

Praca i dziecko - jak to pogodzić?

[Strona główna](#) » [Wychowanie](#) » Praca i dziecko - jak to pogodzić?

Powrót do pracy po urlopie macierzyńskim to dla wielu mam bardzo trudny czas. Czy wychowywanie dziecka da się połączyć z osobistym rozwojem?



Mimo że [powrót do pracy po urodzeniu dziecka](#) jest bardzo trudny, niesie za sobą wiele korzyści. Nie chodzi tu jedynie o dodatkowe pieniądze, ale również o możliwość osobistego rozwoju. Zanim wrócisz do pracy, zastanów się, kiedy będzie na to najlepszy moment. Ważne, żebyś była z maluszkiem przez pierwsze pół roku jego życia- wtedy najbardziej Cię potrzebuje. Sprawy techniczne związane z powrotem do pracy warto zaplanować z kilkumiesięcznym wyprzedzeniem. Jeżeli nie możesz liczyć na pomoc dziadków, daj sobie wystarczająco dużo czasu na znalezienie dobrej opiekunki. Poszukiwania najlepiej zacząć od rodziny. Być może wśród bliskich jest jakaś krewna czy ciocia, która miałaby chęć podjąć się takiego zadania? Kiedy już wybieriecie nianię, postarajcie się spędzić z nią trochę czasu, zanim powierzycie jej [pełną opiekę nad dzieckiem](#).

Skoro wracasz do pracy, dobrze byłoby sprawiedliwie podzielić się domowymi obowiązkami. Rozpiszcie z partnerem na kartce, co dokładnie trzeba zrobić w domu każdego dnia i określcie swoje zadania. Oprócz obowiązków warto pamiętać także o wspólnym spędzaniu czasu- wybierzcie dwa wieczory w tygodniu, które poświęcicie sobie i maluszkowi. Po powrocie do domu staraj się jak najmniej myśleć o pracy.

Być może uda Ci się porozumieć z szefem i w niektóre dni będziesz mogła pracować w domu? Nie musisz w tym czasie rezygnować z pomocy opiekunki czy babci, jednak sama Twoja obecność wiele da maluchowi.

Pamiętaj, że szczęśliwa mama to szczęśliwe dziecko. Nawet jeśli maluszek jest całym Twoim światem, nie zapominaj o priorytetach, o które dbałaś przed zajściem w ciążę. [To, że zostałam mamą](#) nie musi oznaczać, że nie masz już prawa do własnego życia czy rozwoju.

Zdjęcie: iStock

[Udostępnij](#) [Skomentuj](#)

Dlaczego warto rozważyć ciążę po 30 roku życia?

1/5 [≥](#)





**Milion
Kobiet.pl**