

Как же быть настоящей женщиной?

Быть настоящей женщиной непросто. Она должна быть и профессионалом, и мамой, и женой, и хозяйкой, и любовницей, и подругой, и красавицей одновременно. Далеко не у всех женщин получается соответствовать идеалу. Но необходимо стремиться к совершенству.

Прежде всего, нужно **желание**, без него ничего не выйдет. Если вечером вы думаете, что сегодня не успели позаниматься ребенком, вместо вкусного блюда опять приготовили макароны, а утром забыли сделать зарядку и решили все сделать завтра, то ничего не получится. Вы должны очень захотеть быть совершенной женщиной. И не просто захотеть, но и претворить желание в жизнь. А не то, будете обречены на вечные «завтра».

Далее придется составить **план**, тщательно его обдумать и приступить к исполнению прямо сегодня. Необходимо расписать все дела, которые вы решили сделать, выбрать самые важные и второстепенные, повседневные и те, которые надо делать раз в месяц. И все дела надо вписать в свой график.

Нужно также правильно рассчитать свое **время**. Определите, сколько времени вам потребуется на выполнение той или иной работы. И постоянно напоминайте себе об этом, если увлеклись уборкой или чтением книги. Иначе у вас не останется времени на другое важное дело. Не обязательно час отдавать уборке, и три часа – занятию с ребенком, за полчаса, не отвлекаясь на другие дела, можно сделать очень многое.

Не стоит сразу исправлять все сферы своей жизни. Начните, например, с приготовления вкусного и быстрого завтрака. Завтра – повторите, уделите этому неделю, а когда будете делать это автоматически, приступайте к следующему пункту плана.

Приготовление пищи занимает у нас много времени, и хотя эту работу мы не можем отменить, можно существенно облегчить труд. Выпишите себе рецепты вкусных, но быстрых блюд. Поверьте, таких очень много. А в выходные можно и подольше задержаться на кухне, сделать что-нибудь вкусное, заготовить впрок. Например, нарезать овощи, слепить пельмени, а затем все это заморозить и использовать в

течение недели.

Что касается уборки, есть простое правило: надо просто поддерживать чистоту и порядок. Не оставлять на завтра, а понемногу делать каждый день. Ежедневно мыть посуду, а не вспоминать об этом только тогда, когда уже нет чистой тарелки. Одежду аккуратно складывать и вешать. Каждый раз, переходя из комнаты в комнату, захватите вещь, лежащую не на своем месте.

Кстати, это очень важно – привлекайте мужа и детей к уборке. У всех должны быть свои обязанности. Например, муж пылесосит, ребенок вытирает пыль, убирает за собой игрушки. Ребенка с раннего возраста привлекайте к домашней работе в форме игры. Это, между прочим, способствует раннему развитию. Тем более, чем меньше малыш, тем больше ему нравится взрослая работа, а чем он старше, тем меньше он хочет вам помочь.

Большую часть жизни мы проводим на работе, это неизбежно. Но мы продолжаем и дома думать о рабочих делах, забывая о домашних обязанностях и пытаюсь доделать что-то, не законченное в офисе. Но правильнее делать так: пришли домой, сняли деловой костюм – и забыли о работе. Старайтесь доводить дела до конца на работе. Умейте переключаться.

И конечно, не забывайте уделять время себе любимой. Малышу нужна здоровая мама, а мужу – красивая жена. 15-20 минут в день вы должны выделить для себя. Утром – зарядка, вечером – маска для лица, ванночка для рук.

Помните про деток. Обязательно отведите время для занятий с ребенком. Сегодня, например, вы занимаетесь чтением, а завтра – аппликацией. Ну, и конечно, не забывайте про супруга, делитесь мыслями, переживаниями, рассказывайте друг другу, как прошел день, поддерживайте друг друга. Старайтесь не отказываться от секса, даже если очень устали: аппетит приходит во время еды.

А главное, не забывайте улыбаться!

Как же быть настоящей женщиной

Автор: admin

01.04.2011 16:49 - Обновлено 29.10.2014 10:31

Автор - Татьяна Будзировская

[Источник](#)