



Compartilhe os serviços da casa e a criação dos filhos

**O sorriso da mãe aumenta a satisfação do pai,
e também a segurança em cuidar do filho**

A chave para a harmonia no lar é o sorriso da mãe

Fale em palavras

O pai está pensando “Eu não sei o que fazer” muito mais do que você imagina. Você não expressa e nem muda nada se ficar pensando “Quero que ele adivinhe as coisas”. Detalhadamente diga “quero que faça” ou “não quero que faça”, o importante é dizer em palavras os seus “sentimentos”.

Expresse gratidão

Diga palavras de gratidão e reconhecimento para cada esforço que o pai fizer. Mesmo que ele esteja errado, não culpe ele dizendo “Não é assim” ou “Era melhor eu ter feito”. Diga “Ainda bem que você está aqui” ou “Obrigada por ter feito tal coisa”, assim a vontade de fazer do pai aumenta.

Compartilhe as funções do serviço da casa

Não é procrastinação nenhuma da parte da mãe querer compartilhar os serviços da casa e a criação do filho com o pai. Não fique pensando “Eu que preciso me esforçar” ou “É a mãe que tem que fazer”, peça para ele fazer cada dia mais. É um impacto positivo para a criança o pai desempenhar um papel ativo dentro de casa.

Opinião das mães

Desestressem juntos

Colaborem para cada um ter um momento seu. Descansando e ficando mais calmo, fica mais fácil e legal cuidar das crianças

❁ Depois do parto o meu marido só ficava jogando vídeo game do meu lado mesmo que o bebê estivesse só chorando, depois ele começou a pegar o bebê no colo e trocar as fraldas e eu comecei a agradecer dizendo “me ajudou muito” e “eu estava super cansada, obrigada”, depois de 1 mês ele me disse “é cansativo cuidar do bebê diariamente né?” e ali eu vi que ele havia reconhecido o meu esforço, fiquei muito feliz.

❁ Fico com o bebê chorando e carregando ele no colo o dia inteiro. Pensei que havia chego no meu limite e falei para o meu marido voltar logo para a casa, inesperadamente ele veio sem reclamar e ainda me ajudou com as tarefas da casa. Eu deveria ter falado logo. Percebi que nem deveria ter me esforçado tanto sozinha.



**O modo de compartilhamento das tarefas depende de cada família.
Tente conversar sempre para criar um jeito que dê para a família curtir
a criação dos filhos.**



Compartilhe os serviços da casa e a criação dos filhos

**A compaixão do pai que faz nascer o sorriso da mãe,
e a relação com o pai que faz enriquecer o crescimento do filho
A chave para a felicidade é a compaixão do pai**

Fale com a mãe e escute-a

A mãe está cheia de preocupações criando o filho, mas só de ser ouvida já ajuda muito. Escute-a com interesse sobre o que aconteceu durante o dia dela.

A mãe se acalma só de escutar “Você se esforçou bastante”, “Você fez muito bem” ou até mesmo “Foi difícil né”.

Cuide de suas tarefas você mesmo

A mãe está muito ocupada com as atividades do filho. Preparar a comida ou lavar a roupa, faça o que você puder fazer por você. Vendo a figura do pai se esforçando dentro de casa a criança começa a gostar mais ainda do pai.

Não é “ajudar” é “compartilhar”

Os serviços da casa e os cuidados com o filho é feito em colaboração dos pais. Compartilhando os serviços difíceis entre os companheiros, o vínculo entre os dois fica mais forte. O contato físico e a comunicação com o filho influencia positivamente a criação do mesmo.

Opinião dos pais

Desestressem juntos

Colaborem para cada um ter um momento seu. Descansando e ficando mais calmo, fica mais fácil e legal cuidar das crianças

✿ Antes a ficha ainda não tinha caído, mas depois que eu comecei a cuidar do meu filho, eu tive consciência que tinha virado pai. O equilíbrio entre o serviço foi difícil, mas após passar pelas dificuldades juntos, a união ficou mais forte com a minha esposa e eu tive mais confiança para me relacionar com o meu filho.

✿ Eu acho que o vínculo com a minha esposa se fortaleceu depois de compartilhar as dificuldades da criação do filho. Os cuidados com ele no dia-a-dia foram difíceis, mas estar presente nos momentos de crescimento dele foi uma grande alegria para mim.



**O modo de compartilhamento das tarefas depende de cada família.
Tente conversar sempre para criar um jeito que dê para a família curtir
a criação dos filhos.**