Выходной для мамы



Нет нужды объяснять, что «львиная доля» мужчин боится оставаться с детьми, хотя и не все готовы признаться в этом кому-либо, даже самому себе. А бояться-то на самом деле совершенно нечего.

Как мужчинам заставить себя не бояться малыша

Для начала надо уяснить, что мама тоже заслуживает немного свободного времени. Хотя бы потому, что детям и мужу нужна спокойная, красивая и добрая мамочка, а потому выходной для мамы просто необходим. Во-вторых, наши чада нуждаются в общении с папой не меньше, чем с мамой. Кто воспитает сына мужчиной? Кто создаст у дочки образ идеального мужчины?

Если посмотреть на всё с этой стороны, то необходимость отдыха для мамы становится очевидной. Однако лучше спланировать мамин выходной заранее, чтобы он оставил хорошие воспоминания для всей семьи.

Что может папа без мамы

А вот тут самое интересное: папа может всё что угодно. И это действительно так.

1. Один ребёнок.

Если в семье один ребёнок в возрасте 0-6 месяцев, то тут все довольно просто. Покормил, немного поиграл, сменил подгузник и уложил спать.

Если карапузу 6-9 мес., то план приблизительно такой же, только игр должно быть больше. Желательно при помощи игры [развивать](http://bestkroha.ru/razvivayushchie-igry/53-razvivaem-melkuyu-motoriku-rebenka) мелкую моторику , пополнять пассивный словарный запас, разговаривая с малюткой. Можно самостоятельно придумать всевозможные карточки, сделать разные детали для игр (лучше из натуральных материалов) или предварительно закупить готовые игры, таких сегодня впускается огромное количество.

В [9 месяцев](http://bestkroha.ru/rebenku-9-mesyatsev) чадо уже ползает и начинает ходить, поэтому с этого возраста и до полутора лет можно уже пробовать играть в прятки, догонялки, «собиралки», сортировки и прочее. Дети в этом возрасте очень любят развивающие занятия на понимание причины и следствия.

Начиная с полутора лет, простору фантазии папы не может быть предела. Парки, развлекательные центры, игровые площадки и прочее – всё в вашем распоряжении. С девочкой вы можете попробовать приготовить что-нибудь для мамы. С мальчиком папа может и готовить, и мастерить. Понятно, что ребёнок в 1,5 года не сможет починить телевизор, но скатать шарики (пусть условные) из теста и фарша вполне. Вот, пожалуйста, заготовка для супа с клецками готова.

1. Два ребёнка.

Если мы говорим о двойне, то порядок тут аналогичен. Если разница между детьми 1,5-3 года, то разумнее во время бодрствования маленького делать акцент на нём, активно вовлекая старшего в уход за карапузом. При этом совершенно неважно, девочка или мальчик у вас старше.

Да, на время выходного для мамы вы не сможете оставить на попечение старшему ребёнку малыша, но отнести подгузник, подать игрушку, спеть песню, погреметь погремушкой – это ему вполне по силам. Подбирайте игры соответственно возрасту. Основная проблема может заключаться в разном режиме дневного сна у детей или полном его отсутствии у старшего.

Чтобы из-за разных режимов у детей не возникло проблем – обсудите этот вопрос с мамой заранее. Если разница между детками более трёх лет, то где-то можно и старшего нагрузить побольше или вовсе (если совсем невмоготу) отправить к бабушке, дедушке, тете, дяде.

1. Трое детей.

Если дети рождались друг за другом, то действуем аналогично тому, как описано в пункте 2. Если двойня старшая, а карапуз один, то двойня в 1,5 -3 года вполне может обойтись без взрослого, общаясь друг с другом какое-то время, главное, чтобы они были на виду.

Если двойня вторая, то здесь действуем очень аккуратно, ориентируясь на пункт 2. Но помните, что старшему и так тяжело, поскольку внимание родителей забирают сразу два маленьких человечка, поэтому старайтесь вовлечь его в общение с детьми.

*Совет папам: папы, как можно больше общайтесь со своими детьми, уделяйте им внимание с любовью и терпением, и со временем вы увидите, как всё вернется сторицей.*