

Наталья Потеха

5 НАВЫКОВ успевающих мам

Как жить полной жизнью
вместе с детьми



Наталья Потеха

Пять навыков успевающих мам

«СветЛо»

2014

Потеха Н. Е.

Пять навыков успевающих мам / Н. Е. Потеха — «СветЛо», 2014

ISBN 978-5-905392-19-1

Книга адресована молодым мамам, которые хотят жить полной, активной жизнью вместе со своими детьми, и всем, кто не готов мириться с тем, что образ молодой матери – это неухоженная, вечно спешащая тревожная женщина, которой для счастья нужно одно: чтобы ребенок поскорее вырос.

ISBN 978-5-905392-19-1

© Потеха Н. Е., 2014

© СветЛо, 2014

Содержание

Выражаю благодарность	6
Введение	7
Об авторе	7
О чем эта книга	8
Как работать с книгой	9
Навык первый	10
Путешествие во времени	10
Ребенок (дети) ставится в центр семьи, становится смыслом жизни родителей	11
Нужно ли ребенку самопожертвование матери?	12
Что должно быть главным, что стоит в центре семьи?	13
Почему так случается?	14
Право совершать ошибки	15
Принятие	16
Универсальный рецепт материнства	17
Как общаться с советчиками?	18
Почему ребенок настойчиво требует внимания	19
Естественное воспитание в неестественной среде	20
Роль игрушек в жизни малыша	21
Как быть с избытком игрушек?	22
Как навести порядок в детской	23
Организация пространства в детской	24
Мой секрет суперуборки по шагам	26
Теперь поговорим о том, как этот порядок поддерживать	28
7 простых правил в помощь родителям	33
Игры без игрушек	34
Самое главное	35
Конец ознакомительного фрагмента.	36

Наталья Потеха
Пять навыков успевающих мам
Как жить полной жизнью вместе с детьми



© ИП Лошкарева С.С. (Издательство «СветЛо»), 2014

Все права защищены. Никакая часть этой книги не может быть воспроизведена в какой бы то ни было форме и какими бы то ни было средствами, включая размещение в интернете и в любых информационных системах, для частного и публичного использования без письменного разрешения издателя. Копирование, воспроизведение и иное использование книги или ее части без согласия издателя является незаконным и влечет за собой гражданскую, административную и уголовную ответственность.

* * *

Выражаю благодарность

В первую очередь я хочу поблагодарить моего мужа, который безоговорочно оказывает мне поддержку во всех начинаниях, какими бы безумными они ни казались окружающим. Без него не было бы ни проекта «Успевай. ком», ни этой книги.

Хочу также поблагодарить моих родителей, которые своей заботой и теплом всегда поддерживали меня.

Большое спасибо Евгении Недоводеевой, с которой мы планировали второй поток тренинга. Благодаря ее помощи и нашим частым планеркам я могла сосредоточиться на главном.

Спасибо всем моим ученицам! Они своим примером показали, что счастливая мама – это не миф или искусная постановка в театре жизни, а повседневная реальность.

Введение

Об авторе

Почти восемь лет назад я впервые стала мамой. Тогда я и не подозревала, что не родители воспитывают и «совершенствуют» своих детей, а дети – родителей. Само появление ребенка в жизни любой женщины – это огромная перемена. Кто-то легко справляется с этой ролью, кому-то (и таких большинство!) бывает очень трудно. Как оказалось, я относилась ко второй категории. Мне все давалось с огромным трудом: несколько месяцев налаживала грудное вскармливание, лечила постоянно болеющего ребенка, пыталась навести какой-то порядок в доме. Ужин для мужа бывал у нас не часто. Как правило, если дома вечером затевалась «готовка», значит, выдался один из тех прекрасных дней, когда и у ребенка, и у мамы все в порядке. Увы, это бывало очень редко. Я жила с ощущением, что когда-нибудь настанет волшебный час, ребенок вырастет и все эти мучения закончатся. Подобные же высказывания я слышала от окружающих меня людей:

- Потерпи немного, вот исполнится три месяца...
- Вот будет ему шесть месяцев, поползет, и тогда...
- Подожди немного, в год заговорит и плакать перестанет – будет понятно, чего хочет!
- Пойдет ногами, и не нужно будет тебе эту коляску таскать, подожди чуть-чуть.

И я ждала! Только легче не становилось. Прошел животик – начались зубки. После того как малыш пополз, пришлось пересмотреть свое отношение к уборке. К тому же пришлось сделать глобальную перепланировку всех полок и шкафов – ребенок начал выгребать их содержимое. Когда ребенок заговорил, он почему-то не перестал плакать. И, о ужас! Я узнала, что если ребенок «пошел», это не значит что он пошел далеко и самостоятельно.

У нас появилось три вида прогулок:

- ребенок сидит в коляске и отчаянно пытается из нее выбраться;
- ребенок в кустах, мама бежит сзади с коляской;
- коляска дома, мама с ребенком на руках идет в заляпанных ботинками чада джинсах

и столь же прекрасной куртке.

Что и говорить, я была разочарована! Вместо прекрасного младенца, агукающего ангела, тянущего ручки к маме, я получила маленького диктатора, полностью завладевшего моей жизнью. Конечно, я любила его! Но усталость, растерянность и ощущение полной бессмысленности проживаемых дней не давали шанса на счастливое материнство. У меня осталась одна надежда: вот ему исполнится... Он пойдет в детский сад, я на работу, и начнется совсем другая жизнь! И однажды, теплым весенним днем, когда ребенку был 1 год и 4 месяца, я узнала, что у нас будет еще один малыш. Я была очень рада! Но в то же время в голове пронеслась мысль о том, что план «детский сад – работа – счастливое материнство» отменяется. Мне предстоит еще как минимум три года провести в хаосе. Я ощутила себя курицей с цыплятами в клетке.

Тогда я приняла решение: я больше жить так не буду! Нужно что-то менять!

Сейчас я мама четверых детишек. И с четырьмя мне легче, чем с одним. Я веду тренинги, занимаюсь любимым делом, учусь, общаюсь, отдыхаю, с радостью посвящаю время мужу и детям. И, конечно, не забываю о себе.

О том, чему я научилась за эти восемь лет, я решила рассказать в этой книге.

О чем эта книга

О чем и для кого эта книга? В первую очередь она адресована молодым мамам, которые хотят жить полной, активной жизнью вместе со своими детьми. Она адресована всем, кто не готов мириться с тем, что образ молодой матери – это неухоженная, вечно спешащая тревожная женщина, которой для счастья нужно одно: чтобы ребенок поскорее вырос.

Моя книга о том, как можно успевать больше с ребенком и не чувствовать себя загнанной лошастью. Как продолжать вести активный образ жизни и сочетать роль мамы с другими, не менее важными ролями в нашей жизни.

