

پدر بودن ... آسان است!؟

وقتش رسیده، نوزاد شما به دنیا آمده است. این معجزه عجیب شگفت انگیز است و زندگی شما را تغییر خواهد داد.

پدر و مادر هر دو به مقداری زمان نیاز دارند تا به وضعیت جدید عادت کنند. همانطور که می دانید شاید تا الان با هم به این فکر کرده باشید که به دنیا آمدن بچه برای شما و زندگیتان چه اهمیتی دارد.

آیا این اولین بار است که پدر می شوید؟ پس ممکن است راجع به این مسائل فکر کنید: آیا باید پول بیشتری در بیاورم؟ آیا می توانم با کودکم رابطه برقرار کنم؟ چگونه می توانم از مادر بچه پشتیبانی کنم؟ آیا دوباره روزی برای خودم وقت خواهم داشت؟

جامعه ما مرتب در حال تغییر است. امروزه خانواده ها بسیار متفاوتند: یک والد، دو والد، خانواده های چند تکه. نقش پدر نیز در حال تغییر است. پدرها زمان بیشتری را با بچه های خود می گذرانند و نقش فعالی در بزرگ کردن آنها دارند. به همسر خود نشان دهید که نمی خواهید فقط تماشاچی باشید. شما هم می توانید از بچه تان مراقبت کنید - بچه به شما هم به اندازه مادرش نیاز دارد!

ممکن است متوجه شوید که هنگام رسیدگی به بچه و مراقبت از او بعضی کارها را مثل مادرش انجام نمی دهید. این اشکالی ندارد. مهم است که محبت آمیز و مسئولانه با بچه رفتار کنید (به بخش جلوگیری از اتفاق در این پوشه مراجعه کنید). همچنین بهتر است کاملاً مشخص شود کدام یک از والدین در چه زمانی مسئول انجام چه کاری برای بچه است.

اگر به مشاوره یا پشتیبانی نیاز داشتید، مشاوران راهنمای خانواده با کمال میل در خدمت شما خواهند بود. به بخش "نشانی ها" در این پوشه مراجعه کنید تا مطلع شوید کدام دفتر مشاوره به شما نزدیکتر است.

تماس زیاد با شما به عنوان پدر رابطه پدر و فرزندی را تقویت می کند و به بچه کمک می کند تعامل با افراد مختلف را یاد بگیرد. بدین ترتیب، رابطه دوطرفه بین مادر و فرزند به رابطه ای تبدیل می شود که مادر، پدر و بچه را به طور یکسان در بر می گیرد. و این برای بچه شما خوب است.

به عنوان پدر، می توانید:

- در کار خانه و نگهداری از نوزاد کمک کنید.
- تا حد امکان کارهای معمولی مربوط به خوابیدن بچه را انجام دهید، تا به بچه نزدیک شوید.
- در طول شب هم به مادر پیشنهاد کمک دهید.
- اگر بچه با شیشه شیر می خورد، خودتان به او شیر بدهید و از نگاه کردن به چشمان بچه لذت ببرید.



از پدر بودن لذت ببرید و حوصله داشته باشید. یادتان باشد: کار نیکی کردن از پر کردن است. اگر چیزی از اول طبق برنامه پیش نرفت ناامید نشوید. مثلاً، این کاملاً عادی است که وقتی شخصی که بچه زمان بیشتری را با او می گذراند در کنارش باشد بچه زودتر آرام می شود. اما بچه ها تنوع را دوست دارند، زیرا اینطور دنیا را کشف می کنند.

پدر بهترین همبازی، محافظ، و رقیب است و بدین ترتیب رشد اعتماد به نفس بچه را افزایش می دهد.

اگر به عنوان پدر و مادر با هم همکاری کنید، باعث ایجاد آسایش می شود. هر یک از شما برای خودش وقت دارد و می تواند به نیازهای خودش هم برسد.

- کاری نکنید که به مادر زیاد فشار بیاید، همین طور به پدر.
- از ابتدا برای شناختن بچه و نیازهایش تلاش کنید، تا به تدریج در رسیدگی به بچه مطمئن تر و مجرب تر شوید.

پدرها هم مستحق مرخصی پدر شدن و مزایای آن هستند! اگر درباره حق اولاد (Elterngeld) سوالی دارید، می توانید از دفتر مرکزی خدمات اجتماعی (Landesamt für soziale Dienste Schleswig-Holstein) بیرونی (Außenstelle Kiel) بپرسید.

تماس:

Landesamt für soziale Dienste
Schleswig-Holstein
Außenstelle Kiel
Gartenstraße 7
24103 Kiel

تلفن: +۴۹ ۹۸۲۷-۰۰۴۳۱

به عنوان مادر، می توانید:

- به پدر بچه اعتماد کنید.
- پدر را در مراقبت و تغذیه بچه تا حد امکان مشارکت دهید.
- اگر پدر کارها را مثل شما انجام نمی دهد قبول کنید.