

detkityumen.ru

3 причины не брать мужа на партнерские роды: мнение сексолога

Сегодня никого не удивишь партнерскими родами — многие пары решают быть в столь важный момент вместе. Всегда ли это оправдано?

В поисках плюсов присутствия мужа на родах нельзя забывать и о негативных последствиях, которые могут коснуться отношений между супругами, в том числе интимных.

Что нужно знать об обратной стороне совместных родов, рассказывает **Андрей Петрович Булах**, врач-сексолог, психотерапевт, вице-президент Профессионального объединения врачей-сексологов, автор и ведущий тренингов и курсов для мужчин и женщин, врачей и родителей.

Считается, что совместные роды сближают пару. Но во многом это зависит от того, какими отношения были до родов: если гармоничные, то возможно, что после родов пара еще больше сплотится. А если в отношениях и так были сложности, то после совместных родов проблемы могут усугубиться.

Партнерские роды — не лучший способ для восстановления или улучшения отношений.

С какими проблемами может столкнуться пара после партнерских родов

1. Чрезмерная опека со стороны мужа

Организм и психика женщины устроены так, чтобы она быстрее после родов забыла о негативных моментах, тогда как для мужчины все увиденное может быть сильным стрессом.

Некоторые мужчины неосознанно начинают избыточно опекать и контролировать женщину, не дают ей принимать самостоятельные решения, а это может вызывать непонимание и конфликты.

2. Внутреннее беспокойство и комплексы женщины

Некоторые женщины расстраиваются, что муж видел, как она вела себя в родах (особенно, если были негативные эмоции), что увидел «как есть», что у нее «там» все растянулось или были разрывы и так далее.

Это отрицательно сказывается на самооценке женщины.

И даже хорошее отношение мужа не всегда помогает преодолеть страхи.

3. Снижение сексуального влечения мужа к жене

Причиной становится не сам факт участия мужчины в родах, а его последствия:

- мужчина видит в женщине прежде всего мать ребенка, а не вызывающую сексуальное желание женщину;
- мужчина опасается причинить боль женщине (особенно, если были повреждения и сильная болезненность во время начала интимной жизни после родов);
- страх новой беременности (нет желания повторять такой опыт);
- смена ролей: супруги часто называют друг друга «папой» и «мамой», становятся друг другу «как родственники»;
- у некоторых мужчин желание блокируют негативные воспоминания, полученные, например, при виде крови или самого процесса родов.

К сожалению, женщины не всегда понимают причины снижения сексуальной активности мужчин и винят себя, особенно если их ожидания от участия мужа в родах не оправдались.

Женщине становится непонятным отношение супруга: он заботится, но избегает секса.

Что делать, чтобы партнерские роды не оставили психологическую травму

Вот несколько рекомендаций для того, чтобы партнерские роды прошли комфортно и успешно для всех участников, а главное, без негативных последствий для сексуальной жизни супругов.

- Залог успеха — добровольное взаимное согласие участвовать в партнерских родах, а точнее совместное желание.

Если есть даже небольшие сомнения со стороны одного из супругов, лучше не рисковать.

- Если мужчина очень впечатлительный или легко теряет контроль над собой, не стоит приглашать его на роды.
- Для того чтобы представлять, что ждет пару на родах, лучше заранее вместе пройти курс подготовки к родам, узнать и выполнить все условия роддома.
- Договоритесь заранее о таком моменте: если муж захочет выйти из родовой палаты на время или вообще отказаться от присутствия, он может это сделать в любой момент, а женщина не должна его упрекать, обижаться или искать причину такого поведения.
- Лучше договориться с врачом, чтобы тот предложил мужчине покинуть родовую палату, если заметит, что будущему отцу стало сложно там находиться (иногда мужчинам трудно решиться выйти из-за страха показаться слабым).
- Во время потуг мужчинам лучше выходить из родовой палаты.
- Если для женщины важно, чтобы рядом был близкий человек, а мужчина сомневается, идти или не идти на роды, то можно пригласить маму, сестру или подругу. Но важно, чтобы у них был положительный опыт

самостоятельных родов.

Фото: Shutterstock/VOSTOCK

<https://letidor.ru/psihologiya>

Адрес на сайте «Детки!» detkityumen.ru/biblio/category134/4236/