



Алёна Орлова

**Родительские хитрости.  
Опыт мамы детей-погодков**

«ЛитРес: Самиздат»

2019

## **Орлова А. И.**

Родительские хитрости. Опыт мамы детей-погодков /  
А. И. Орлова — «ЛитРес: Самиздат», 2019

Книга поможет родителям узнать ответы на многие вопросы, которые не дают им покоя. Например:- грамотное распределение времени;- как совместить беременность с воспитанием первого малыша;- что делать, если ребёнок неожиданно заболел;- как справиться с погодками и уделять внимание каждому;- готов ли кроха к посещению детского сада;- золотое правило уборки;- о погодках - мифы и положительные стороны;- главные ошибки родителей в воспитании детей до 3 лет;- детский гороскоп. О характере и самооценке. Как происходит взросление, и какая профессия подойдёт ребёнку.И другие темы, которые могут пригодиться родителям.

## Содержание

Предисловие от автора	5
Жизненно важное правило	6
Уроки, которые преподносит родительство	7
Главные ошибки родителей в воспитании детей до 3 лет	9
Как помочь малышу развиваться в разных направлениях	11
Кризис 3 лет	13
Конец ознакомительного фрагмента.	14

## Предисловие от автора

Здравствуй, уважаемый читатель!

Меня зовут Алёна. Когда я стала новоиспечённой мамой, жизнь стала похожей на передачу «Что? Где? Когда?». На меня резко свалился огромный набор вопросов, которые нужно было решить за достаточно короткий промежуток времени. Конечно, в период беременности вопросов тоже было множество. Но всё же в большинстве случаев они не требовали сиюминутных ответов.

К вопросам, связанным с материнством, невозможно подготовиться заранее. Конечно, можно изучить основу, но в процессе воспитания ребёнка они неизбежно появятся. Вот в этом и состояла главная проблема – поиска информации. В большинстве источников, где я хотела найти ответы на свои вопросы, описывается одна и та же мысль только разными словами. Это стало очень распространено. Найти полезный, а уж тем более оригинальный совет стало практически невозможно.

Для мамы, которая воспитывает первого малыша, это своеобразная проверка на прочность. С рождением второго крохи, конечно, стало немного легче, но стали появляться другие вопросы, которых не было после рождения первого ребёнка. Поскольку дети у меня погодки (т. е. с небольшой разницей в возрасте), проблем в уходе, кормлении и других основополагающих навыках с новорожденным у меня не возникало (не успела отвыкнуть). Сложность была в другом. Главная проблема состоит во времени, а точнее, в его нехватке и в том, как совместить уход за обоими детьми.

Задумавшись и на личном опыте поняв, сколько вопросов и сомнений возникает при воспитании детей, я захотела помочь родителям избежать многих проблем, встающих перед ними. Со временем желание осуществилось, и я написала книгу, которую теперь могу представить вашему вниманию.

Желаю лёгкого и интересного чтения, чтобы книга оказалась полезной и нашла применение у каждого. Свои отзывы и предложения отправляйте мне на почту: **avtor.alena-orlova@yandex.ru**

## **Жизненно важное правило**

После родов женщина берёт на себя все обязанности, связанные с домом и семьёй. В большинстве семей используется следующий принцип: мужчина работает, а женщина дома следит за бытом и воспитывает детей. И главную ошибку она совершает, когда пытается сделать все дела, накопленные за день, пока ребёнок спит. Это самая ужасная ошибка, которую я совершала. Стало выглядеть всё ужасно, когда малыш подрос и уже достаточно мало спал днём.

Мой день выглядел примерно так: покормила, поиграла, погуляла... Наконец уснул. У меня было около 1,5—2 часов на готовку, приборку, стирку, глажку и другие дела. В конце дня это была адская усталость.

