

# هل أنجبتني طفلك الأول مؤخرًا؟ قومي بهذه الأعمال!

قد يكون من الصعب التعامل مع الطفل الأول بسبب قلّة الخبرة، وبسبب تعدد آراء الأشخاص حولنا. لذلك حاولنا ان نجد لك أفضل النصائح التي قدمتها الأمهات التي أنجبنا طفلهن الأول، لنسهل لك التعامل مع الطفل الحديث الولادة.

- اسمحي للأخصائيين في المستشفى في تعليمك كيفية مساعدة وجفح طفلك للرضاعة، اذ ان ذلك المر قد يكون صعباً في بادء الأمر.
- ارسلي رسائل شكر الى كل من وقف بجانبك خلال رحلة الحمل، خاصة الأشخاص الذين هنأوكي قبل مجيئ طفلك وحتى بعد ذلك. يمكنك ان تأخذي صوراً للهدايا، التي حصلتي عليها، عند الاستخدام وارسالها للمهنيين مع رسالة شكر صغيرة.
- ضعي ملصقات تحدد استخدامات كل غرض من أغراض طفلك.
- كوني دائماً حاضرة! ضعي بعض الثياب والحفاضات وحاجيات أخرى لطفلك في السيارة، لتفادي الارتباك عند الحالات الطارئة.
- لا تترددي في شراء حمالة الأطفال التي تساعدك في القيام بأعمال أخرى كالتسوّق بينما تحملين ابنك معك.
- اجعلي بيتك مكاناً آمناً لطفلك اذ انك ستجدينه يدبذب على الأرض او يمشي أسرع مما تصوّرتي. سيّجي السلام وتأكدي من أن أدرج المطبخ مغلقة باحكام، بحيث لا يمكن لطفلك فتحها!