Эта книга была задумана как максимально понятная и полезная. Чтобы она вдохновляла и помогала. Я сама прочитала практически все книги по тайм-менеджменту, которые написаны для мам и представлены на витринах книжных магазинов, но ни одна из них не вызвала отклик в моей душе. Да, некоторые методы работают, но часто советы, которые там даются, вызывают у меня просто бурю негодования! Я сторонница мягкого подхода в воспитании и часто слышу, что с первым ребенком можно еще экспериментировать с осознанным родительством, естественным вскармливанием и слингом. А вот с последующими детьми некогда уже так возиться, и без того жизнь становится трудна.

Мой ответ: жизнь трудна, когда всем этим не пользуешься или не знаешь, как пользоваться, когда мы искусственно создаем себе проблемы, а потом мужественно их решаем. У меня есть опыт «классического» материнства с первым ребенком. Мне есть с чем сравнивать. Поэтому в книге наряду с техниками тайм-менеджмента для женщин я расскажу и о моем подходе к родительству. Мой рецепт «успевания» соединяет эти два подхода.

На страницах этой книги я поделюсь с вами секретами успевающих мам и расскажу о пяти навыках, которые позволяют молодым родителям жить по-настоящему счастливо вопреки стереотипам.

Кому не стоит читать эту книгу. Если вы:

- просто хотите узнать что-то новенькое,
- решили сейчас прочитать и когда-нибудь потом сделать,
- знаете, что у вас и так все хорошо, но нужно помочь подружке...

Тогда вам не стоит тратить время на эту книгу. Подарите ее тем, кому она действительно нужна: тем, кто собирается действовать, для того чтобы измениться.

Как работать с книгой

Эта книга разбита на несколько глав, каждая из которых посвящена определенному навыку. В книге вы найдете задания. Я приготовила их специально для вас, чтобы чтение книги не только дало новые знания, но и помогло внедрить их, отработать навыки, о которых мы будем говорить. Успешного внедрения!

Навык первый
Ребенок при вас, а не вы при ребенке
Почему мама должна быть главной

Путешествие во времени

В самом начале этой главы я хочу пригласить вас в небольшое путешествие. Давайте перенесемся на сто или двести лет назад и сходим в гости к самой обычной маме того времени. Представьте себе, что она пригласит вас за стол и в ходе знакомства попросит рассказать о вашей жизни: чем занимаетесь обычно, как проводите свои дни. Сможете ли вы рассказать ей, куда пропадает наше время, чем мы все время занимаемся, почему у нас часто не остается времени на самые важные дела, хотя у нас множество бытовых помощников? Поймет ли эта женщина нашу суету, спешку, большинство дел, которые мы делаем? Поймет ли она, почему мы постоянно бегаем вокруг наших детей? Нет. И вовсе не потому, что она недостаточно хорошая мать, вовсе нет. Дело в том, что в современных реалиях весь наш мир сужается до размеров одного человека и что бы мы ни делали, мы делаем это ради ребенка – одного или двух.

Ребенок (дети) ставится в центр семьи, становится смыслом жизни родителей

С появлением малыша многие считают, что он отныне стал смыслом всей жизни и теперь главное место в семье занимают дети, а все остальное – вторично.

Почему происходит так, что дети занимают самое главное место в жизни родителей и становятся важнее самих мамы и папы? К сожалению, такое представление о семейной жизни часто складывается у родителей, которые жили в небольшой семье или в большой, но испытывающей трудности; теперь они считают, что обязаны дать своему ребенку (детям) все.

Я не говорю о том, хорошо это или плохо, я хочу показать, как это выглядит с точки зрения ребенка.

Задание

Для того чтобы определить ваши жизненные приоритеты, предлагаю выполнить небольшое упражнение. Нарисуйте мишень, как на рисунке, и напишите в каждом круге названия одной из сфер жизни в следующей последовательности: первая, самая важная, располагается в центре, далее, по мере убывания важности, нужно подписать сферы по направлению от центра к периферии.



Нужно ли ребенку самопожертвование матери?

Нужно ли ему действительно столько внимания? Действительно ли ему необходимо, чтобы все его ошибки были заранее предсказаны? Действительно ли он хочет, чтобы вы показали ему, где находится любое решение? Ждет ли он от вас, что вы купите ему машину, квартиру, найдете ему хорошую работу? Действительно ли ему нужно все это? Поставьте себя на его место. Представьте, что вам не дают ступить ни шага в сторону, вам не дают совершать ошибки, вам не дают думать и делать дела самостоятельно, все решено за вас. И даже «самостоятельность» – это не самостоятельность суждения и выбора, а лишь самостоятельность в обслуживании себя.

Не очень радужная картина, верно? Часто дети капризничают и отбиваются от рук, потому что они протестуют против такого положения вещей. Сначала протестуют, а потом привыкают рассчитывать, что все будет решено за них. При этом дети постоянно недовольны, им все время хочется чего-то большего. Сходили с ребенком в зоопарк, а он капризничает, потому что еще что-то хотел посмотреть, но не успел или не увидел. Купили шоколадку, а он не рад: он хотел еще и чипсы, и вон тот чупа-чупс, и вот этот зеленый мармелад. Вы поиграли с ребенком двадцать минут, а ему хотелось играть целый час; поиграли час – а ему нужно два, и он опять в плохом настроении. Хронически недовольное чадо не делает счастливыми родителей. Требуется больше и больше. Подсознательно он уже знает, что стоит в центре семьи и является для взрослых приоритетом.

Что должно быть главным, что стоит в центре семьи?

А что не так? Как исправить ситуацию? Что должно быть в центре? Я уверена: мы и наша духовность. Семья и наша вера, наши взгляды. Если мы ставим детей на первое место, то скорее всего потом в такой семье не останется места для нас самих. Если мы не ценим себя, если мы отдаем детям «всю себя», то наша энергия и силы быстро кончаются. Если ребенок стоит на первом месте, то в будущем может повториться известный многим родителям сценарий: «Я тебя воспитала, я тебя обучила, я тебе купила квартиру, машину, я все время заботилась о тебе, теперь я стала старенькая, мне тяжело, трудно, и теперь ты, дорогой, заботься обо мне». Что говорит сын? «Мама, а я тебя не просил, мне это не надо было. А ты меня спросила? Так что иди-ка ты, дорогая мама, куда-нибудь в кровать, смотри телевизор, включи компьютер. До свиданья, дорогая мама».

Почему так случается?

Почему, «всю себя» отдавая детям, мы не получаем в ответ благодарности? Когда мы так себя ведем, ребенок получает, потребляет, но на самом деле он этого не хочет, ребенок нас об этом не просит. Мама чаще всего поступает так исходя из своих эгоистических мыслей, в этом случае мама добивается чего-то своего. Например, она в детстве хотела жить так, как она сейчас предлагает жить ребенку, и тем самым заставляет ребенка прожить свою жизнь.

