

У подолі по-новому, або Сучасне слінгоносіння

Про книгу

Це книжка для молодих батьків, які тільки-но починають свій шлях до щасливого батьківства. Слінгоносіння має безліч переваг — як для малюка, так і для його батьків. Пропонована книжка розкаже про основи слінгоносіння, безпечне та зручне застосування різних видів слінгів.

Юлія Гординська



*У подолі по-новому,
або
Сучасне слінгоносіння*

Юлія Гординська

*У подолі по-новому,
або
Сучасне
слінгоносіння*



Київ
НАПУ
2017

УДК 649-053.3*Слінг
Г78

Публікація даної книжки або її фрагментів, використання в будь-якій друкованій чи електронній формі без письмового дозволу правовласника вважається протиправним та переслідується відповідно до закону.

Видавництво та автор не несуть відповідальності за будь-які негаразди, що сталися при використанні методів і засобів, згаданих у книжці. Якщо ви не впевнені у виборі слінгу, намотки та ін. — зверніться до слінгоконсультанта.

Фото: **Світлана Симоненко**, «Майстерня сімейної фотографії Claire Art».

За підтримки ГО «Всеукраїнська асоціація слінгоносіння».

Гординська Ю.

Г78 У подолі по-новому, або Сучасне слінгоносіння. —
К. : НАІРІ, 2017. — 80 с.
ISBN 978-617-7314-24-9

Це книжка для молодих батьків, які тільки-но починають свій шлях до щасливого батьківства. Слінгоносіння має безліч переваг — як для маляка, так і для його батьків. Пропонована книжка розкаже про основи слінгоносіння, безпечне та зручне застосування різних видів слінгів.

УДК 649-053.3*Слінг

Зміст

Мама і малюк	5
Новий етап життя	5
Подвійна радість	13
Слінг — це спільна мандрівка	15
Слінг — це безпека в людних місцях	15
Слінг допомагає бути щасливим	16
Слінг — це виходжування недоношених діток	16
Слінг — це допомога для батьків з особливими потребами	22
Слінг і діти з особливими потребами	23
Слінг — це допомога прийомним батькам	23
Привчиш до рук — в армію нести доведеться. Чи ні? ..	24
Слінг і психологічний стан мами	26
Положення малюка в слінгу	29
Варіант «Горизонтально», або «Колиска»	31
Варіант «Вертикально»	32
На напівбоці	34
На боці	34
За спиною	35
Види слінгів та їх особливості	37
Трикотажний слінг-шарф	37
Тканий слінг-шарф	39
Слінг з кільцями	46
Май-слінг (Мей-тай)	51
Ергономічний рюкзак (ерго-рюкзак)	54
Догляд за слінгами	58
Техніка безпеки	59

Слінгоносіння як стиль життя	62
Особливості слінгоносіння влітку	62
Особливості слінгоносіння в холодну пору року ...	64
Відмова маляка від слінгу	69
Зручне слінгоносіння	71
Слінгоносіння під час вагітності	72
Слінг під час пологів	74
Підв'язування живота після пологів	74
Слінг і грудне вигодовування	75
Слінгоспільнота	76
Висновок	78
Література	79

Мама і малюк

Новий етап життя

Слінгоносіння має безліч переваг — як для малюка, так і для його батьків.

Слінгоносіння — це не новинка, яку було винайдено нещодавно, і не модне віяння. Люди з різних частин світу носили малюків на собі. Вони використовували тканину різної форми: квадратну, прямокутну, зі шлейками тощо. І давали їй різні назви: у Мексиці — ребозо, в Африці — канга, капулана, саронг, ламба, кікой, у Японії — онбухімо, у північних народів — амауті, у Китаї — мей тай тощо. Зображення малюка в тканині на мамі зустрічається на барельєфі в гробниці Хоремхеба, Єгипет, на фресках Джотто ді Бондоне, на полотнах Пеллегріно Тібальді та Андреа Ансальдо.

