

## **Соня Тодорова - „Кратък и практичен наръчник по оцеляване на семейства с малки деца и други в София“**

### **За бебетата и децата – ежедневно оцеляване**

Всеки сам знае най-добре как да си гледа децата. Това не е обяснение или оправдание за съдържанието на този раздел, това е базовото, най-важното и основното правило, с което всеки трябва да свикне от самото раждане на децата си, та даже и отпреди това. Няма по-пряк и по-бърз път към родителския провал от съобразяването с чужди съвети. А съобразяването със съвети и правила, които самият родител дълбоко в себе си смята за погрешни, е направо скоростна писта в тази посока. За огромно съжаление, даването на акъл по отглеждането на чужди деца е масов спорт. Буквално ВСЕКИ знае по-добре от родителите на детето как е най-добре да бъде отглеждано то. Ама няма значение дали децата на даващия съвети са здрави, щастливи и добре възпитани, или не са, дори няма значение дали той изобщо има деца. Той знае. Единственият начин за справяне с този феномен е пълният блокаж на непоискани съвети. Пълнен. Без оглед на възпитание и добър тон. Нещо като: „Благодаря за проявения интерес, но ние имаме други виждания по въпроса, а сега ви/ти желая приятен ден“, ще изненада противника и ще даде на родителя ценни секунди, в които да се усмихне лъчезарно, да си подбере детето и да се оттегли. Това не значи, че начинаещият родител не бива да приема съвети, напротив. Но те трябва да са получени в резултат на конкретно отправен въпрос към лице, което е компетентно и на което родителят има доверие. При колебание в избора на такива лица може да се приложи едно просто правило. Много е трудно за вярване, особено когато човек мисли за собствения си случай, но е вярно – ние всички сме огледало на родителите си. Затова никога не задавам въпроси за отглеждане и възпитание на деца на някого, който не ми е симпатичен. Това в никакъв случай не значи, че той е лош родител или че децата му са лоши деца. Просто неговият метод не е моят метод. Разбира се, при такава обща формулировка правилото звучи доста брутално. Но то може да се прилага както генерално, така и за частни случаи. Ето един пример: как да приема съвет за хранене на деца от майката на мъжа ми (добре, нека наричаме нещата с истинските им имена – от свекърва ми), при положение че знам, че първите три години от живота си той се е хранел само и единствено с течна храна, упорито отказвайки всякаква друга? Нейната версия е, че той е бил опако дете. Моята версия е, че тя не се е справила съвсем добре със захранването. Това в никакъв случай не ми пречи да харесвам и нея, и (очевидно) сина ѝ.

Но фактите са си факти. И така, от дума на дума стигаме до един сериозен парадокс, с който смятам да се конфронтирам челно:

Моля всеки, който не ме намира за особено симпатична, да прескочи тази част от книгата. Ще се радвам да се видим отново в следващата глава.

Благодаря.

\* \* \*

В този раздел без претенции за особена компетентност и изчерпателност ще си позволя да споделя някои хватки, които значително улесниха живота ни и този на нашите деца, докато бяха съвсем малки (от 0 до 4 години). Някои от тези хватки са научени от други родители или от книги, но повечето са резултат от собствените ни разбирания за добро и лошо, правилно и неправилно, здравословно и вредно. Умишлено избягвам всичко, свързано със справяне с болести и дребни физиологични затруднения (въпреки че за някои неща направо ме сърбят ръцете – например безогледното и обилно прилагане на лекарства при бебета и малки деца или пък използването на термометъра не по предназначение), и изхождам от презумпцията, че говорим за обикновени, средностатистически деца без сериозни здравословни проблеми.

## ОБОРУДВАНЕ

Много може да се изпише на тема предмети, предназначени за отглеждане на бебета и малки деца. Защото има огромно количество такива предмети. Значителна част от тях са излишни, смятам. И веднага прилагам:

Бърз списък от полезни съвети:

1. Веднага щом жената забременее, е добре да се свърже с всичките си приятели и познати, които напоследък са имали бебе. В рамките на дни към дома й ще потече река от дрешки, столчета и колички „втора употреба“, които хем ще излязат без пари, хем ще са подбрани и добре запазени (понеже новородените рядко си късат дрешките), хем няма да задръстват къщата, след като са си изпълнили предназначението.
2. Ако пък се окаже, че никой от приятелите и познатите не е имал бебе напоследък, се купува някакво разумно количество дрешки, колички и столчета, използват се и после като лисица се дебне, за да не се изпусне първият възможен забременял, на когото да бъдат прехвърлени.
3. Следва се принципът на минимализма. Повечето неща се купуват или вземат назаем едва след като се е появила доказана нужда от тях. Фактът, че дадено нещо е шаренко и сладичко, не е достатъчна причина да се твърди, че от него има нужда. Купуват се само качествени и максимално опростени неща, т.е. с възможно най-малко боя и пластмасови или други джаджи по тях. Предмети и дрехи, които миришат лошо, не се купуват. Те най-вероятно са от много кофти материали и със сигурност ще миришат лошо и след като бъдат измити.
4. Хубаво е принципът на минимализма да се следва особено стриктно при купуване и използване на бебешка козметика. Противно на твърденията на повечето производители на подобни продукти, бебетата имат чиста, здрава и уханна кожа и без техните артикули. Даже тогава най-вече я имат.

