

# Suggerimenti per neo-genitori

Dare consigli a dei neogenitori può sembrare pretenzioso. Ogni famiglia è un mondo a sè con spazi e regole, talvolta, non dette. I consigli che troverai sono pertanto degli spunti su cui riflettere.

**1** Fate in modo che non sia uno solo dei due a occuparsi del bambino, a meno che non sia proprio inevitabile.

Cercate di trascorrere entrambi del tempo da soli con vostro figlio.

**2**

**3** Diventate entrambi competenti e sicuri con lui, imparate ed apprezzate le diverse abilità di ognuno – vostro figlio lo farà.

Mamme: ogni tanto mettetevi al primo posto (papà, permettete loro di farlo). Le mamme che trasformano il figlio nell'unica cosa importante della loro vita trascurando tutto il resto rischiano molto di deprimersi.

**4**

**5** Papà: fate di tutto per ottenere orari flessibili al lavoro, anche solo per avere qualche ora in più con vostro figlio.

Parlate e ascoltate. Non prendetevi semplicemente il ruolo che credete vostro - cercate piuttosto di scoprire se il vostro partner è d'accordo e cosa significhi per lui/lei questa scelta. Si sente sfruttato o messo da parte? Se ne parlate, le cose sembreranno più eque a entrambi e sarete più amorevoli e meno stressati – cosa che gioverà anche alla vostra vita sessuale.

**6**



**7** Prendetevi del tempo per l'altro e fate le cose che facevate prima dell'arrivo del bambino. Un rapporto di coppia felice significa figli più felici.

Non sentitevi in colpa se lavorate – nella storia del genere umano, mamme e papà hanno sempre dovuto lavorare. Cercate di organizzarvi in modo che a turno uno dei due stia con il bambino, il più a lungo possibile.

**8**

**9** Ognuno di voi si offra di fare le cose di casa che l'altro detesta. Se potete permettervelo, assumete qualcuno che vi dia una mano.