

www.detkityumen.ru

Малыш и папа

В вашей семье произошло долгожданное событие – родился ребенок. И вы с удивлением обнаруживаете, что ваш муж испытывает неоднозначные чувства к появившемуся сыну или дочке. Он редко подходит к малышу, задерживается на работе дольше обычного. Что же произошло? Ведь он так ждал этого ребенка...

Рождение ребенка - это серьезное испытание на прочность для молодой семьи. Из мужа и жены вы в одночасье превращаетесь в молодых родителей: маму и папу. Для женщины такое "превращение" происходит довольно естественно. Ведь последние девять месяцев она не просто ждала появления малыша, но и носила его в себе, он уже был частью ее жизни. А вот молодым отцам в этой ситуации сложнее. И только молодая мама сможет помочь супругу осознать себя в роли отца и привлечь его к уходу за малышом.

Кому это нужно?

Надо сказать, что общение с младенцем полезно папе не меньше, чем самому малышу. Ведь сегодняшний папа - это, как правило, городской житель, вовлеченный в суету и нервотрепку мегаполиса. Он постоянно находится в напряжении. Для него общение с малышом - счастливый шанс из вечно озабоченного своими проблемами человека превратиться хотя бы ненадолго в того маленького мальчика, каким он был в детстве. Можно хотя бы ненадолго перестать "держаться за лицо", забыть про солидность и деловитость, быть непосредственным, смешным, петь, кукарекать, дурачиться.

Когда малыш подрастет, важно учитывать пристрастия главы семьи, покупая, конструкторы и делая выбор между моделями космического корабля и гоночной машины. Он купит такие игрушки, о которых мечтал, когда сам был маленьким. Папа может теперь наиграться всласть со своим малышом и, таким образом, наверстать то, что, возможно, упустил когда-то.

Мужские дела

Но, конечно же, не только играми и забавами ограничивается общение отца с ребенком. Очень важно, чтобы мужчина помогал молодой маме в повседневных заботах о малыше.

В уходе за младенцем существует ряд занятий, в которых без участия мужчины трудно обойтись. Например, сильные папины руки незаменимы во время купания. Мужское хладнокровие прекрасно действует на малыша, который раскапризничался во время посещения врача. Папы куда спокойнее и смелее занимаются с малышами гимнастикой, ранним плаванием и массажем. Обеспечить безопасность малыша в доме - тоже мужское дело. Мужина, разбирающийся в технике и в разных конструкциях, может взять на себя труд выбирать и покупать такие вещи, как автокресло, радионяню, сложные игрушки, спортивный комплекс и т.д.

Как помочь папе стать ПАПКОЙ?

Если папа никогда не участвует в уходе за ребенком, как же он научится искусству нянчиться? Лучший учитель - практика. Вот как можно привлечь папу к процессу ухода за малышом и его воспитанием.

Показывайте и рассказывайте. Не надо поучать, как что делать, лучше все делать вместе, например, купать ребенка, менять пеленки, успокаивать. Ненавязчиво покажите мужу приемы, которые лучше всего действуют на вашего ребенка.

Распределите обязанности. Они могут стать своеобразными ритуалами. Например, вечернее купание и прогулки с коляской по выходным - папина обязанность. Или занятия гимнастикой и массаж. При купании ребенка отмечайте, что мужские руки сообщают малышу уверенность, он меньше капризничает. Когда папа сделал сыну или дочке массаж, заметьте, что вам это удастся хуже. После возвращения с прогулки обязательно поинтересуйтесь, как вел себя ребенок, скажите, что вам за освободившееся время многое удалось сделать.

Давайте поручения. Периодически устраивайте так, чтобы папа и ребенок оставались дома вдвоем. Находите веские предлоги, в результате папе нечего будет возразить. Поход к врачу или оформление документов - значительная причина для отсутствия. Когда малыш немного подрастет, скажите, что вы давно не были в парикмахерской. Вашему мужу будет приятно, что жена не забывает о своей внешности в хлопотах с малышом. Можно также сослаться на поход в тренажерный зал. Ненавязчиво надо дать понять мужу, что появившийся малыш не превратил вас в "наседку". Вам по-прежнему важно то, как вы выглядите, ваши отлучки из дома - это естественно, вы доверяете мужу, он в состоянии заменить маму, находясь с малышом час-другой.

Папа научится "управляться" с новорожденным, между ними возникнет и установится эмоциональный контакт. Только отлучайтесь из дома ненадолго и не забудьте покормить ребенка, на всякий случай сцедить молоко и рассказать (а лучше показать!) папе весь процесс кормления. Дайте папе четкие инструкции о том, как менять подгузник.

Расскажите, где лежат подгузники, продемонстрируйте, как их менять, объясните, как узнать, что это уже пора сделать. И, конечно же, оставьте телефон, по которому папа может связаться с вами в экстренном случае.

Будьте терпеливы. Не у всех пап сразу все получается. Поощряйте попытки мужа помочь вам, отмечайте успехи, и постепенно он привыкнет заботиться о ребенке, и если он и не станет полноценным помощником, то хотя бы сможет подменять вас в случае необходимости.

Не спешите бросаться на помощь. Ваш ребенок плачет, и папа берет его на руки. Но плач все не стихает. Отец подбрасывает кроху, поет песенку, но все бесполезно. Теперь вам хочется немедленно спасти своего ребенка от неумелого папочки. Не торопитесь.

Оставьте папе и ребенку шанс найти взаимопонимание. Если сцена действительно удручающая, подойдите, чтобы взять ребенка, но не высказывайте сомнений в папиных способностях. Может быть, малыш просто хочет кушать и папе нужно научиться понимать, когда пора объявить "кушать подано" и отдать кроху маме.

Это лишь некоторые из рекомендаций. В силах каждой женщины сменить некоторую растерянность и психологическую неподготовленность молодого папы на заботу, умноженную на гордость за свое чадо.

Папина позиция

Когда взрослый общается с маленьким, для него существует, как минимум, два пути: он может занять ответственную, опекающую позицию "родителя" или сам на время превратиться в "дитя". Наилучший вариант и для взрослого, и для малыша, если эти позиции гибко сменяют одна другую и не происходит длительного "застревания" на одной из них. Причем желательно, чтобы внутренний "родитель" был ласковый и понимающий, а не жесткий и догматичный, а непосредственное и радостное "дитя" не переходило бы границы, становясь капризным и распушенным, не подавало бы дурной пример тому настоящему ребенку, с которым играет взрослый человек.

Вы знаете своего спутника жизни. Поразмышляйте, в какой позиции он выступает чаще, какая для него привычней, а с какой ему еще предстоит освоиться. Что за тактику предпочесть: откровенно поговорить, обсудить все, внести свои предложения по улучшению внутрисемейных отношений или выстраивать ситуацию исподволь, потихоньку, шаг за шагом? Это зависит от характера вашего мужа, от стиля ваших взаимоотношений. Без сомнения, вы примете правильное решение и сможете воплотить его в жизнь.

Автор Ирина Виноградова, по материалам сайта [Мама и малыш](#)

Адрес на сайте «Детки!» www.detkityumen.ru/biblio/category135/psiholog/339/