Ще е твърде дълго и досадно да се влиза в подробности тук, но може би е интересно да се споменат предметите, които в нашия случай се оказаха на двете крайни позиции по скѐлата на полезността.

Предмети, които се оказаха незаменими:

■ Слинг

Просто няма да ми стигне страницата, ако тръгна да изброявам всички начини, по които слингът улесни нашия и на бебетата живот. Особено в първите месеци те почти не излизаха от него, нищо че и двата пъти беше лято. Това успокояване, приспиване, вършене на къщна работа, лесно придвижване из града, ходене по институции, екскурзии и пътувания – само дето на дискотека не сме ходили със слинг (но на сватба бяхме).

■ Тензухени и бархетни пелени

Служат за абсолютно всичко – от чаршаф до шапка, от лигавче до завеса за куклен театър, перат се на 90 °C и са на практика вечни. Колкото повече такива пелени се мотаят из къщата, толкова по-добре. А когато вече няма нужда от тях, могат да се превърнат в парцали за чистене или в платнени играчки.

■ Специална възглавница за кърмене

Ще бъде преувеличено, ако кажа, че с нея кърмещият не го боли гърбът, но със сигурност го боли значително по-малко.

■ Качествена и здрава детска количка

Особено когато човек живее в София. И пак няма гаранция, че количката ще оцелее. Ако някой започне да произвежда детски колички, които могат да прелитат на къси разстояния, имат колела, оборудвани с гъсенична верига, и вграден минитаран в предната част, а по рамата им тече слаб ток, то София ще бъде основният му пазар.

■ Гумени ботуши

Веднага след като бебето проходи, му се нахлузват гумени ботуши и се пуска да се кефи по локвите. Може би е интересно да споделя, че след като децата ни свикнаха с мисълта, че им е позволено да правят каквото си поискат, докато са с гумени ботуши, беше съвсем лесно да ги убедим да не джапат по локвите, когато са с обикновени обувки.

■ Добра пералня

Така че да не е проблем да се пере често. Така че веднъж завинаги да си избием от главата мисълта, че децата трябва да си пазят дрехите чисти. Така че да могат с пълни сили да се отдадат на малките удоволствия на живота – прах, дъжд, кал и локви.

Предмети, които се оказаха съвършено излишни:

■ Специална възглавничка, която не позволява на бебето да се обръща, докато спи

Пълно безумие. В началото бебето и да иска, не може да се обърне. А когато вече е в състояние да го прави, нищо не може да го спре да се обърне, ако така е решило. Обикновено няма и нужда.

■ Специална закривена лъжичка, която позволява на детето само да поднася храната към устата си, без да трябва да си криви китката

Звучи чудесно, но работи само за деца десняци. А всички деца си служат еднакво често и еднакво добре (респективно зле) и с двете си ръце поне до 5–6-годишна възраст. За сметка на това лъжичката се оказва страшно удобна за хранещ възрастен, но само ако той е левак.

■ Килимче с активности

И двете бебета бягаха от него като дявол от тамян, това беше частта от пода, към която те никога не се приближиха. Единственото нещо, за което би могло да послужи това килимче, е да се постеле на място, до което не искаме децата да припарват. Тези горните ги имахме (в случай че някой проявява интерес, в момента се продават много изгодно). Следващите си ги спестихме поначало:

■ Кошара и проходилка

Човешките, пък и повечето други същества се научават да ходят сами. За да стигат там, където искат да отидат. В този смисъл и кошарата, и проходилката са предмети, крайно противоестествени.

■ Стерилизатори

Както и уреди за затопляне на храна и един куп други подобни, които без никакъв проблем могат да бъдат заменени от един котлон и една тенджерка.

■ Биберони за пиене, както и всякакви специални чашки за бебета и малки деца Абсолютно излишно удоволствие, особено за кърмени бебета. Няма никакъв смисъл детето да бъде учено да пие от биберон, сламка или друго някакво специално отворстие само за да се налага после да бъде отучвано от тях. Бебетата свикват да пият от обикновена чаша в рамките на дни. Единственият проблем тук е, че е трудно към невъзможно да се намери бебешко шише (за да може да се носи вода навън в нещо, което е от „добра“ пластмаса), което да е без биберон или сламка или друго някакво специално отворстие.

■ Биберон залъгалка

Това твърдение е спорно, така че няма да задълбавам. Но все пак – ако на бебето нещо не му е наред, то плаче. И ще плаче, докато не бъде успокоено с конкретните действия, които са му необходими в момента. Това е логично и нормално и не ми се струва достатъчна причина да го пристрастявам към парче гума, което просто да му запушва устата.