విజయవంతంగా తల్లిపాలు ఇవ్వటంలో తండ్రి పాత్ర

తండ్రి పాత్ర

- తల్లిపాలని విజయవంతంగా అందచేయటానికి పాలిచ్చే తల్లికి తన భర్త మరియు ఇతర కుటుంబ సభ్యుల నుంచి మద్దతు అవసరం.
- ఈ మద్దతు నిజమైనదిగా మరియు దానికి కట్టుబడి ఉండేదిగా ఉండాలి.
- తల్లిపాలు ఇవ్వటంలో తన భార్యకి మద్దతునివ్వటానికి భర్త ఉత్తమమైన వ్యక్తి.
- భర్త తన భార్యకి ఎన్నో ఆచరణాత్మకమైన విధానాల్లో సహాయపడగలడు మరియు ఈ కింది విషయాల ద్వారా తల్లిపాలు ఇవ్వటంలో ఆమె నిర్ణయం గురించి ఆమె చక్కగా భావించేలా చేయగలడు:
    - తన శిశువుకి కేవలము తల్లిపాలు ఇవ్వటం ద్వారా కమ్యూనిటీలో తల్లులకు ఆమె ఒక మంచి ఉదాహరణగా ఉంటుందని ఆమెకి తెలిసేలా చేయటం.
    - తల్లిపాలు గురించి అతను నేర్చుకోవటం.
    - శిశు సంరక్షణలో ఆమెకి సహాయపడాలి, అందువల్ల ఆమె విశ్రాంతి పొందుతుంది.
    - తన శిశువుని ఎత్తుకొని ఆడించటానికి అతను కొంత సమయం గడపటం.

గుర్తుంచుకోండి

• • •

- తల్లి గర్భధారణ మరియు ప్రసవ వేదనల శారీరక సమస్యల నుంచి కోలుకుంటోంది మరియు తన శరీరంలో హార్మోన్స్ మార్పుకి సర్దుకుంటోంది.
- చొరవ తీసుకోవటానికి తండ్రి ప్రతీ ప్రయత్నం చేయాలి మరియు ఇంటి బాధ్యతల్లో సహాయపడాలి.
- శిశువు ఎదుగుదలని పర్యవేక్షించటంలో అతను సహాయపడాలి మరియు కొత్తగా తల్లి అయిన ఆమె సరిగ్గా తిని, విశ్రాంతి తీసుకునేలా హామీవహించాలి.
- ఈ ప్రారంభపు సంవత్సరాల్లో తన శిశువుని పోషించటంలో మరియు అతని అవసరాల్ని తీర్చటంలో తండ్రి చురుకుగా ఉంటే తన శిశువు భవిష్యత్తు ఎదుగుదల మరియు అభివృద్ధిపై అనుకూలమైన ప్రభావాన్ని కలిగ జేయగలడు మరియు బలమైన కుటుంబపు బంధాన్ని పెంపొందప చేయగలుగుతాడు.

- తన పెద్ద పిల్లలపై శ్రద్ధ చూపించటంలో అదనపు సమయాన్ని ఇవ్వటం ద్వారా ఆమెకి సహాయపడటం.
- ఒక తల్లిగా ఆమె పనిని ప్రశంశించటం ద్వారా తన భాగస్వామికి చక్కటి భావాన్ని కలిగించటం.
- మీ భార్య తల్లిపాలు ఇవ్వాలని మీరు కోరుకుంటున్నారని ఆమెకు మరియు అతని బంధువులకు చెప్పటం మరియు మీ శిశువుకి తల్లిపాలే అత్యుత్తమమైన ఆహారమని మీకు తెలుసునని చెప్పాలి.

తండ్రి/భర్త నివారించవల్సినవి

- మీ శిశువుకి కావల్సినంత పాలు ఇచ్చే సామర్థ్యం తన భార్యకు ఉందా అని అతను సందేహపడకూడదు.
- ఇంటి బయట శిశువుకి పాలు ఇచ్చినప్పుడు అతను సిగ్గుపడకూడదు.
- అతనికి పొగ తాగే అలవాటు ఉంటే, తన శిశువు ఉన్న గదిలో పొగ తాగకూడదు.

అంగన్‌వాడి కార్యకర్త పాత్ర

- ఆమె భర్త, అత్తమామలకు కౌన్సిలింగ్ చేయటం ద్వారా తల్లిపాల గురించి ఒక అనుకూలమైన కుటుంబ వాతావరణాన్ని అంగన్‌వాడి కార్యకర్త ప్రోత్సహించి మరియు ఏర్పాటు చేయగలదు.
- తల్లిపాలు, ప్రత్యేకించి తల్లిపాలు మరియు తల్లిపాలపై మనో సాంఘిక అంశాల ప్రభావం ప్రాధాన్యతపై కౌన్సిల్ చేయాలి.
- అవసరమైనప్పుడల్లా పాలిచ్చే తల్లులకు సహాయం అందచేయాలి.
- తన భాగస్వామి మరియు తన బిడ్డల పట్ల నిర్వహించవలసిన కొత్త బాధ్యతల గురించి తండ్రి తెలుసుకునేలా చేయాలి.