Возможно, мама хотела хорошо петь, и теперь она изо всех сил толкает ребенка мир музыки, или мама хотела быть моделью, и она продвигает ребенка в модельный бизнес. Она хотела быть лидером, хотела хорошо учиться – и этого она требует от своих детей. Она навязывает ребенку свои ценности, свои взгляды и т. д. А дети уже имеют собственные чувства, они уже люди: у них уже есть свой темперамент, свой характер. Многие считают, что детей можно «лепить», как из кусочка глины, так сказать, что вылепила, то и будет. А вот неправда! У ребенка уже есть свои таланты, у него уже есть врожденные способности. И он не обязан проживать чью-то еще жизнь, будь то мамина или папина.

Право совершать ошибки

Мы все имеем право совершать ошибки, и наши дети тоже имеют на это право. Часто мы сами боимся ошибиться, поэтому навязываем этот страх своим детям. Получается, что вокруг ребенка одни ограничения: нельзя что-то разбить, нельзя куда-то не туда сходить, нельзя дружить с какими-то людьми (а надо дружить только с правильными людьми), учиться нужно в правильном вузе, совершать сразу правильные поступки.

Совершая ошибки, мы приобретаем опыт, а если мы не получим опыта, то мы ничему не научимся. Можно прочитать десять тысяч книг про то, как что-то делать, но если вы не попробовали действовать, у вас не будет опыта. Вы прочитали тысячу и одну книгу по детской психологии, но если не будете применять знания на практике, то вряд ли сможете наладить отношения со своими детьми. То же самое с ошибками детей. Когда дети ошибаются, не нужно их пилить, не нужно им постоянно напоминать о том, что случилось. Мы видим ошибку, мы принимаем ее, и мы думаем: «Как мы поступим в следующий раз?» Если дети ошиблись, не нужно копаться в ситуации, что-то искать. Просто подумайте, что можно будет сделать в следующий раз, чтобы не допустить повторения ошибок.

Мы не только сами совершаем ошибки, ошибки совершают наши дети. И это нормально. Ребенок, который учится ходить, не сразу пойдет. Он падает, но постепенно начинает ходить все лучше и лучше. Представьте себе такую картину: мама стоит и говорит ребенку: «Что такое? Что ты раскачиваешься в разные стороны? Иди прямо!» Научится ли от этого ребенок быстрее ходить? Нет, не научится. А мы пытаемся показать малышу, что всю ответственность мы берем на себя. В этом конкретном случае мы взяли на себя ответственность обучить его ходить. Ребенок и сам может этому научиться. Нужно просто показать ему один раз, вместо того чтобы постоянно напоминать о неудачах.

Если ребенок просит вас о помощи, то, конечно, вы можете ему помочь. Когда вы не можете ему помочь, то хотя бы выразите свое сочувствие.

Принятие

Самое главное, что мы можем сделать, – это любить своих детей, любить их такими, какие они есть, просто за то, что они у нас родились. Мы видим в детях не только хорошие стороны, но и плохие, но мы их принимаем. «Да, мой ребенок иногда бывает агрессивным. Да, он раскидывает вещи, не убирает их на место. Но я его все равно люблю». Мы не можем изменить наших детей, мы не можем вложить им в голову наши мысли, мы не можем заставить их думать иначе. Мы можем попытаться, но через пять или десять лет ребенок подрастет и будет делать все по-своему. Ваше представление о мире для вас и есть правильное представление. А для человека, который сидит рядом с вами, – это отнюдь не норма и не правильное поведение.

Вспомните, сколько бывает способов воспитывать детей. У вашей мамы, соседки, сестры – свои способы воспитания, и каждая считает, что именно ее способ верный. Так где же правда? Разве вы можете сказать, что вы абсолютно правильно воспитываете своего ребенка?

Если бы мы могли на все сто процентов вкладывать в головы детей наше понимание жизни, наши мысли, то тогда из поколения в поколение люди совершали бы одни и те же ошибки. Однако этого не происходит. Каждый учится на своих ошибках, и поэтому не стоит их бояться.

Универсальный рецепт материнства

Часто молодые мамы ищут единственно верный универсальный способ воспитания своего ребенка – такой рецепт, чтобы все было прямо по пунктам. На самом деле универсального и единственно верного способа воспитывать детей просто не существует. Мы все разные, у одной и той же мамы могут быть совершенно разные дети. И подход, который работал с одним ребенком, с другим не работает.

Шаблоны, которые были отработаны с первым и вторым ребенком, к третьему и четвертому уже не применимы. Все дети уникальны. Если бы существовал универсальный рецепт воспитания, то тогда и все мамы были бы одинаковыми, но ведь это не так. Мы часто стараемся передать свой опыт другим мамам, и это нормально. Мы начинаем давать советы, начинаем учить других тому, как что-то делать, потому что в нас заложена такая программа – передавать свой материнский опыт.

Как было раньше? Семьи были большими, разные поколения жили вместе. Девочки и женщины видели многих младенцев, меняли им пеленки, сидели с детьми и таким образом получали опыт. Общаясь с разными мамами, девушки и молодые мамочки накапливали некий багаж знаний. А для нас часто наш первенец – это первый младенец, с которым мы имеем дело, ну, может быть, второй. И мы стремимся опыт, полученный с одним ребенком, передавать дальше.

Мы часто обижаемся, если наши советы не принимают. С вами такое было? Какие ощущения вы в это время испытывали, что вы почувствовали? А теперь вспомните, сколько советов давали вам. Люди вокруг постоянно подсказывают, делятся своим опытом: как нам что-то делать, что именно нам делать... А когда они видят, что мы не следуем их рекомендациям, это их обижает.

Как общаться с советчиками?

Что мы можем сделать, чтобы как-то сгладить обиду? Во-первых, необходимо благодарить за советы. Если вы даете советы, не ждите, что все примут их за золотую монету и сразу начнут применять. Другие люди тоже имеют право выбора: принять рекомендации или не принимать – личное дело каждого. К чему я все это рассказываю? Наши дети тоже люди. Вы можете посоветовать что-то ребенку, однако вы не должны давить на него и заставлять его делать что-то так, как вы того хотите.

Часто бывает, что мамы говорят: «Мой ребенок все время требует, чтобы я его развлекала». Посмотрите внимательно: ребенок просто хочет, чтобы ему выразили сочувствие, а мама сразу кидается его развлекать! И ребенок привыкает к этому. Он привыкает, что ему не дают испытывать негативные чувства, не дают расстраиваться. Стараются, чтобы ребенок всегда был весел, чтобы ему всегда было хорошо, чтобы был на его улице праздник. Но в жизни так не бывает. Часто мы бываем расстроенными, хотим, чтобы кто-то выслушал и понял нас, – и дети реагируют так же. Ребенку не нужно, чтобы мама с погремушкой сразу же бежала к нему. Малыш нуждается в том, чтобы мама просто приняла его. Он хочет, чтобы вы его обняли, послушали, и выразили ему свое сочувствие.

