«Мама, поцелуй меня, пожалуйста!»

- *Мамочка, посиди со мной, пожалуйста,* — дочка снова капризничает. Я тихо завожусь. К вечеру уже не остается ни сил, ни терпения. Искупались. Укладываемся.
- *Мамочка, посиди, пожалуйста!*
- *Я же тебе сказала, надо ужин папе приготовить, посуду помыть.*
- *Ну, пожалуйста…*
- *Все, спокойной ночи!*
- *Мамаааааааа!*

Ухожу. Слышу детский плач. Раздражает.

Вот сейчас придет муж. Надо сварить картошку и поджарить котлеты. Порезать салатик. Хорошо бы пол протереть. В ванне убраться. Ах, да, белье засунуть в «стиралку» и нажать кнопку. Ах, да еще это… еще то… опять не успеваю. Ребенок плачет… Ладно, что я хотела сделать?

Знакомая ситуация, не правда ли. Как часто мы занимаемся делами, хватаемся за то и за это, забываем первое дело, не успеваем ничего. А за стеной плачет малыш. С ним посидеть уже некогда, надо закончить дела. Да и чего с ним сидеть, поплачет и уснет.

Поплачет и уснет… сегодня, завтра, послезавтра. А почему он плачет? Почему просит посидеть с ним? Может быть, ему страшно? Или может, он хочет послушать голос мамы, которая споет «Ложкой снег мешая, ночь идет большая…» Может быть. Но, скорее всего, малышу просто одиноко, ему не хватает общения с мамой, не хватает ее внимания.
Утром ребенок проснется. Мама уже занята: надо сварить кашу, собраться на прогулку (в сад, школу), привести себя в порядок (или хотя бы просто умыться-одеться). Как всегда, что-то забыла, что-то не успела. Раздражение уже с утра.

Как же справиться с этим? Как сделать так, чтобы успеть ВСЕ? Успеть все так, чтобы осталось время посидеть с ребенком вечером, позаниматься с ним днем?
Оказывается, это вполне реально. Рассмотрим несколько очень простых правил.

Правило № 1. Успеть все невозможно. Потому что этого «всего» слишком много, чтобы сделать за один раз. Следовательно,

Правило № 2. Сначала делать самые важные дела. А остальное перенести на завтра. Но и завтра все можно не успеть, потому что дела есть постоянно. Следовательно,

Правило № 3. Необходимо распределять работу равномерно в течение недели, месяца. Но вот месяц подходит к концу, а Вы видите, что ни как не успеваете, например, вымыть окна. Следовательно,

Правило № 4. Не взваливайте всю работу на себя. Распределите каждому его обязанности или просто попросите помочь. И все-таки окна остались грязными. Вы расстроились, злитесь на окружающих. Ссоритесь и вообще ничего больше не хотите делать. Отсюда

Правило № 5. Правило самое главное. Запомните, а лучше запишите. Нет ничего не исправимого, кроме смерти. Поэтому, если Вы не успели что-то, или Вы видите, что лучше сделать что-то другое, не нервничайте. В конце концов, нет ничего страшного, если Вы вымоете эти окна (постираете шторы, разберете антресоли и т.п.) на следующей неделе. Главное, мир и покой в доме.

Не стоит раздражаться, если в Вашем плане осталось несколько незачеркнутых пунктов. Напротив них можно написать, почему они не были выполнены: «Окна не вымыты, зато мы с дочкой наконец-то

сходили в зоопарк».
Ведь самое главное, чтобы Вам хватило времени на близких любимых людей, и это время преобладало над домашними хлопотами.

Немного разберем эти правила.

Как сделать все? Это невозможно, потому что каждый новый день приносит новое дело. Также есть и ежедневная работа, которая берет много времени. Не стоит давать себе установку: сегодня сделаю все! Лучше скажите: сегодня сделаю по возможности все основное.

А что это — основное? Первостепенные дела, которые необходимо сделать сразу. Например, сварить обед. Это нельзя отложить, потому что кушаем мы каждый день. Но ведь суп можно сварить на 2 и даже 3 дня. Так Вы сэкономите время на следующий день.

Поэтому и надо планировать неделю. Например, дела на понедельник, среду, пятницу — сварить обед, вымыть полы. Дела на вторник, четверг, субботу — вытереть пыль, погладить. И т.п. Воскресенье же лучше оставить полупустым — потратьте этот день на общение, поход с семьей куда-нибудь.

Также есть дела, которые мы не делаем каждую неделю. Поэтому, начинающийся месяц также распланируйте. Наметьте основные дела: генеральная уборка балкона или антресолей, мытье окон и т.п.

Сначала очень тщательно планируйте свой день, неделю, месяц. Это поможет не хвататься спонтанно за дела, а продуманно выполнить работу, не отвлекаясь по мелочам. Ведь часто мы начинаем делать одно, не доделав, хватаемся за другое, потом за третье. В результате — не сделано и половины.
Мы нервничаем, раздражаемся на близких. А ведь покой семьи — залог ее благополучия.

Включайте первое время в свой список дел буквально все: прогулку с ребенком, книжку, которую давно хотели прочитать, просмотр сериала. Если вы что-то забываете. Ставьте себе будильник, напоминание в мобильном телефоне или на компьютере. Все это помогает правильно организовать свой день.

Очень скоро Вы настолько привыкните следовать плану, планировать свой день, что Вам уже не придется записывать. Конечно, было бы прекрасно, если не только Вы умели планировать свой день, но и Ваши родные.
Чтобы сохранить силы и здоровье, чтобы осталось время на общение с ребенком, необходимо получать помощь от родных. Не взваливайте на себя всю работу, распределите ее между членами семьи. Так, муж может пропылесосить, почистить картошку или еще что-нибудь. Не отказывайтесь от предлагаемой помощи, например, когда свекровь предлагает посидеть с малышом.

Есть 2 возможных пути распределения помощи.

1. Договориться с мужем, кто что выполняет, то есть строгое распределение обязанностей.
2. Более мягкий договор: все обязанности пополам. Вы приготовили ужин, муж вымыл посуду. Муж помыл пол, жена погладила. И наоборот.

Каждая семья выбирает свой путь. Не стесняйтесь обсудить все варианты, у каждого есть свои плюсы и минусы. Только вместе можно найти наиболее верный для данной семьи вариант.

Но какой бы путь Вы не избрали, помните правило: главное, это человек. Берегите друг друга, уважайте и цените. А еще прощайте и уступайте. Быть может, муж настолько устал на работе, что у него нет сил вымыть посуду. Быть может, маме просто необходимо побыть с малышом, и она не успела приготовить ужин.
Не злитесь, постарайтесь понять. В конце концов, посуда никуда не денется, а на ужин можно сварить пельмени. Зато Вы сбережете нервы и спокойствие любимого. Зато Вы дадите понять ребенку, что Вы его очень любите и цените больше всего остального.

Человеческий фактор — самое главное. Вы сбережете хорошее настроение мужу, он принесет положительный настрой на работу. Коллеги разнесут улыбки по всему городу. И в конце концов Вы получите их в стократном размере.
Будьте добрее, а дела не убегут.

- *Мамуля, ну, посидиииии*, — дочка плачет. Надо бы ужин… Ладно, сварю пельмени, благо, вчера купила. Муж поймет.
- *Доченька, не плачь!*
- *Мамочка, поцелуй меня, пожалуйста.*
- *Девочка моя, я так тебя люблю!*

Спасибо что дочитали.