Счастье отцовства и материнства не манна небесная... Оно трудное и выстраданное - это счастье. оно приходит только к тем. кто не боится единообразного, многолетнего труда до самозабвения. Сложность этого труда состоит в том, что он представляет собой слияние разума и чувств, мудрости и любви, умении, наслаждаясь нынешним мгновением, тревожно заглядывать в будущее.

В.А. Сухомлинский

Идеальный папа - какой он?

Нежный? Внимательный? Заботливый? Любящий? Как дать качественную оценку понятию «папа», взвесить каждое действие отдельно от общего единого и неповторимого папы?

Для каждой семьи все индивидуально. Можно умиляться и восторгаться тем, что кто-то из пап каждый вечер заботливо купает малыша в ванночке, просыпается ночью и прислушивается к дыханию ребенка в кроватке, волнуясь, что оттуда давно не доносилось звуков; глажка бесчисленных распашонок и нежный поцелуй в макушку задремавшей от усталости и забот мамы... Перечислять можно бесконечно.

Быть папой - это состояние души, состояние длиною в жизнь.

Как правильно сформировать отцовскую позицию?

Для правильного формирования родительской позиции мужчине необходимо, прежде всего, любить свою жену, и это самое лучшее, что он может сделать для своего будущего ребенка. Однажды опытный детский психотерапевт, долгое время работавший с маленькими детьми, признался: «Как бы я хотел сказать всем мужчинам, жены которых ждут детей: Любите, будьте нежны, создайте ощущение радости, счастья своим женам - и ваши дети будут здоровыми, вы убережете себя от многих проблем, вы на долгие годы сохраните счастье и спокойствие в вашем доме». Ребенок – ваша часть, ваше продолжение, он связан с вами незримыми узами, которые никогда неразделимы.

Отцовство, обязанности отца

Отцом быть не просто. Женщина, став матерью, изменяется физически. Мужчина, став отцом, должен измениться морально. Отцовство - не только радость и гордость. Отцовство - это хлопоты и тревоги, и беспокойные ночи. Родители создают ребенка вдвоем. Вдвоем они должны его растить и воспитывать.

Было двое - станет трое:  
как к этому привыкнуть?

Большие перемены.

Говорят, что супружеская пара по- настоящему превращается в семью только с появлением первого ребенка, х ак что можно считать, что вы - на пороге семейной жизни. Что же ждет вас за этим порогом, и что происходит сейчас, в период перемен?

Появление в семье нового члена влечет за собой серьезный кризис в отношениях. При этом не нужно воспринимать слово «кризис» как что- то негативное. На бытовом уровне мы действительно обозначаем этим словом какой-то разлад, серьезные проблемы. На самом деле значение у этого термина другое: в нем не содержится никакой оценки «плохо-хорошо», он означает серьезные перемены, переход из одного состояния в другое.

Любая семья является системой, стремящейся к равновесию. Различные события могут нарушать

это равновесие, и рождение ребенка - одно из самых значительных.

С появлением ребенка система отношений внутри семьи существенно усложняется: если раньше связь «муж-жена» была единственной, то теперь появится связь «мать-ребенок», «отец-ребенок» и «мать-отец». Теперь вы будете существовать, и общаться как бы в двух плоскостях: в прежней, супружеской, вам уже знакомой, и в только что приобретенной - родительской. Вам нужно будет не только выстраивать отношения с ребенком, но и совместно решать вопросы его воспитания. Перед вами, помимо всего прочего, встает совершенно новая задача. Ведь каждый из вас обладает своим уникальным жизненным опытом и, следовательно, своими представлениями о том, как надо растить детей и какими должны быть родители. Даже если степень совпадения этих представлений у вас необычайно высока, каким-то разногласиям всегда найдется место. И вам придется искать компромиссы, в чем-то пересматривать свои взгляды, идти на взаимные уступки, ни на мгновение, не забывая о том, что вы должны одновременно сохранить свою личностную целостность и соблюсти интересы двух самых близких людей - жены и ребенка. Согласитесь, задачка не из простых - зато какая интересная!

