

18+ *Печник успеваемости
родителя в конце*



Глеб Антошкин

СОВЕТЫ для ПАПЫ и МАМЫ

или **58** рекомендаций по воспитанию и уходу
за малышом до 2-х лет
(от наблюдательного отца)

Глеб Антошкин

**Советы для папы и мамы. Или
58 рекомендаций по воспитанию
и уходу за малышом до двух лет**

«Издательские решения»

Антошкин Г.

Советы для папы и мамы. Или 58 рекомендаций по воспитанию и уходу за малышом до двух лет / Г. Антошкин — «Издательские решения»,

ISBN 978-5-00-671062-7

Я писал свою книгу, желая помочь молодым папам и мамам высвободить время без снижения внимания к малышу. Куда потратить это время, решать вам, но не забывайте про свою вторую половинку... Если с помощью моих наблюдений вам удастся экономить хотя бы пять минут каждый день (я прогнозирую значительно больший эффект), мне будет очень приятно. Вторая цель книги — экономия нервных клеток родителей и малыша.

ISBN 978-5-00-671062-7

© Антошкин Г.
© Издательские решения

Содержание

Введение	6
Рождается	7
Начинаем жить	10
Познаем друг друга	13
Успокаиваем животик	16
Конец ознакомительного фрагмента.	19

Советы для папы и мамы Или 58 рекомендаций по воспитанию и уходу за малышом до двух лет

Глеб Антошкин

Иллюстратор Александра Андреевна Летникова

© Глеб Антошкин, 2025

© Александра Андреевна Летникова, иллюстрации, 2025

ISBN 978-5-0067-1062-7

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

Введение

Дорогой читатель или читательница!

Заранее приношу извинения за то, что лезу с советами. Имея пусть не выдающийся, но все же опыт родителя сына и дочери, я со *второй попытки* решил собрать собственные записи и оформить их в виде ненавязчивых наблюдений. Искренне надеюсь, что этот небольшой сборник окажет некоторую помощь в столь ответственном деле воспитания малыша.

Вы не найдете здесь медицинских и других специализированных рекомендаций по развитию малыша и уходу за ним. Подобные рекомендации должны давать только профессионалы, а я к их числу не отношусь. Мне будет приятно, если, перелистывая эти страницы, вы воспримите их содержание как дружеские советы.

Я писал свою книгу, желая помочь молодым папам и мамам высвободить время без снижения внимания к малышу. Куда потратить это время, решать вам, но не забывайте про свою вторую половинку... Если с помощью моих наблюдений вам удастся экономить хотя бы пять минут каждый день (*я прогнозирую значительно больший эффект*), мне будет очень приятно. Вторая цель книги – экономия нервных клеток родителей и малыша.

Не претендую на истину в последней инстанции, но могу с уверенностью утверждать, что применение приведенных в этом пособии советов приносит результаты – знаю это по *собственному* опыту своей жены.

Рекомендую адаптировать изложенный материал применительно к характеру и индивидуальным чертам вашего малыша, ведь никто не знает его лучше вас. Для удобства в конце каждого раздела есть место для собственных наблюдений.

Обязательно советуйтесь с профессиональными педиатрами по всем возникающим вопросам и при малейших сомнениях.

Желаю полезного чтения и больше свободного времени для общения со второй половинкой!

Рождаемся



Боюсь, я не смогу быть хоть чем-то полезным мамам в этом вопросе, но для будущих пап у меня есть несколько наблюдений.

Наблюдение №1. Пока ожидаете у палаты

Не надоедайте акушерам и врачам хождением туда-сюда по коридору. Займите удобное место, налейте себе кофе и ждите.

Наблюдение №2. Впервые берете на руки младенца

Не переживайте о том, что можете «сломать» малыша – он только кажется хрупким. Если вы будете аккуратны, то не причините ему никакого вреда и запомните этот момент на всю жизнь.

Сделайте памятное фото первых минут жизни вашего сына или дочки.

Наблюдение №3. Впервые видите жену после родов

Свою любимую вы знаете лучше всех и, конечно, найдете правильный способ проявить свои чувства в этот важный для вас обоих момент. Советы здесь излишни.

Наблюдение №4. Мама и малыш выписываются из роддома

Сделайте оригинальное памятное фото для семейного архива. Проявите фантазию, чтобы, взглянув через много лет на фотографию, этот момент вызвал у вас улыбку.

Наблюдение №5. Везем малыша домой

Перед тем как привезти малыша домой, произведите генеральную уборку, чтобы ему не пришлось дышать пылью в первые дни своей жизни.

Не забудьте, что теперь у вас еще один важный пассажир, которому нужна индивидуальная автолюлька.

Наблюдение №6. Сохраняем прикосновения на всю жизнь

Сделайте фотографию или слепок ручки и ножки малыша, чтобы спустя много лет они напоминали вам тот момент, когда вы впервые *познакомились*. Я до сих пор жалею, что не сделал этого.

Мои наблюдения

This image shows a single sheet of white paper with horizontal blue or grey ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There is no handwriting or other markings on the paper.

