



Agora somos três



Preparando o casal para a chegada do bebê

LEIAM ANTES DE COMEÇAR:

Essas perguntas são meras sugestões de tópicos de conversa para pais durante a gravidez (ou até antes de engravidar!) Várias dessas perguntas ainda são relevantes para discutirem mesmo se o seu filho já nasceu! A intenção é criar o hábito de conversar em casal a respeito da criação dos filhos e estabelecer uma verdadeira parceria entre a esposa e o marido. Não existe apenas uma resposta certa para essas perguntas. Explore opções diferentes, façam pesquisas, orem a respeito, conversem e busquem conselhos de pessoas confiáveis e transparentes.

REGRAS DO JOGO:

Não vale falar para o seu cônjuge que a resposta delê(a) está errada. Escute a opinião do outro, reflita e esteja aberto(a) à conversa que surgir. Se não conseguirem entrar em acordo, deixe o assunto de lado e voltem a essa pergunta outro dia/semãna/mês. Não precisa seguir a ordem! Só foi dividido por semanas para facilitar, mas nada impede de ir fora de ordem!

- Semana 8:** Vão querer descobrir o sexo do bebê? Existem expectativas/preferências em relação ao sexo? Querem fazer um chá de revelação? Quem vai saber do segredo antes de todo mundo?
- Semana 9:** Na escolha do nome, vocês querem envolver familiares e amigos? Querem abrir para opiniões ou preferem divulgar a escolha só quando tiverem decidido? Qual será o sobrenome do bebê?
- Semana 10:** Vão fazer chá de fraldas? Qual o orçamento previsto para isso?
- Semana 11:** Quais são as suas opiniões/preferências/expectativas em relação ao parto?
- Semana 12:** Querem fazer algum curso de preparo para a chegada do bebê? Se sim, quais são alguns que te interessam?
- Semana 13:** Amamentação ou fórmula? Os dois? Se quiser amamentar, até quando? Quais são as suas opiniões sobre amamentação em público?
- Semana 14:** Querem criar o seu filho na igreja? Em qual igreja? Vão batizar? Vão fazer dedicação? Se forem batizar, quem serão os padrinhos?
- Semana 15:** Quais das suas qualidades vão te ajudar nessa nova fase? Quais aspectos da sua personalidade você acha que precisará trabalhar? Na sua opinião, qual será a parte mais difícil de criar filhos?
- Semana 16:** A mãe ou o pai vão parar de trabalhar depois da licença maternidade/paternidade? Vão colocar em creche/escolhinha? Vão deixar com avós/familiares? Quais são as expectativas de cada um?