«Было двое - стало трое» - не просто

арифметика. Помимо сложения, здесь разом присутствуют и умножение, и деление, и возведение в степень... У каждой семьи свой счет: у кого-то вслед за известием о скором пополнении семейства следует одно сплошное умножение любви, взаимного доверия и прочих положительных эмоций. Где-то сразу начинается деление: женщина полностью концентрируется на своей беременности, а мужчина страдает, потому что оказался «в остатке». Немного реже, но бывает и наоборот: будущий отец так бурно переживает грядущее событие, оказывается настолько захвачен своим отцовством, что это вызывает претензии у жены: «теперь я его интересую только как мать его ребенка, а до меня как женщины ему и дела нет!» Одним словом, сколько семей, столько и

Государственное казенное учреждение  
Социального обслуживания  
Московской области

«Можайский социально-реабилитационный  
центр для несовершеннолетних»

ПАМЯТКА  
для родителей

г. Можайск

вариантов. Как правило, кипение страстей постепенно остывает, семья завершает кризис, переходит на новый этап существования и находит новое состояние равновесия – уже втроем. Но на это нужно время, очень много терпения и стремление понять друг друга и сохранить свою любовь.

Итак, давайте, перечислим, что именно вам предстоит сделать в ближайшее время:

* узнать потребности нового члена семьи и приспособиться к ним;
* освоить и распределить между собой новые, родительские обязанности;
* выстраивать отношения с ребенком, а также наладить новую связь друг с другом, отличную от имеющейся супружеской, - родительскую;
* сохранить полноценные супружеские отношения.

Последнюю задачу можно назвать самой главной, потому что в первом угаре родительских чувств супруги часто забывают обо всем остальном и прежде всего - друг о друге. Как бы ни были вы счастливы, что у вас появился малыш, находите время поговорить не только о нем, но и о себе любимых. Заранее, еще до рождения ребенка, позаботьтесь о том, чтобы у вас была возможность проводить какое-то время вдвоем - договоритесь с родными, найдите няню и т.д.

Мужской разговор.

От будущих отцов нередко можно услышать жалобы на то, что беременная жена полностью «сосредоточилась на своем животе», не думает теперь ни о чем, кроме будущего ребенка и собственного состояния. Да и окружающие - друзья и родственники - уделяют внимание лишь ей, ее беременности. Одним словом, у мужчины может возникнуть ощущение, что весь мир теперь интересуется только одним вопросом, а сам он, будущий отец, оставлен в полном пренебрежение, какбудто он и вовсе не имеет никакого отношения к тому, что должно вскоре произойти.

Таким переживаниям хотя бы раз в жизни

подвержен, наверное, любой мужчина – даже самый разумный и понимающий, даже самый счастливый оттого, что скоро станет отцом.

Если вы испытываете сейчас чувство, что вы «третий лишний», а умом при этом понимаете всю необоснованность подобных эмоций, не стыдите себя и не ругайте за «несерьезные» переживания. Это не вы думаете «всякую ерунду», во всем виновато ваше бессознательное.

С момента зачатия ваше участие в жизни нового человечка только начинается. Отец, который не боится собственного младенца, может поменять ему памперс, остаться с ребенком один на один, - это прекрасно и очень желательно.

И еще поймите, что ваша жена, даже наслаждаясь своей беременностью, ужасно боится разонравиться вам. Постарайтесь сделать все возможное, чтобы избавить ее от этих тревог: например, говорите комплименты, покупайте красивые и кокетливые наряды для беременных, почаще фотографируйте жену... То есть не забывайте об этой проблеме и предпринимайте что-нибудь в нужном направлении. Вашей жене сейчас крайне важно быть «самой любимой и самой прекрасной». Очень желательно, чтобы вы походили с женой на курсы подготовки к родам. Информация, которую вы получите на этих занятиях, поможет вам лучше разбираться в «детских вопросах».

Как стать хорошим папой

Будьте щитом и источником жизни для вашего будущего ребенка!

Главное, что нужно вашему ребенку, - ваша любовь и забота.

Счастливого Вам отцовства!