Почему ребенок настойчиво требует внимания

Мы с вами сейчас живем в рамках одной семьи, живем изолированно. Мы не живем большими семьями, как это было раньше. И сейчас для нас это норма. Конечно, мы приходим к нашим бабушкам и дедушкам, но это бывает не часто. А детям, чтобы удовлетворить свою любознательность и набраться опыта, просто необходимо смотреть на других взрослых. Потому что для того, чтобы развиваться, дети смотрят на других взрослых. Животные живут так же, мы все так устроены. Нашим детям для развития не так сильно нужны игрушки, им нужно смотреть на то, как мы занимаемся насущными делами.

Бывает полезно посмотреть на себя со стороны и увидеть, как мы выглядим. Часто мы покупаем детям игрушки не для того, чтобы они развивались, а для того, чтобы они отстали от нас. Ребенок должен учиться у людей. А у современных детей, у наших детей, нет этого опыта, у них нет возможности наблюдать за другими людьми. Для них весь их мир – это мама. И действительно, ребенок отнимает много нашего времени. То время и те усилия, которые мы прилагаем к его воспитанию сейчас, раньше прилагало большее количество людей. Сейчас ребенок за всем идет к маме, папе или к бабушке, которая редко приходит. А если бы ребенок жил в большой семье, как это было раньше, у него бы не возникало проблем такого рода. Когда люди жили общинами, ребенок не сидел все время около мамы, он не спрашивал обо всем только у мамы, он ходил, смотрел, удовлетворял свой интерес, учился.

Естественное воспитание в неестественной среде

Среда воспитания является неестественной, когда рядом с ребенком весь день находится одна только мама. Часто дети до года даже других детей не видят, они не знают об их существовании.

Говорят, что дети в возрасте до трех лет не могут, не умеют играть с другими детьми и только после трех начинают играть вместе. А у меня, совершенно точно помню, дочка уже в два года играла в какие-то совместные игры со своим братом. Мой старший ребенок втягивал ее в свои игры, они всегда были вместе. Это совсем не тот случай, когда ребенок приходит в детский сад, там чужие дети и он с ними начинает играть. Нет, это были свои дети. Та же история и с младшим сыном. После двух лет мои старшие дети брали его в свои игры. Другое дело, что он не всегда готов был с ними играть. И старшие дети не всегда брали младшего играть, понимали, что он еще маленький, может что-нибудь сломать, что-нибудь не так поймет, но в какие-то самые простые игры они его втягивали. Он был или собачкой, или змеей, или еще кем-то, но это была совместная игра. Не он играл рядом с ними, а они играли вместе.

Роль игрушек в жизни малыша

Приходится признать, что игрушки часто нужны не детям, а нам, чтобы дети от нас отстали. И мультики нужны нам, чтобы дети от нас отстали. Я не говорю сейчас, плохо это или хорошо, в разумной мере это приемлемо. Потому что ребенок, если его никак не занимать, все время требует нашего внимания. То внимание, которое раньше ему доставалось из разных источников, теперь исходит только от мамы.

На самом деле детям игрушки не так уж и нужны. Они могут спокойно обходиться и без них. Вспомните свое детство. И часто мы покупаем детям игрушки лишь потому, что у нас в детстве таких не было.

Мне очень нравится один анекдот. Разговаривают два папы:

– Ты кого хочешь?

– Я – девочку.

– А я – мальчика, хочу вертолет радиоуправляемый.

Вот то же самое происходит и с нами. Мы начинаем скупать игрушки, руководствуясь принципом: у меня не было такой куклы, поэтому куплю ее дочке, у меня не было кукольного домика, пусть у дочки будет. Мы просто заваливаем детей игрушками, подарками, чтобы они дали нам немножко свободного времени.

Как быть с избытком игрушек?

Старые игрушки воспринимаются детьми как новые. И этот прием очень хорош, когда маме нужно свободное время. Когда маме надо чем-то занять детей, игрушки, которые были убраны, очень здорово работают. Вы убираете старые и даете новые. У меня есть такое правило: если я принесла пакет игрушек, то полтора пакета я прячу. Как это сделать, как навести порядок в детской? Давайте поговорим об этом подробнее.

Как навести порядок в детской

Пять лет назад, разбирая игрушки годовалого сына, я впервые задумалась о том, что они размножаются с невероятной скоростью: вот уже вместо одной корзины нам понадобилась еще и полка. А потом и еще один ящик. Так как сын был довольно мал, я сама убирала каждый день все по местам. Но чем старше становился сын, тем меньше порядка было в доме.

Игрушки переселились во все комнаты, и трудно было пройти по дому, не спотыкаясь о кубики и машинки. Все чаще вечерами у меня не оставалось сил, чтобы убрать все это на свои места до утра. Среди раскиданных игрушек мой сын все реже мог найти себе занятие, и казалось, что любая купленная вещь ему интересна от силы три дня после приобретения, а потом всё – в кучу... А когда родилась дочь, я подумала, что скоро можно будет открывать музей игрушек! К тому же, пытаясь разрешить споры из-за вещей, я старалась покупать всё по две штуки. И я решила: хватит! Пора что-то менять, так больше продолжаться не может!

Признаюсь честно, я сомневалась в успехе наведения порядка в детской, я помнила, что в собственном детстве мне сделать это не удавалось. Но я откинула все страхи и решилась на эксперимент.

В результате сейчас мои дети легко могут сами поддерживать порядок в детской. Без предупреждений и напоминаний убирают на место машинки, книги, пазлы и прочее «добро».

И перестали постоянно спорить из-за игрушек! Так получилось не сразу, на пути к наведению порядка мне случалось скатываться назад. После одного переезда мы лишились шкафа для игрушек и кладовки. В квартире опять выросла гора из ящиков с игрушками. Она была похожа на Пизанскую башню, и однажды дети умудрились потерять в ней сапог. Нашли его только через две недели!

После того как я справилась с проблемой поддержания порядка на детской территории, я поняла, что часто такие проблемы как «нечем заняться», «скучно», «не хочу убирать» – вовсе не вредности. Это отчаяние от невозможности справиться с хаосом.

Итак, я предлагаю вам организовать пространство в детской так, чтобы ваши дети всегда могли найти себе занятие и сумели без помощи взрослых справиться с последствиями своей деятельности.

Организация пространства в детской

Секрет № 1

Уменьшить количество игрушек

Чем больше игрушек в детской, тем чаще дети жалуются, что им «не во что поиграть». Они просто не могут выбрать себе занятие и часто вываливают содержимое всех ящиков на пол.

Что делать?

Убрать с глаз то, во что ребенок играет редко или не играет вовсе! Выкинуть хлам и перестать его покупать.

Секрет № 2

Разделить игрушки по категориям и рассортировать в ящики

Дети не могут играть в игрушки, когда они хранятся в одной большой куче. Конечно, убирать их туда удобно. Но почему все снова оказывается на полу? Ответ простой: ребенок (или вы сами!) перерывает всё, чтобы найти нужную вещь (две одинаковые машинки, кольца от пирамидки или кубики).