Чуть позже я стала замечать, что ребёнку очень интересно всё то, что я делаю. Он активно проявлял интерес. И тогда я решила воспользоваться другим методом. Все свои домашние дела делала с малышом. Ему интересно было абсолютно всё: он трогал, шупал, пробовал, пытался чем-то помочь. И вот долгожданный дневной сон. Оглядевшись вокруг, я поняла, что дел мне осталось минут на 10. После этого я делала то, что хотела **ИМЕННО Я!** Сделала маску, приняла ванну и, наконец, за всё послеродовое время проспала днём. Восторгу не было предела. Сейчас, имея 2 детей, я делаю домашние дела с ними вместе. Пока младший полугодовалый сын лежит и играет игрушками, старший (1 г. и 10 мес.) помогает по дому, очень любит, когда я делаю суп (ест морковку, а потом с большим интересом пытается её вместе со мной потереть). Хоть ему нет и 2 лет, он много помогает: достаёт пылесос, закидывает бельё в стирку, играет с маленьким братиком и др. Если ребёнок устанет делать какое-то дело, начните делать другое, а потом вернитесь к предыдущему. Маленьким детям достаточно сложно делать одно дело продолжительное время, не стоит их утомлять.

Подводя итог, хочу сказать, чтобы вы не изматывали себя и делали всё с малышом. И наконец, в моменты тишины (когда кроха спит) уделите время чему-то более важному, нежели бытовые проблемы.

## Уроки, которые преподносит родительство

Появление в семье ребёнка зачастую становится испытанием для новоиспечённых родителей. Лучше относиться к этому не как к трудностям, а как к своеобразному тренингу личностного роста, интересной творческой задаче.

Появление в семье первенца часто переворачивает всё с ног на голову. Вам приходится учиться жить по-новому, а это всегда непросто. Как правило, у родителей к этому времени уже сложились свои привычки, выработался определённый характер. Но, как показывает практика, всё это поддаётся корректировке, едва только у вас появляется ребёнок. От чего же можно избавиться после рождения малыша?

Вот эти привычки (точнее, их часть):

**1. Эгоцентризм.** Сострадание, любовь, внимание к другим людям обогащают нашу жизнь, делая её более наполненной. Молодой маме приходится постоянно прислушиваться к желаниям малыша, ставить его нужды выше собственных интересов и предпочтений. Вы уже не можете встретиться с друзьями или пойти в кино, когда вам захочется, потому что нужно будет кормить кроху или его просто не с кем оставить. Даже спать лечь можно только тогда, когда уснёт ребенок.

**2. Стереотипы.** Практически каждый день перед родителями встают новые вопросы, на которые нет и не может быть готовых ответов. Самочувствие, настроение, поведение, аппетит, проявления темперамента – всё это озадачивает мам и пап. Приходится отказываться от каких-то привычных установок, подходить к воспитанию творчески, прислушиваться к интуиции, а не всегда только к доводам разума. Помните, что только вы знаете, что лучше для ваших детей, и именно вам принимать решения по поводу их развития и здоровья.

**3. Зависимость от кого-либо.** Зависимость от мнения окружающих мешает жить и получать удовольствие от воспитания ребёнка.

Особенно если речь идет о финансовой зависимости от собственных родителей. Помните, что роль папы или мамы будет приносить вам удовлетворение только в том случае, если вы полностью готовы взять на себя всю ответственность за малыша.

**4. Вредные привычки.** Любовь к детям может помочь в отказе от курения и алкоголя. Постарайтесь преодолеть эту тягу как можно раньше, лучше ещё до зачатия ребёнка.

**5. Безответственность.** Это качество характера перекрывается необходимостью заботиться о младенце. Ради его благополучия можно найти хорошую работу, упорядочить свои расходы, пересмотреть прежний образ жизни, более разумно планировать свободное время.

Отказавшись от всего, что мешало вам развиваться в правильном направлении, вы обязательно приобретёте новые качества. Прежде всего, оптимизм, самоконтроль, бережное отношение к семейным ценностям, ощущение смысла жизни. И это далеко не всё, что можно получить благодаря появлению в доме малыша.

