КАК ДА СИ СВЪРША ДОМАКИНСКАТА РАБОТА БЕЗ ДА ПРЕДЛАГАМ ЕКРАН?

Списък с изпитани от родители идеи

Всеки човек и всяко бебе е различно. Това, което помага в една ситуация, може да не подейства в друга, но споделените идеи отварят нови гледни точки.



1. **Планираме и организираме дните**
   Обсъждаме ангажиментите си, планираме седмичното меню и пазар.
2. **Бебеносене**
   Подреждаме или сгъваме дрехите си докато носим бебето в слинг или ергономична раница.
3. **Стол или бебешки шезлонг**
   Чудесен начин бебето да е до нас докато готвим или подреждаме миялната. Полезно е през това време да разговаряме с него или да му пеем.
4. **Кошара за игра**
   Големите кошари дават възможност бебето да лежи, пълзи или играе на сигурно място, докато ние се погрижим за дома.
5. **“Като на кино”**
   Понякога най-обикновени неща занимават бебето. Например гледането на въртящ се барабан на пералнята или цветните магнити на хладилника!
6. **Разпределяме задачките с партньора**
   Докато единият родител е на разходка или е извел детето на площадката, другият може да си почине или да свърши някоя задача у дома.
7. **Помощ от роднини**
   Когато близките са готови да помогнат, това може да е от полза както за нас, така и за връзката на детето с баби, дядовци, лели и чичовци.
8. **Техника, която улеснява**
   Съвременните уреди като пералня, сушилня, миялна, робот прахосмукачка или мултикукър спестяват много време и усилия.
9. **Включваме дори по-малките деца в домакинството**
   От около 1,5–2 години нагоре можем да включваме децата в дребни задачи. Да, понякога ще забавят процеса, но така се чувстват част от семейството, развиват самостоятелност и увереност.
10. **Приоритизираме правилно**
    Да изберем да поиграем с детето си пред това да сгънем прането е осъзнат избор. Така не сме“изпуснали” задчката, а сме избрали качествено време с детето.

Още полезни ресурси за родители може да намерите на нашия сайт

offline KIDS