Что делать?

Рассортировать игрушки и убрать в небольшие ящики или коробки. Возможно, вам понравится хранить игрушки по системе Монтессори, а может быть, вы захотите использовать свою – не важно. Главное – каждая игрушка должна быть куда-то определена. Согласитесь: невозможно убрать на место то, у чего нет места!

Например, у нас дома есть ящики для следующих категорий игрушек:

- крупный конструктор;
- LEGO;
- мелкий конструктор;
- очень мелкий конструктор старшего сына;
- машинки, транспорт, мячи, «мальчишеские» игрушки;
- мягкие игрушки, игрушки для ролевых игр, куклы – одним словом, «девчачье» хозяйство;
- железная дорога;
- кубики;
- пазлы;
- деревянные игрушки;
- роботы, запчасти;
- личные ящики.

А еще есть полки для книжек.

Много или мало? Достаточно! Игрушки в ящиках должны лежать свободно, чтобы ребенок мог найти то, что ищет, не вытряхивая их содержимое на пол.

Чтобы ребенок быстрее и легче мог найти необходимые ему вещи и знал, куда их убрать, можно разместить на ящиках картинки, наклейки или сделать надписи, если ваш ребенок уже умеет читать.

Недавно, после очередной уборки в детской, дочка сказала мне:

– Мама, спасибо, что нашла так много игрушек!

Вы не поверите! Дети даже не заметили, что я убрала две трети «добра» из их комнаты! Они переключились на то, что осталось, ведь теперь они могут найти все, что нужно для игры.

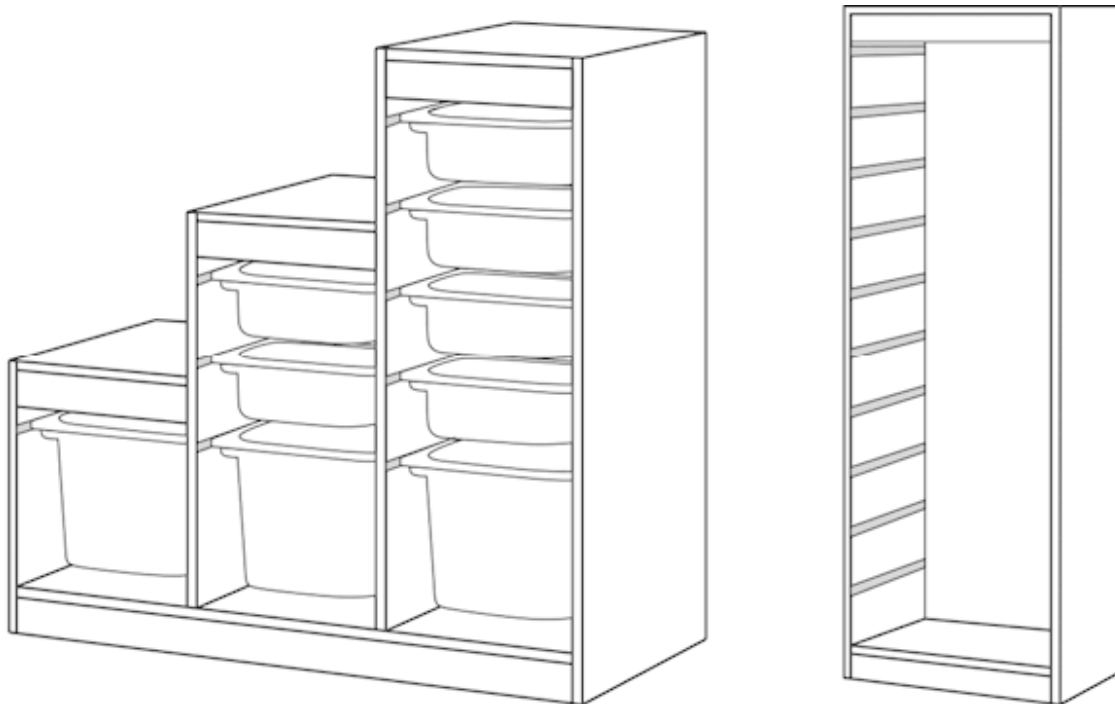
Секрет № 3

Правильное размещение ящиков на стеллажах и полках

Обычно соблюдать порядок мне помогает система, основанная на том, что игрушки наиболее востребованные, игрушки, в которые ребенок может играть сам, располагаются ниже, в зоне прямой доступности ребенка. А мелкие игрушки, для взаимодействия с которыми ему необходима помощь, размещаем выше. То, что мы хотим доставать реже и, желательно, по нашей инициативе, можно убрать в непрозрачные ящики. А то, о чем мы хотели бы напоминать ребенку почаще, – в прозрачные.

Например, вам хочется чаще играть в какие-то развивающие игры и заинтересовать ими ребенка – можно поставить их на видное место на полке. А игры с пластилином по каким-либо причинам вы бы хотели держать под полным контролем – значит, убираем материал для лепки в непрозрачный ящик и ставим повыше.

Для хранения удобно использовать вот такие стеллажи и полки различной высоты:



Варианты полок и стеллажей для хранения игрушек

Мой секрет суперуборки по шагам

Невероятно, но факт: чем больше у ребенка игрушек, тем чаще он жалуется, что ему нечем заняться. Это как с гардеробом: вешалку с одеждой в шкаф не втиснуть, а «надеть нечего»...

Что делать?

Первым делом провести ревизию и убрать как минимум половину добра из детской! Будьте осторожны, не выкидывайте мусор сразу. Кусок потрепанной веревки и прищепка, заляпанная пластилином, могут оказаться змеей и драконом – единственными и неповторимыми друзьями вашего ребенка! Отправьте мусор на карантин, и если никто о нем не вспомнит в ближайшие дни, тогда смело выкидывайте! Вы можете менять игрушки в детской на те, что были припрятаны во время предыдущей ревизии. Вот увидите: ребенок будет рад им, как новым.

Шаг первый

Первым делом окиньте взглядом детскую. Есть ли здесь мебель, которой ребенок не пользуется? Крупногабаритные игрушки, которые стоят без дела? Возможно, в углу притаился мольберт, завешенный одеждой. А лошадка-качалка радует только приходящих в гости карапузов. Детская – это не музей красивых и полезных игрушек. Да, возможно в детстве вы о них мечтали или это ваши любимые вещи, но ведь это детская ребенка, верно? Давайте оставим здесь именно то, что ему нужно.

Что можно сделать с лишними вещами:

- убрать на время из детской;
- отдать на время другим детям;
- продать;
- подарить;
- отложить для следующего ребенка.

Шаг второй

Теперь посмотрите: где хранятся игрушки? Что вы хотели бы изменить? Возможно, вы давно мечтаете повесить полку. Или поставить стеллаж и украсить пару ящиков для игрушек. Сейчас самое время для подобных перемен!

