvog osećaja krivice i obaveze da smišljate komplikovane izgovore.

Međutim, istina je da biti singl predstavlja i susretanje sa neprijatnim situacijama u svakodnevnom životu, u porodici, na poslu, u restoranu, na odmoru.

Uzmimo za primer čuveno pitanje koga se pribojavaju sve žene koje više nemaju ili još nemaju verenički prsten na ruci – ono neizostavno pitanje koje brkata ujna postavi za svaki Božić: „I reci mi – kada se udaješ?“

Ova knjiga će vas podučiti i pomoći vam da se lakše snađete u pojedinim situacijama, da sedite za stolom nekog restorana u društvu sa samom sobom, bez ikakvih kompleksa i da uživate u

pogledima punim čežnje koje vam upućuje konobar ili neki zgodni muškarac željan avanture (koji vam pogledom govori da bi više voleo da bude za vašim stolom nego za svojim).

Dokazaću vam da to što ćete ići same na odmor uopšte nije tako strašno, bez obzira na negodovanje vaše mame, rođaka ili prijatelja. To će biti zaista veoma vredno iskustvo.

Život samice može vam doneti trenutke velikog zadovoljstva.

Potrebno je ipak malo strpljenja, samopouzdanja i malo smelosti. I naravno, mnogo dobrih prijateljica!

Ja sam trenutno singl i srećna sam! Ali u ovom društvu koje uvek daje prednost parovima i koje je, budući da je organizovano na određeni način, zatvoreno za sve što je drugačije, slobodu nije baš lako osvojiti.

Ustajem ujutru. Moja soba je samo moja, a red ili nered koji u njoj vladaju čine je tako ličnom i uvek zavise od mog raspoloženja

prethodnog dana. Časopis bačen na tepih, otvorena knjiga, šolja čaja na komodi – sve su to detalji koji su deo mene. Kao i buket lala koje sam kupila na pijaci, pa kada ujutro prvo što ugledam budu njihove predivne crvenonarandžaste boje, znam da će dan koji me očekuje biti lep.

Mogu da pojačam radio do daske i da umesto vesti slušam muziku koju volim, mogu da šetam kroz kuću bosa, da čitam roman dok jedem. Radim sve polako jer sam shvatila da sam mnogo produktivnija kada se ne zamaram, da sam mnogo efikasnija kada se ne držim određenih pravila koje mi nameće društvo u kome živim. Biti singl znači i sledeće – nismo pod stresom zbog rokova, zbog dece i njihovog školskog rasporeda, zbog obroka koje treba da pripremimo. Zavisiti samo od sebe je najveći mogući luksuz – pa zašto bismo onda mislile da ne možemo ništa bez muškarca kraj sebe?

Singl sam i time se dičim

Bridžit Džouns, najpoznatija singl devojka novog milenijuma u svom već čuvenom *Dnevniku* predlaže čega treba da se klonimo: „Umesto da budem depresivna što nemam dečka, bolje je da sačuvam unutrašnji mir, autoritet i veru u sebe, jer sam i bez muškarca ja kompletna ličnost koja ima svoje vrednosti. To će biti najbolji način da pronađem nekoga.“

Postoje dve velike grupe u koje možemo da svrstamo singl devojke: one koje su singl po sopstvenom izboru, to jest, one koje žele da

budu same i one koje su singl iz moranja, to jest, one kojima samoća predstavlja teret.

Na one koje imaju mnoštvo prijatelja i zanimljive veze, i one koje vreme provode sa mačkom ili psom, u većitom grču, tražeći pravog muškarca.

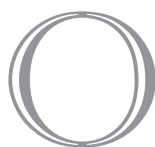
Nije uvek istina da će devojke iz prve kategorije pre ili kasnije lakše naići, ako ne baš na pravog muškarca, barem na prihvatljivog. Prestanite da se samosažaljevate – to neka bude vaš prvi korak ka vraćanju u igru – pronađite vremena i volje da izađete, da se viđate sa ljudima.

Ali postoji još jedna podvrsta singl devojaka: one koje su singl iznutra, to jest, iako imaju stalnog partnera, imaju predispoziciju (genetsku, vaspitnu, umišljenu, skrivenu) da vode život kao singl devojke. Ja mislim da postoji jedan nepogrešivi test koji će vam pomoći da shvatite da li ste u dubini duše ostale singl, bez obzira na to da li ste u vezi, ili čak imate i decu. Idite u supermarket i počnite sa kupovinom. Ako

ste sklone da birate porcije za jednu osobu i ne kupujete više od dva izuzetno kvarljiva proizvoda, vi pripadate ovoj kategoriji. U vama je ostao snažan trag onog vremena kada ste imale tu slobodu da u poslednjem trenutku izaberete da li ćete jesti napolju ili kod kuće.

Bez obzira na to kojoj grupi pripadate, sigurno će vam dobro doći poneki savet kako da živite bolje i uživajte u svom statusu dok čekate susret sa čovekom vašeg života!

Prvi put kad se ošetite kao singl devojka

 Ovo je optimalna situacija – trebalo bi da je lako podneti samoću kada smo mlade. Ali, kada smo adolescenti, opsednute smo idejom da moramo imati dečka, jer izgleda da dečko predstavlja neizostavni rekvizit kako bismo bile prihvaćene u društvu. Veoma mlade singl devojke moraju da se suoče sa nizom kompleksnih problema – telo koje se menja, ukus koji se formira, seksualne želje koje se rađaju. Adolescencija i rana mladost su u stvari priprema za život: ali ne obavezno i za život udvoje.

Ali, istina, sve je usmereno ka pronalaženju partnera. Dok još idemo u školu, upućene smo na učenje, sve ostalo treba tek da se dogodi, budućnost izgleda daleko. Ipak, iako toga nismo svesne, već tada živimo kao singl devojke. Takav način života nas ponekad baca u očaj: neke mlada-lacke depresije izgledaju bezizlazno. Ali onda, kao nekim čudom, već sledećeg dana nam se vraća osmeh na lice. To su promene raspoloženja koje moramo naučiti da prepoznamo, da nas ne bi savladale! Mi moramo biti te koje će njih pobediti.

Prijatelji, a posebno najbolja drugarica, ve-oma su važni u ovoj fazi života koja je obeležena jednom ogromnom energijom, energijom koja se mora kanalisati ka optimizmu, koja se mora pretvoriti u izvor zadovoljstva. Naučite da cenite pozitivne strane svog karaktera i svog fizičkog izgleda. Upoznajte svoje telo, budite svesne njegovih mana, upoznajte ih, umesto da od njih bežite, jer je to jedini način da ih *'poboljšate'*. Evo ključne reči koja bi trebalo da vas vodi kroz gimnazijske i