Одна з причин відходження слінгоносіння на другий план — створення у 1840 році дитячого візочка для англійської королеви Вікторії (тобто візочку трохи більше 150 років). Мода на візочки почала активно поширюватися, адже жінкам захотілося бути «не гірше, ніж королева». Приблизно тоді ж з'явилася мода на окремі ліжечка та окремі спальні для малюків, що стали символом висо-

кого добробуту сім'ї. Слінгоносіння в цивілізованих країнах було практично забуте і залишилося тільки в глибинках у різних племен, які ведуть наближений до природного спосіб життя.

Однак у другій половині ХХ століття було проведено низку досліджень, які показали, що за рівнем психічного і фізичного розвитку діти, яких мами носять на собі в перші роки життя, обганяють своїх ровесників, яких не носять. Малюк пізнає світ, бачачи те, що бачить матір, постійно чуючи її голос, бере участь у її житті, засинає і прокидається разом з нею. Завдяки близькості до мами малюк більш спокійний і отримує багатий матеріал для розвитку всіх органів чуття, що приводить до прискорення темпів психічного та фізичного розвитку. Результатом цих досліджень став початок відродження культури слінгоносіння в цивілізованих країнах.

*Перш ніж
примотувати малюка,
потренуйтеся
використовувати слінг
з лялькою,
плюшевим ведмедиком
або невеличкою
подушкою*

Після вивчення різних традиційних слінгів, їхніх особливостей, переваг та недоліків було винайдено сучасні слінги: слінг-шарф та слінг з кільцями, а згодом й інші види слінгів. Слінг з кільцями, слінг-шарф, май-слінг та ерго-рюкзак, які популярні сьогодні в Україні, є варіантами цих етнічних слінгів.

Слінги дають можливість розмістити дитину так само, як і на руках батьків, замінюючи тканиною руки дорослого. Дитина в слінгу має перебувати в природному для неї положенні. Детально положення малюка ми розглянемо дещо пізніше.



Коли народжується маленька людина, вона є цілком беззахисною. Вона схожа на маленького «інопланетянина». Для неї тут все по іншому. Перебуваючи в маминому тілі, малюк отримує кисень та поживні речовини через пуповину, а після народження йому потрібно дихати, смоктати молоко, зводити до великої кількості світла і шумів. Для немовляти світ перевернувся з ніг на голову, і йому треба зводити до нових умов. Єдине, що залишається незмінним, — тепло мами: її запах, серцебиття, ритм дихання. Це той острів у величезному світі, який може захистити й заспокоїти. Це інстинкт, який природа вклала в

*Дитину неможливо
зіпсувати, відповідаючи
на її потреби*

дитину для виживання. Дитина «знає», що вона цілком безпорадна перед хижакми та негодою. Вона не зможе ані дати відсіч, ані

втекти, ані заховатися. Сучасна дитина не знає, що вона в безпеці у власному домі; сила інстинктів у неї неймовірна, і вони працюють на всі 100%. І коли малюк хоче на ручки — це не означає, що він розпечений, це не його примха і не вередування. Це його потреба, така сама, як і потреба в їжі та сні.

Крім того, малюк не знає жодного предмета, що його оточує. Для нього все нове та незвідане. І він знайомиться зі світом через дорослого, через зчитування його настрою. Мама спокійна — значить, усе гаразд.

У цій книжці ми часто згадуємо, що носить дитину мама, оскільки, як правило, найбільшу кількість часу з малюком проводить саме вона. Та насправді носити малюка можуть усі, хто контактує з ним: тато, бабусі та дідусі, дорослі брати і сестри, няні. Тому всі наведені тут рекомендації для мам, які найбільше часу проводять з малюком, актуальні і для інших членів родини.

Кінець
безкоштовного
уривку.
Щоби
читати

далі,
придбайте,
будь
ласка,
повну
версію
КНИГИ.

ridmi
ТВІЙ УЛЮБЛЕНИЙ КНИЖКОВИЙ

КУПИТИ