

Чем заняться женщине в отпуске по уходу за ребенком?

Казалось бы, ответ на этот вопрос очевиден – воспитанием ребенка. Ан нет, не все так просто, как кажется. Ведь женщина в отпуске по уходу за ребенком не просто женщина, она – мама. И не только мама, роль жены, а также дочери, сестры, снохи и т.д. тоже никто не отменял. Не стоит забывать и о саморазвитии, чтобы три года «сидения» дома прошли с пользой не только для малыша, но и для себя, и для всей семьи.

Итак, есть несколько направлений деятельности для мамы, находящейся дома в отпуске по уходу за малышом.

Первое – ребенок в возрасте до года

Естественно, в это время малыш требует самого пристального маминого внимания. И, казалось бы, ни на что другое времени просто не остается. Но это самое ответственное время не только для вскармливания грудного ребенка, это также новый и очень важный этап во взаимоотношениях между супругами.

Жена все меньше и меньше времени уделяет мужу, а ему этого внимания ох, как не хватает. Поэтому женщине, находящейся в декретном отпуске до года, занятий хватит с лихвой. Кроме *ухода за ребенком* (а это для молодых мам новый род деятельности) и *за собой*

, конечно, она становится психологом семейных отношений. В то небольшое свободное время, которое вам дарят бабушки и тети (которые заходят понынчиться с малышом), *можно почитать книжку по психологии*, а затем

встретить мужа приветливым взглядом

и поговорить с ним за вечерним чаем о том, какой он заботливый муж и папа, и какая у вас замечательная семья. Много времени это не займет, а муж почувствует, что вы о нем совсем даже не забыли. Вам не так сложно, мужу приятно – и в семье мир и лад.

Круг общения мамы в это время, естественно, несколько ограничен. Больше времени вы проводите дома, нежели ходите на выставки, по магазинам, общаетесь с друзьями или

обращаетесь за советом к специалистам – в общем, мало занимаетесь всем тем, чем привыкли заниматься раньше. *Временный выход – Интернет*. Не нужно тратить время и силы на походы по магазинам – сейчас *на дом можно заказать практически все* : от питания и одноразовых подгузников до книг.

Кроме того, Интернет – это отличный *помощник в мире новинок кино и искусства*. Интернет сможет помочь разобраться в вопросах, которые неизбежно возникают у молодых мам – это может быть и *совет специалиста* (оговорюсь, что не стоит консультироваться у врача без осмотра ребенка), и советы других мам, у которых была подобная ситуация. Например, как приучить ребенка к горшку, или как лучше уложить спать малыша без капризов. Интернет может *помочь вам выплеснуть свои эмоции* – вы можете вести дневник или просто общаться с незнакомыми людьми. Но не стоит сидеть в Сети слишком много времени, не забывайте о реальной жизни.

Второе – малышу исполнился годик

Он стал более самостоятельным, и у вас теперь больше свободного времени. Вот тут простору воображения просто нет предела. Вы можете найти занятие, которым будет *интересно заниматься и вам, и ребенку*. Например, можно освоить *технику оригами* – фигурки из бумаги увлекут малыша и разовьют его воображение; *технику аппликаций* – здесь воображение придется включить и вам самой; *папье-маше* – техника лепки из бумаги и клея. Можно постигать *азы рисования* вместе с малышом – начав с самого простого – птичек или деревьев, постепенно увлекаясь все больше пейзажами или портретами; а можно освоить технику пальчикового рисования.

Занимаясь с ребенком, вы научитесь *виртуозно лепить из пластилина* (мы с дочкой недавно подарили нашей крестной на день рождения вот такой букет (фото 1) и вот такой торт из пластилина (фото 2). Можно мастерить *поделки из различных природных материалов*

, которые вы соберете с малышом во время совместной прогулки; интересные фигурки получаются из соленого теста. Можно научиться

вязать или шить мягкие развивающие игрушки

, они не только понравятся вашему малышу, но и станут отличным подарком знакомым деткам. Можно научиться сооружать

шедевры из ниток; а можно из мыла

. Все эти материалы доступны каждому и практически безопасны для вашего ребенка, если, конечно, такие посиделки происходят у вас с малышом вместе, и вы не оставляете его в это время без присмотра. Так вы и сами узнаете много нового и интересного, и малыша приобщите к прекрасному.

Если с ребенком частенько занимается кто-то из родственников, вы можете тем временем отточить свои *кулинарные навыки*. Умение готовить не только вкусно, но и полезно, и с фантазией – просто неоценимое качество. Этому порадуются и муж, и родственники, которых вы сможете чем-то удивить. Кулинарная фантазия особенно незаменима, когда нужно накормить ребенка полезной пищей, а он наотрез отказывается. Приготовьте его нелюбимое блюдо в виде мультяшных персонажей или чудо-машинки, и ваш непоседа будет с удовольствием бежать на завтрак, обед или ужин.

Можно освоить *технику массажа* – думаю, и муж не останется в долгу. Мне очень понравилось *лоскутное занятие*. Из распашонок, пеленок и других вещей малыша, которые стали ему малы, нарезаются оригинальные лоскутки, сшив которые, вы получите замечательную наволочку на детскую подушку или покрывало. А для малыша это еще и увлекательное пособие – ведь на нем ему можно изучать новые слова – будь то цифры или животные. Вот мой первый шедевр (фото 3).

Третье – ребенку исполнилось два года

Ваш малыш стал еще взрослее, и вы можете его спокойно оставить с бабушкой на несколько часов. А в это время... *пойти посмотреть кино или выставку, устроить мужу романтическое свидание*, организовать велопробег. А можете пойти в другом направлении – вперед *на курсы*

повышения квалификации или изучения иностранного языка, на курсы вождения автомобиля или обучения верховой езде, на курсы флористики, можно даже получить высшее или второе высшее образование, заочно, конечно.

Чем заняться женщине в отпуске по уходу за ребенком

Автор: admin

06.08.2011 22:33 - Обновлено 04.11.2014 10:57

Главное – не останавливаться в развитии, и неважно, какое направление вы выберете – кулинарное, педагогическое, образовательное или семейное. Важно – чтобы это *приносило удовольствие и вам, и вашему ребенку, и вашей семье*.

И тогда из декретного отпуска выйдут как минимум две гармонично развивающиеся личности!

Автор - **Марина Ферфецкая**

[Источник](#)