- Semana 17:** Qual vai ser o papel da mãe e o papel do pai nas madrugadas?
- Semana 18:** Como vão lidar com os palpites/opiniões/ajudas indesejadas de familiares e amigos?
- Semana 19:** Quais são as suas opiniões em relação a doces/refrigerantes para a criança? Quais os limites que querem impor?
- Semana 20:** Cada um pense na sua família de origem. Quais são os aspectos da sua família de origem que querem reproduzir e quais vocês querem mudar? (Cada um fala da SUA família! Não vale responder essa pergunta sobre a família do outro!)
- Semana 21:** Como vocês imaginam que vá ser a decoração do quarto? E as roupas, carrinho, bebe conforto? Vão aceitar empréstimo ou querem tudo novinho? Qual a expectativa e o orçamento para isso?
- Semana 22:** Quão rígidos vocês querem ser com a rotina do bebê? Querem tentar estabelecer uma rotina desde quando? Acham melhor não ficarem presos a uma rotina?
- Semana 23:** Como querem fazer a introdução alimentar da criança? Papinhas? BLW? Papinhas caseiras ou compradas? Quem vai fazer as papinhas? Com quantos meses querem começar?
- Semana 24:** Como imaginam que vão lidar com disciplina? Castigos? Disciplina positiva? O que cada um acha "certo" ou "errado"?
- Semana 25:** Quem vai dar o primeiro banho no bebê em casa?
- Semana 26:** Quais são as suas opiniões em relação a dar tablets e/ou celular para criança/bebê? E em relação a tempo assistindo televisão? Quais são os limites que imaginam que vão estabelecer?
- Semana 27:** Como que você imagina que ter um bebê vai mudar a sua vida? Como que a rotina de cada um de vocês vai mudar? Quais atividades vocês acham que vão ter que abrir mão, e quais vocês querem manter como prioridade?
- Semana 28:** Se alguma coisa acontecer com vocês dois, quem vocês gostariam que criassem os seus filhos?
- Semana 29:** Não querer receber visitas no hospital? Quem vai poder estar na sala do parto? Visitas em casa serão liberadas ou vão pedir para que esperem até vocês estarem prontos para recebê-las?
- Semana 30:** Qual é uma atividade "extra" que cada um gostaria de manter? Ex: academia, jantar com amigas, futebol, salão, etc... Como vocês podem organizar os seus horários para que cada cônjuge tenha tempo para fazer ao menos uma coisa que ele/ela queira fazer.
- Semana 31:** Qual um aspecto que gostariam de priorizar na rotina da família? Ex: almoçarem juntos, domingo em família, rotina noturna com historinhas, etc...
- Semana 32:** Como vão escolher o pediatra? Por indicação ou vão visitar alguns antes do bebe nascer?
- Semana 33:** Com quanto tempo querem sair de casa com o bebê? Quais são as expectativas de cada um?
- Semana 34:** Como vão lidar quando o pediatra de vocês falar uma coisa, e os conselhos/palpites de familiares ou amigos forem contrários?
- Semana 35:** Como vão lidar com o cuidado do bebê em relação a doenças e possíveis contaminações? Por exemplo, vocês vão querer que todos lavem a mão/passem álcool em gel nas mãos antes de pegar o bebê? Querem pedir para as pessoas não pegarem/beijarem as mãos/rosto do seu bebê, ou acham isso excesso de preocupação? O casal está em acordo?

Semana 36: Como vão fazer a transição do hospital para a vida diária? A mãe/sogra vai dormir na sua casa? Vocês vão para a casa de algum familiar? Por quanto tempo? O casal vai se virar sozinho em casa? Vão aceitar ajuda durante o dia mas à noite não?

Semana 37: Quais são as suas opiniões em relação ao uso da chupeta? Se escolherem usá-la, até que idade acham que querem deixar?

Semana 38: Conversem em casal e identifiquem uma família que vocês admiram a maneira que criam/criaram os filhos. Pergunte para eles se estariam dispostos a conversar com vocês um dia. Se reúnam com eles, façam perguntas, estejam abertos a aprendizados que eles possam te passar.

Semana 39: Quais são algumas tradições familiares que vocês querem criar com os seus filhos?

Semana 40: Quais são algumas coisas que vocês podem fazer para manter o casamento de vocês forte e saudável, mesmo em meio a noites mal-dormidas e todas as demandas de um bebê?

ALGUMAS RESSALVAS:

É claro que a teoria e a prática são coisas completamente diferentes. A intenção dessas perguntas é ajudar o casal a criar o hábito de discutir assuntos relacionados à criação de filhos, e **COMEÇAR** o processo de descobrir as expectativas e opiniões de cada um. Com certeza opiniões vão mudar, e decisões não vão ser tão simples quanto achavam quando o seu lindo bebê estava na barriga, mas não menospreze o valor dessas conversas, mesmo que elas sejam um tanto quanto hipotéticas e idealizadas.

Vocês como pais já estão começando a definir os valores e a cultura da sua família. Vocês estão escolhendo construir a sua família com intencionalidade, e isso não tem preço.

QUER APRENDER MAIS?

No episódio 9 do Podcast Projeto do Coração, eu faço uma entrevista com um casal que seguiu esse "roteiro" durante a sua primeira gravidez. Eles agora tem 2 filhos e na entrevista puderam refletir no valor que esse exercício teve para a família deles. Eles falam sobre como foi a diferença entre a teoria e a prática na família deles. Se quiser escutar, entre no site www.projetedocoracao.com e busque na aba de "Episódios". Nossos filhos infelizmente não vem com um manual de instrução, e todos nós precisamos de boas parcerias e principalmente da sabedoria de Deus.

"Se algum de vocês tem falta de sabedoria, peça-a a Deus, que a todos dá livremente,

de boa vontade; e lhe será concebida."



Tiago 1:5