Шаг третий

Находим очень большую коробку (лучше всего высокую), ставим ее в детской и вываливаем туда содержимое всех ящиков. Иначе куда вы будете рассортировывать игрушки? Теперь место свободно и можно приступать к уборке. Только не пытайтесь разобрать всё и сразу! От этого качество уборки заметно пострадает: в спешке вы можете забыть, куда и что нужно положить, или оставить в детской много ненужных вещей.

Перед началом сортировки подготовьте три пакета:

1. Для мусора. Туда складываем все, что вы посчитаете нужным выкинуть: сломанные игрушки, фантики, старые запчасти, остатки еды, использованные раскраски, старые альбомы.
2. Для лишних игрушек. Сюда определяем игрушки, которые нравились ребенку, но он давно в них не играет. А также примерно одинаковые игрушки, из которых пользоваться достаточно одной (два ксилофона, два мяча, два набора посуды). Они могут полежать в другом

месте, отдохнуть, подождать своего часа. Возможно, вы сочтете необходимым отдать что-то из этого другим детям.

3. Для вещей из других комнат. Складываем в пакет все то, что «прибежало» из других зон вашего жилища. Чтобы сэкономить время и силы, просто складываем все в один пакет, а после уборки проходим с пакетом по комнатам и убираем вещи на место.

Подготовка окончена, теперь берем часы или таймер, отмеряем себе 15 минут на разбор и... поехали! Через 15 минут я советую вам сделать паузу. А возможно, вы решите, что продолжите уборку завтра.

Делая перерыв, во-первых, оцените свой труд и похвалите себя!

Во-вторых, доброжелательно расскажите ребенку, какие игрушки у него есть и где они лежат, объясните, что это их место. Неважно, сколько раз вы говорили об этом с ребенком раньше, просто сделайте это еще раз в доброжелательной манере и без нотаций.

В-третьих, «законсервируйте» место уборки. Рекомендую сделать это, даже если вы планируете вернуться сюда через 30 минут. Накройте коробку или положите в нее что-то сверху, чтобы ребенок не высыпал все ее содержимое на пол. Разберитесь с пакетами: мусор выкинуть, вещи из других комнат определить на места, лишние игрушки убрать в кладовку (шкаф, на чердак, под кровать).

«А где будут во время уборки наши дети», – спросите вы.

Там, где им и полагается быть: рядом с вами. Не стоит заниматься уборкой, пока никто не видит. Конечно, так дело пойдет быстрее. Но скажите себе честно: вы хотите научить ребенка собирать игрушки? Так у кого он этому будет учиться, если не у вас!

А «большая уборка» – это невероятное приключение, в которое вы можете погрузиться вместе с малышом! Оно не должно разделять вас. Как и любые трудности, оно должно помогать вам стать еще ближе.

Итак, повторяйте процедуру уборки в течение нескольких дней, пока коробка не станет пустой. Если после ежедневной уборки у вас что-то упорно остается на полу, положите игрушки в коробку и при последующей сортировке подумайте, что с ними можно сделать:

- убрать повыше и играть вместе с мамой;

- убрать на время (только ни в коем случае не делайте это назло ребенку, просто уберите без лишних слов и угроз);

- придумайте этому другое место и повесьте картинку-напоминалку для ребенка.

Самое трудное в такой уборке – разбирать последнюю четверть. Именно там оказываются все мелкие игрушки, кусочки пазлов, мусор и не поддающийся сортировке хлам.

Спокойствие!

Справиться с ним вам поможет следующий прием. Каждый раз, когда вы останавливаетесь в замешательстве, куда же убрать *это*, задайте себе следующие вопросы:

- Что *это*?

- Для чего это нужно ребенку?

- Как часто он этим пользуется?

- Когда играл с этим последний раз?

- Где это хранится?

- Сломано ли оно, требует ли ремонта?

- Может ли ребенок сам убрать это на место?

- Это вообще нужно?

Такие вопросы помогут вам принять решение: место ли конкретной вещи в детских игрушках и если да, то где.

Итак, поздравляю вас! В детской полный порядок.

Я советую проводить такие уборочные акции в детской несколько раз в год, особенно после дней рождения, Нового года и летних каникул.

Теперь поговорим о том, как этот порядок поддерживать

Мы навели в детской полный порядок. Как сделать так, чтобы он радовал каждый вечер? Несколько простых приемов помогут вам в этом.

Правила

В пространстве, где существует минимум запретов и есть простые и понятные правила, дети чувствуют себя комфортно. Но чтобы соблюдать эти самые правила, ребенку нужно их знать. А для того, чтобы рассказать о них ребенку, вы должны знать их сами! Подумайте: что и где у вас должно находиться? Когда наводится порядок в детской? Что такое порядок, каковы его критерии для вас?

Составьте свод понятных и простых правил. Избегайте большого количества «нужно», «должен» и запретов. Помните: правила должны помогать детям жить, а не мешать им!

Например, наши правила:

1. Каждый вечер перед сном убираем игрушки.
2. Прежде чем достать новый ящик с игрушками, убираем предыдущий.
3. Если хочешь взять чью-то вещь или сесть на чью-то кровать, спроси разрешения.
4. Рисуют на бумаге, прыгают на полу, бегают и кричат на улице.
5. Едят на кухне.
6. Электроприборы включают в розетки только взрослые.
7. Драться и хлопать дверью запрещено.

Говорите детям о том, что нужно делать, а не о том, чего нельзя: вместо «нельзя прыгать на кроватях» – «можно прыгать на полу», вместо «нельзя есть в детской» – «едят на кухне».

Познакомьте детей с правилами, проговорите их, можно нарисовать картинки и повесить их в комнате ребенка. Снова и снова возвращайтесь к ним, соблюдайте сами, и скоро ребенок с радостью будет их выполнять.

Делаем вместе

Наверняка многие знают о зоне ближайшего развития ребенка. Проще говоря, чем больше дел вы делаете вместе с ребенком, тем больше дел он будет делать сам! Ребенок быстрее научится раскладывать игрушки по местам и поддерживать порядок, если вы поможете ему.

Как это сделать? Не стоит превращать уборку в праздник или событие. Убирать игрушки – это нормально, все делают это. В то же время уборка – это не повод читать нотации и поучать ребенка.

Прежде всего скажите о том, что пришло время собрать игрушки, и расскажите, чем будете заниматься после (читать книжку, гулять, купаться). Потом еще раз проговорите, что и где у вас лежит. Наверняка в детской появляются вещи из других комнат. Я предлагаю поставить коробку или пакет и складывать все лишнее туда, чтобы по окончании уборки разнести эти предметы по местам – так дело пойдет гораздо быстрее. А теперь без лишних упреков помогите ребенку. Часто фразы «дети, соберите игрушки», «убери все, что раскидано», «положи все на место» вводят детей в транс.

Они не знают, за что схватиться. Что именно это *все*, и где конкретно у этого *всего* место.

Если ребенок стоит в замешательстве и не знает, за что взяться, спокойно подскажите ему:

– Возьми вот эту машинку и положи в этот ящик.