Начинаем жить



Первый месяц жизни ребенка – это неповторимое время для всей семьи, особенно если у вас первенец. В этот период хочется избавить малыша от любых неприятных обстоятельств, на которые в обычной жизни мы сами не обращаем никакого внимания: от громких звуков, резких запахов, неловких движений и прикосновений.

Наблюдение №7. Закрываем двери, пылесосим, чихаем и вообще сильно шумим

Привычные дела теперь старайтесь делать, задумываясь об уровне шума, который производите.

Наблюдение №8. Уси-пуси

Ласкайте своего малыша нежно, без резких движений.

Побрейтесь. Усатым и бородатым лучше не целовать малыша, так как кожа новорожденного очень нежная – ее легко повредить, а кроме того, может появиться аллергическая реакция в виде сыпи.

Следите за шейкой младенца. В первый месяц она еще очень слабенькая, чтобы выдерживать все ваши нежности. Поднимая и опуская малыша, придерживайте его голову.

Наблюдение №9. С яркими ароматами лучше повременить

Оградите своего малыша от резких запахов, пусть даже *очень приятных* (о неприятных запахах и упоминать не стоит). Помним: он маленький и нежный.

Наблюдение №10. Малыш кричит

Все дети плачут – это нормально, но крика, переходящего в истерику, нужно избегать. Не допускайте, чтобы рядовой плач перерос в истерический вопль. Отвлеките внимание малыша игрушкой, покачайте его, поговорите с ним.

Наблюдение №11. Оставлять ли малыша одного?

Никогда не оставляйте малыша одного дома.

Воспользуйтесь радио- или видеоняней, чтобы контролировать происходящее в соседней комнате, где находится малыш.

Мои наблюдения

[illegible]

Познаем друг друга



Лишь через пару месяцев после своего рождения малыш начинает узнавать лицо мамы и папы и только три-четыре месяца спустя лица других членов семьи. Нам хочется максимально приблизить этот момент, но природе лучше знать, когда мы удостоимся быть узнаваемыми и насладимся первой улыбкой, адресованной именно нам. В этой главе приведу несколько наблюдений в первый месяц жизни малыша.

Наблюдение №12. Нежные звуки и прикосновения

Увидеть малыш вас сможет не сразу, но он прекрасно вас слышит и ощущает прикосновения. Разговаривайте, пойте песенки, ласкайте малыша – пусть он ощутит всю вашу любовь еще до того, как впервые увидит вас.

Наблюдение №13. Ветерок

Легкий ветерок обычно нравится малышам и веселит их. Попробуйте аккуратно подуть, но не переусердствуйте, так как первое время у малыша сильно развиты инстинкты и при каждом порыве ветра он может непроизвольно задерживать дыхание.

Наблюдение №14. Вертля

Не отходите от малыша ни на шаг, даже если он еще ни разу не переворачивался и лежит неподвижно. В любой момент малыш может впервые попробовать перевернуться и удариться или упасть, если неудачно расположен.

Наблюдение №15. Тянем все в рот

Малыш постоянно тянет руки в рот. Позаботьтесь, чтобы все, к чему он прикасается, было чистым (без пыли, волос и другого мусора). Возможно, небольшое количество бактерий не повредит растущему организму, но волосы и пыль во рту – точно лишнее.

Наблюдение №16. Читаем с картинками

Как только малыш начинает различать предметы, ему становится интересно разглядывать все, что он видит. Попробуйте предложить ему детские книжки. И речь не только о картинках. Крупные буквы и целые слова тоже могут нравиться малышам, и они зачастую разглядывают их с не меньшим любопытством.

Мои наблюдения

[illegible]

Успокаиваем животик



Вне зависимости от питания (грудное вскармливание или искусственное) у малышек чаще или реже болит животик. Малыш плачет, ведет себя беспокойно. Важно сохранять спокойствие в такие моменты. Помимо специализированных лекарственных (как правило, растительных) средств от колик, которые необходимо согласовать с педиатром, есть несколько способов, которые помогают успокоить развивающуюся пищеварительную систему малыша.

Наблюдение №17. Болит животик

Сделайте аккуратный, без усилий, массаж животика. Поглаживайте круговыми движениями по часовой стрелке.

Теплая ванна способна уменьшить колики и отвлечь малыша.

Положите малыша животиком вниз себе на руку (как если бы он был тигренком, лежащим на ветке) и понесите некоторое время в таком положении. Можно просто уложить на животик на пару минут. Попробуйте и другие положения, чтобы установить, в каком из них быстрее проходит боль.

Отвлекайте малыша во время приступов колик игрой, разговором, пением или другими способами, которые лучше действуют.

Если колики повторяются слишком часто и причиняют сильную боль малышу, проконсультируйтесь с педиатром по выбору оптимального питания.

Если мама кормит ребенка грудью, ей нужно следить за своим питанием и возможными реакциями малыша после кормления. Можно (и даже нужно) проконсультироваться с педиатром по изменению рациона.

Мои наблюдения

[illegible]

[illegible]

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.