**Методики.** Эти действия позволяют меняться в лучшую сторону:

– *нахождение ребёнка рядом с вами.* Если мама находится рядом с малышом, то кроха чувствует себя защищённым. Совместный сон, ношение на руках, телесный контакт – всё это позволяет ребёнку развиваться гармонично;

– *ежедневные ритуалы.* Очень важно обеспечить младенцу прогулки на свежем воздухе, заботиться о его гигиене, проводить с ним гимнастику и массаж, играть и общаться. А для того, чтобы всё это успеть, маме придётся научиться планировать время;

– *эмоциональное сопереживание.* Детям важно, чтобы родители откликались на их чувства и переживания, от радости до боли. А ваше сердце тем самым освобождается от зажимов, вы учитесь сопереживать другим людям;

– *интеллектуальное развитие*. Воспитание детей затрагивает множество жизненных аспектов, вопросов и задач. Вы сможете многому научиться и повысить свою «квалификацию». Общайтесь с другими мамами и папами, обменивайтесь опытом с друзьями и коллегами, читайте специальную литературу. Это не только сделает вас опытнее в деле воспитания, но и расширит кругозор, поможет лучше понять своего ребёнка;

– *грудное вскармливание*. О пользе маминого молока для младенца сказано немало, но ведь это действительно так. Помимо питания, витаминов и микроэлементов, через ваше молоко малыш получает любовь, внимание и заботу. Между вами возникает прочная эмоциональная связь и привязанность.

## Главные ошибки родителей в воспитании детей до 3 лет

Родители, несомненно, любят своих детей. Они могут тратить половину зарплаты на малолетнее чадо и с умилением рассказывать коллегам о том, что дитё выучило новое слово. Но это ли является залогом счастья для ребёнка? Разумеется, нет. Ведь часто мы становимся свидетелями того, как разбалованные дети отвратительно ведут себя в магазинах, на остановках, в общественных местах. А потом думаем: как можно было так запустить ребёнка, чтобы он так себя безобразно вёл? Но сами допускаем страшные ошибки, которые принесут свои отрицательные плоды, когда ребёнок подрастёт. И чем старше он становится, тем сложнее его будет изменить и постараться сделать лучше. Есть несколько важных вещей, о которых взрослые часто забывают.

### 1. Отсутствие дисциплины

Чёткий режим сна и бодрствования помогает быстрее укладывать спать, а график питания упростит процесс кормления. Вы будете точно знать, во сколько малыш проголодается, и перестанете уговаривать его за столом. Биологические часы выполняют за вас половину работы. Возьмите их на вооружение! Ему не придётся долго сидеть за столом, для того чтобы нагулять аппетит. Потому что он уже сядет за стол с желанием покушать.

Более того, дисциплина – отличный способ показать детям, что мир существует по определённым законам, которые распространяются и на них. Маленькое создание ещё не знает, что представляет собой мир, ему всё в нём непонятно. Представляете, вас перевезти в чужую страну со своим климатом, в другой часовой пояс и т. п. Вы будете разбиты, растеряны и выбиты из колеи. Хотя вы взрослый человек, а это совсем маленький человечек, который ничего вокруг себя не видел. Распорядок дня внесёт ясность в его жизнь. Малыш будет знать, что после прогулки он ложится спать, а после пробуждения кушает. Неопределённость несёт в себе беспокойство и часто становится причиной тревожности.

### 2. Непоследовательность

Мама сказала убрать за собой игрушки, а через пять минут сама разложила всё по местам. В следующий раз дети даже не подумают взяться за уборку. Зачем, если она одна справится? Взрослые должны уметь настоять на своём и не изменять собственному слову. Если было сказано: «Ещё раз помоешь пульт в чае, будешь стоять в углу», то обязательно выполните обещанное. Хотя бы две минуты, но пусть постоит. Если всё время угрожать наказанием и не исполнять его, ребёнок перестанет воспринимать его всерьёз. И вас заодно.

3. Вместе с отсутствием последовательности в словах и действиях можно назвать ещё одну ошибку – **непредсказуемость**.

Девочка нарисовала каракули на старых обоях, отчего вся семья была в восторге. Почему тогда родители ругали её, когда рисунки появились на стенах после ремонта?

Не нужно на одни и те же поступки реагировать по-разному. Это мы знаем, что в первом случае дочери можно было красить обои, а во втором нет, самой девочке это не было понятно. В любых ситуациях мы должны держаться определённой позиции: красить стены – плохо, обзывать – нехорошо, плевать – нельзя. Если в один момент вы провоцировали ребёнка на проступок, то не удивляйтесь, что он это повторит. Глупо потом прибегать к ремню или лишениям – чадо вас не поймёт.