- А сейчас мы соберем кубики вот в этот ящик.
- Папин тапок положи в коробку.
- Отнеси, пожалуйста, книжку на ту полку.

Сначала убирайте с ребенком вместе. Потом будет достаточно иногда подсказывать ему словами. А после он легко справится с уборкой сам! Конечно, он будет иногда приходить и просить вас помочь ему. Постарайтесь не отказывать! Так он будет знать, что вы рядом и всегда готовы помочь в случае трудностей. Бойтесь, что «никогда не слезет с шеи»? Неправда, он дольше будет цепляться за вас и сопротивляться уборке при отказах в помощи. Ваш отказ может стать поводом для страха потерять поддержку, в которой ребенок не уверен.

Уборка закончена! Что вы чувствуете? Вы рады, вам нравится, что вокруг так чисто? Скажите об этом ребенку! Порадуйтесь вместе! Воздержитесь хвалить самого ребенка (молodeц, умница), похвалите его действия (все убрал на места, аккуратно расставил), скажите ему *спасибо* за помощь.

Как действовать, если дети не могут поделить игрушки

Когда в семье несколько детей, неизбежно возникают споры вокруг игрушек. Первые столкновения начинаются уже тогда, когда малыш начинает ползать. Что делать? Я расскажу о самых простых правилах, которые помогли мне создать атмосферу мира и спокойствия в нашем доме.

Правило № 1

Есть игрушки личные, а есть игрушки общие

При рождении второго ребенка трудность заключается в том, что все игрушки воспринимаются старшим ребенком как личные. Не стоит создавать рядом вторую кучу только для малыша, пора строить общее пространство. Личные игрушки ребенка – это как личные вещи взрослого. Вы дадите своей сестре автомобиль или ноутбук только потому, что она младшая или очень громко требует? А если у вас вырвут из рук новенький iPhone и скажут, что вернут в целости и сохранности, только поиграют немножко, вам это понравится? Нужно уважительно относиться к каждому члену семьи, даже самому маленькому. Выделите ребенку ящик для его личных игрушек, пусть сложит в него все самое дорогое. Объясните, что это его вещи и он сам вправе ими распоряжаться: давать или не давать другим, меняться или нет. Что делать с другими личными вещами? Можно убрать в непрозрачные ящики и поставить повыше. Можно отложить вместе с другими отдыхающими игрушками в кладовку или иное место хранения. Итак, в результате есть личный ящик малыша, а все остальные игрушки пусть по умолчанию воспринимаются детьми как общие.

Правило № 2

Научите детей делиться и меняться

Не стоит излишне настаивать, угрожать, уговаривать. Будьте спокойны и уверены. Проговорите правила общения в детской. Уясните их для себя. Например, у нас кто первый взял, тот и играет. Другой ждет или берет что-то еще. Можно меняться, можно договариваться.

Драться, вырывать из рук, отнимать запрещено. «Как же дети смогут постоять за себя в детском саду или на улице?» – спросите вы. Я уверена в том, что детский сад и улица – это другая зона общения. В семье все родные, все уважают друг друга, помогают и заботятся. Живут все вместе и любят друг друга. Не станете же вы ругаться с мужем и родителями дома, чтобы суметь на работе перед коллегами постоять за себя! Оттачивать навыки конкурентной борьбы на близких совсем не обязательно. Лучше строить прочный тыл! Дети быстро усваивают правила общения, если они не придуманы взрослыми для детей, а являются частью жизни взрослых и принимаются всеми. Ребенок с большей охотой делится своими игрушками, если знает, что их не отнимут. Хотите взять его личное и дать другому ребенку – спросите разрешения! Гарантируете вернуть – верните. Однако не стоит спрашивать у ребенка разрешения давать младшему члену семьи любые вещи, тем более если они принадлежат вам (мамина кружка, папина ручка, кастрюля). В этом случае в ребенке еще больше укрепляется вера в то, что все вокруг принадлежит ему!

Правило № 3

Предлагайте не одинаковые, а равнозначные игрушки

Часто родители, стараясь избежать детских ссор, покупают детям одинаковые игрушки. Увы, это не всегда работает. Дети часто хотят иметь такие же вещи, как у других, это заложено в каждом на подсознательном уровне.

Ищите для них равнозначное вместо одинакового. Каждый ребенок уникален. Вряд ли возможно (да и нужно ли?), чтобы у ребенка все было такое же, как у брата или сестры. Стремление иметь все одинаковое порождает борьбу, дети начинают считать и сравнивать: а сколько у него, а такое же? Здесь две полоски, а здесь одна, эта вещь целая, а тут надорвано.

История из жизни

Дочке очень нравился синий цвет. Она носила синее платье, рисовала синих птичек, ела из синей тарелки. Стоит ли говорить, что вскоре за столом развернулась настоящая битва: все дети хотели есть только из синих тарелок! Не беда, подумала я, и купила в ИКЕА набор синих тарелок. Проблема решена? Нет, через три дня дочь заявила, что ее любимый цвет – желтый, и борьба развернулась вокруг желтого комплекта посуды. К тому же дети выбирали лучшее место за столом и бежали со всех ног, чтобы занять его. Выход оказался прост: мы договорились, что за обедом дети выбирают, кто чем пользуется: лучшим местом, желтой тарелкой или желтым стаканом. И в течение дня они меняются. В результате все довольны!

Всё под контролем!

Итак, порядок навели, с правилами разобрались. А как остановить бесконтрольное размножение игрушек? И что делать, если ребенок просит вернуть припрятанные вами игрушки? Когда и сколько игрушек покупать?

Решаете только вы. Да-да, нельзя переложить ответственность за это на кого-то другого. Пора принять ее на себя и понять, что все это в дом пустили именно вы. Конечно, бабушки и дедушки, дяди и тети в процессе тоже участвуют, но это ваш дом, ваш ребенок, а значит, и ответственность нести вам! Если мы понимаем и принимаем такое положение дел, то легко можем найти выход из всех ситуаций. Рассмотрим самые популярные из них. Например, ребен-

нок просит свои игрушки обратно. Это нормально. Договоритесь с ним о том, что именно и сколько он хочет взять. А потом уберите что-то другое из детской. Вместе или без ребенка – можно решить по ситуации.

Отложенные игрушки воспринимаются детьми как новые, они могут долго и с удовольствием играть с ними. Не лишайте ребенка этой радости!

Ребенку подарили много новых игрушек. Как правило, дети в этом случае не играют со всем сразу, а выбирают несколько игрушек. Можно убрать из детской несколько старых игрушек, а в освободившийся ящик сложить новые. Или убрать часть новых, но невостребованных игрушек на полку до того момента, когда ребенок проявит к ним интерес.