Непредсказуемость вашей реакции вызывает страх и неуверенность. Вместе с непоследовательностью это один из лучших способов добавить в характер малыша нерешительность и боязнь действовать. Это вам надо?

### 4. Вседозволенность

Есть семьи, где дети превращаются в тиранов. Им можно всё. Таскать кота за хвост, кидать в братика сотовым телефоном и с диким рёвом требовать новую игрушку. Родители могут думать, что поступают правильно, разрешая абсолютно всё, чтобы их ребенок ни в чём не нуждался. На самом деле они оказывают любимому чаду медвежью услугу: получая всё, малыш никогда не будет удовлетворён. Ему будет мало всего, что он получает. Кроме того, ощущая себя главным в доме, он будет жить в страхе. Через запреты и правила поведения родители должны донести до ребёнка, что они сильные и справедливые. Это даёт чувство защищённости, так необходимое маленькому человечку.

### **5. Смещение ролей**

Взрослые остаются взрослыми, а дети детьми. Можно ещё добавить, что у папы своя роль, а у мамы и бабушки – своя. Важно ничего не перепутать.

Пример:

Жадный мальчик забрал весь пакет конфет и не отдаёт. Мама начинает вести себя по-детски, выпрашивая:

– Ну, Васенька, дай маме, а то она будет плакать, хы...

Таким образом она не помогает сыну подняться до уровня разумного человека, а поддерживает его в позиции капризного дитя. Что нужно было сделать? Сказать правду.

– Смотри, сын, у нас гости. Все садятся пить чай и хотят угоститься конфетами. Сейчас мы с тобой с ними поделимся. Конфет много – достанется и тебе.

В этом случае мальчик научится находить взрослый выход из различных ситуаций. Это обязательно пригодится ему в дальнейшем.

### **6. Ругань вместо сотрудничества**

Последняя наиболее распространённая ошибка – это привычка ругать вместо того, чтобы показать, как надо. «Не кидай мячик в телевизор, ты что не видишь, он чуть не упал?!» вместо того, чтобы сказать: «Смотри, телевизор может упасть. Мы не будем в него кидать. Пойдём лучше в стену покидаем».

Дети не знают, как вести себя правильно. Покажите им это! Не на отрицании (то нельзя, это нельзя), а на положительном примере. «Видишь, как я строю башню? Давай сделаем её огромной!» звучит гораздо лучше, чем «Ты почему опять кубиками кидаешься?!».

Учите детей. Только вы можете это сделать!

Подведём итоги.

Чтобы обеспечить беззаботное и насыщенное детство, нужно помнить о следующих правилах:

1. Соблюдать дисциплину.
2. Быть последовательными и предсказуемыми.
3. Показывать границы дозволенного.
4. Придерживаться своей роли в семье.
5. Показывать положительный пример.

Всё это не так уж сложно. Готовы ли вы следовать им ради счастья своих детей? Ведь только родители смогут сделать из маленького человечка в дальнейшем настоящего Человека с большой буквы.

## Как помочь малышу развиваться в разных направлениях

Воспитание детей до года в основном проявляется в том, что родители сохраняют ему безопасность и здоровье. А далее развитие становится активным, ребёнок интересуется всем новым, его интерес растёт, ему хочется узнавать всё больше и больше. А родителям ничего не остаётся, как только разрешать ему познавать мир, но и при этом следить за его безопасностью. Родители должны поддерживать своего ребёнка, ведь это же хорошо, что он самостоятельно познаёт мир.

Чтобы правильно воспитывать своего ребёнка, нужно понять, что он ощущает. Чтобы понимать, чего хочет малыш, стоит помнить, что у ребёнка до трёх лет происходит два кризиса. Первый кризис не так явно виден, но это тоже кризис. Происходит он до года, а вот второй кризис происходит в 3 года, он намного заметнее первого. В три года ребёнок начинает понимать, что он личность, что он имеет право на своё мнение и имеет право чего-то хотеть и получать это.