Вам очень хочется купить что-то новенькое? Я очень вас понимаю. Со мной часто происходит то же самое: в детстве у нас не было такого количества игрушек, и нам хочется ребенку дать все то, о чем мы когда-то мечтали! А бывает, что родители новыми игрушками пытаются компенсировать недостаток внимания к ребенку или загладить вину. В первую очередь задайте вопрос: вы покупаете эту вещь себе или ребенку? «Ребенку!» – не задумываясь, ответите вы. А если подумать? Еще одна игрушка на самом деле необходима вашему чаду? Или это вы когда-то давно мечтали о ней? Или: у всех есть и вам нужно? Нужно ли?

Если да, то совершать меньше спонтанных покупок помогают списки. Заведите такой список для ребенка (или несколько, если у вас двое и более детей), в котором будет несколько граф. В первую запишите регулярные покупки и отметьте, как часто это нужно делать (пластилин один раз в месяц, тесто для лепки один раз в месяц, акварель один раз в три месяца). Это поможет не покупать сразу десять пачек пластилина, даже если он супер-пупер мягкий, блестящий или еще какой-нибудь. В следующие графы впишите праздники, на которые в вашей семье принято дарить подарки. А последнюю графу оставьте для «хотелок» – это то, чего очень захотелось вам или вашему ребенку. И теперь, когда вы вдруг решите что-то купить, просто возьмите список в руки и подумайте, к какой графе вы могли бы отнести эту вещь. Может быть, ребенок был бы рад получить такой подарок на день рождения (на Новый год, к 1 сентября)? Или это вещь из столбца «регулярные покупки» и настала пора спланировать ее приобретение? Если нет, записываем в «хотелки» и откладываем ее покупку как минимум на две недели. Пройдет немного времени, и вы сможете оценить, действительно ли была нужна эта вещь и если да, то спланировать ее покупку.

Ребенок отказывается уходить из магазина без покупок или каждый день требует новые игрушки? Приведенная выше схема работает и с детьми. В сети размещено множество статей на тему, как игнорировать детские капризы. Я не буду в рамках этой книги углубляться в рассуждения о том, почему считаю такой подход в корне неверным. А так называемые «народные» методы (шлепание и прочие) даже комментировать не буду. Не лучший выход – игнорировать требования ребенка, убеждать его в том, что это вещь плохая или бесполезная. Это подрывает ваши добрые отношения с ребенком. Попробуйте договориться! Перед посещением магазина вместе составьте список покупок и позвольте ребенку активно участвовать в процессе. Можно нарисовать символические картинки напротив названий продуктов или вещей, и ребенок будет подсказывать, что нужно купить, или ему будет позволено вычеркивать из списка купленные вещи. Самое любимое занятие маленьких помощников – складывать покупки в корзину или тележку.

Что делать, если ребенок все равно требует что-то купить? Скажите ему о том, что не планировали сейчас покупать это. Похвалите его выбор, если считаете игрушку хорошей.

Спросите:

- хочет ли он получить это в подарок на праздник;
- хочет ли получить через неделю (две, месяц);
- согласен ли заменить на другую игрушку, например на...

Если удалось договориться, запишите результат в список. Он будет настоящим помощником перед праздниками: больше не нужно гадать, что купить ребенку, все перед глазами. Если не удалось договориться, искренне посочувствуйте ребенку. Примите его чувства и переживания. Да, сейчас невозможно выполнить то, что он хочет. Но от этого ребенок не испортился и не стал хуже. Просто таков порядок вещей, мы не всегда получаем то, чего нам хочется. И найти утешение в любящих руках куда полезнее, чем рыдать на полу, в подушку или заедать горе булкой. Improвизируйте!

Мне с большинством детских «хотелок» помогают справиться краски, ножницы и пачка пластилина! Жуки, роботы, пони, домики, зуборсы и бакуганы – нет ничего, что нельзя было соорудить из подручного материала. А потом разобрать и слепить что-то новое. Это и фантазия, и творчество, и экономия, а еще пространство, свободное от хлама! Фантазируйте!

7 простых правил в помощь родителям

1. Организуйте пространство, в котором поддерживать порядок будет легко и комфортно.
2. Сократите количество игрушек в детской до необходимого минимума, периодически меняйте игрушки.
3. Выкидывайте хлам и мусор!
4. Освободите детскую от мебели и крупногабаритных игрушек, которыми ребенок не пользуется.
5. Введите простые и понятные правила, которым подчиняются все члены семьи.
6. Делайте дела вместе и помогите детям научиться взаимодействовать между собой.
7. Держите под контролем свой потребительский аппетит.

Игры без игрушек

Я хотела поговорить про игры, которые дети придумывают сами, игры без взрослых и без игрушек. Вспомните себя: сколько чудесных игр можно было придумать с палкой, с камушком, с листовой и т. д. Эти игры были ничуть не хуже, а иногда даже лучше. Как чудесно у нас работало воображение! Мы были принцессами, мы могли из подручных материалов построить себе дворец. Выскакивая из-за штор, мы пели песни и считали, что выступаем на сцене. Почему же, став взрослыми, мы дарим детям игрушки, которые не развивают их воображение?

Не надо впадать в крайности и думать, что игрушки – это зло, что их надо убрать из дома, выкинуть в печку. Но обязательно нужно предоставлять детям возможность помечтать, поиграть во что-то другое.

Раньше у меня был любимый мишка, и я всерьез считала, что он умеет летать. Я подкидывала его, и мне казалось, что он летал. Все дети могут играть с подручными материалами: их могут вдохновить старый чайник, палки, камушки, листва. Они придумывают домики, так же как раньше это делали мы. Меня сначала раздражало, когда у нас дома возникали всякие баррикады из стульев и т. д. Тогда я стала вспоминать себя в детстве. К тележке с колесиками, с которыми ходят бабушки, я приделывала две табуретки, сажала туда сестру и катала ее на самолете по дому. Табуретки долго не прожили, тележка тоже. Это был мой самолет. Для того чтобы принять фантазию ребенка, достаточно вспомнить свое детство.

Иногда мы говорим: «Я жила так, а мои дети будут жить иначе». И стараемся «задвинуть», забыть свое детство. И не важно, хорошие у нас были воспоминания или плохие. Вспомните, в какие игры вы играли, поиграйте в них с вашими детьми. Ведь когда мы начинаем «выдавливать» из себя игры в пирамиду или кубики, ребенок это чувствует. Когда нам не нравится проводить с ребенком время, мы начинаем раздражаться. В результате вы не получаете радости, и ребенок начинает получать от такой игры все меньше и меньше удовольствия. Не нравится вам играть в парикмахерскую, скажите об этом ребенку. Предложите ему: «Давай, ты с Машей поиграешь в парикмахерскую, а со мной поиграем в слова, в интересные, смешные. Давай вместе придумаем какой-нибудь стишок...» Вспомните себя детьми, и вы станете ближе к своим детям.

Самое главное

Самое главное – это то, что вы имеете право на ошибку. Вы не обязаны быть идеальной мамой, и универсального подхода к воспитанию детей не существует.

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.