Что касается вместе взятого периода времени, от года до трёх лет, то проходят они совершенно спокойно. Этот момент считается самым увлекательным, ведь ребёнок становится полноценным человеком. В эти моменты ребёнок ощущает положительные и отрицательные эмоции. У него получается ходить, и это ему нравится. Он учится прыгать, ползать, лазить, бегать, играть, кататься на маленьком велосипеде.

Потом у него появляется понимание того, что игрушки – это не просто игрушки, ими можно играть в различные игры. Пальцы начинают развиваться, у них получается рисовать и лепить из пластилина.

Он начинает разговаривать, что очень ему нравится, и он готов делать это снова и снова. У него начинается знакомство с тем, что его окружает.

У него появляются эмоции, он обращает внимание на то, как его называют, и привыкает к имени. Он начинает развивать самостоятельность.

Чтобы воспитание ребёнка в таком раннем возрасте было правильным, придерживайтесь нижеприведённых пунктов:

- всегда хвалите ребёнка за его хорошую активность во всех планах. Активность необходима для нормального всестороннего развития ребёнка;

- играйте со своим малышом, показывайте ему то, как можно использовать вещи по-разному, которые ему хорошо знакомы. Всегда отвечайте на вопросы ребёнка, разговаривайте с ним, рассказывайте ему то, что он хочет узнать. Учите его сравнивать различные предметы (например, большой и маленький и тому подобное). Если что-то нужно объяснить сложное, то обобщите это, ребёнок поймет и будет знать (хотя бы вкратце);

- обращайтесь внимание ребёнка на творчество, давайте ему попробовать себя в роли художника, конструктора, в роли профессионала по лепке пластилина, купите кинетический песок для ребёнка, пусть развивается и лепит куличики даже дома. Всё это начнёт развивать фантазию ребёночка, и ему будет легче увидеть прекрасное, где его никто не замечает. Знакомьте его со всем, что есть под рукой, с цветами, предметами, вещами. Ему будет интересно всё, даже ваши «неинтересные» домашние обязанности;

- читайте малышу разные рассказы, истории, сказки, где есть необычные обороты речи, которые помогут ему в дальнейшем строить свои мысли правильно, но при этом красиво и интересно;

- хвалите ребёнка за самостоятельные действия, которые он делает. Ведь главное в жизни каждого человека – быть самостоятельным и ответственным. Доверяйте своему малышу, ведь

он этого заслуживает. Конечно, он может сделать что-то неправильно, но это его ошибки, на которых он будет учиться и получать жизненный опыт;

– обязательно дайте ему понять, что такое музыка, пусть с ней знакомится. У него начинают появляться предпочтения в музыке. Также знакомьте с запахами на кухне, везде. Он должен понимать, что это и как оно пахнет. Научите ребёнка тому, что он должен быть добрым и не радоваться, когда кому-то больно, нужно вместе с ним сопереживать, если это возможно, то пытаться помочь.

В силах каждого родителя воспитать малыша самостоятельным, со своей точкой зрения. Главное – приложить к этому усилия!

## Кризис 3 лет

С самого момента рождения детки очень радуют родителей своими достижениями. И родители просто души в них не чают. Но вот, чуть повзрослев, внезапно ангелочек превращается в неузнаваемый ураган эмоций, и справиться с ним становится очень трудно не только маме с папой, но и окружающим. Все в недоумении, ребёнка как будто подменили! Вот так приходит кризис у детей в 3 года. Попробуем разобраться, что это такое.

К концу второго года жизни с ребёнком происходят некоторые психические метаморфозы, которые тесно связаны и с физическим взрослением.

Кризис трёхлетнего возраста – это первый шаг на пути к самостоятельности. Ребёнок в этот период во что бы то ни стало стремится к тому, чтобы научиться делать всё самому. Поэтому помощь взрослых с этого момента должна быть уже не такой явной и всеобъемлющей, как раньше. Можно подсказывать, помогать, но ни в коем случае не делать за ребёнка то, что он уже может сделать без сопровождения со стороны.

## **Конец ознакомительного фрагмента.**

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.