

Что же может сделать мужчина, который хочет быть активным участником процесса внутриутробного развития малыша, а также процесса его рождения, чтобы быть знающим, уверенным и эффективным?

В первую очередь, приобретать реальные знания о беременности и родах: о физиологии, психологии родов и психологии еще не родившегося ребенка, о способах дыхания в родах, о техниках обезболивающего массажа и упражнениях в паре во время схваток для более эффективного раскрытия шейки матки. О методах, практикуемых в роддомах, о нормативных актах, которые регулируют родовспоможение у нас в стране и в мире. В таком обучении важна каждая деталь.

Готовясь к роли отца Вы можете:

- Сопровождать жену к врачу, особенно на первую консультацию, и помогать ей.
- Присутствовать на эхографическом исследовании, вы увидите своего будущего ребенка и услышите его сердцебиение.
- Присутствовать на занятиях подготовки к родам.
- Трогать живот, чтобы почувствовать движение ребенка, говорить с ним, чтобы он различал голос отца, на который он уже реагирует, и начинать таким образом общаться с ребенком.
- Помогать жене по хозяйству, чтобы дать ей возможность отдохнуть. Обсуждайте с ней, что вы чувствуете.

Программа

для будущих и начинающих отцов

ПАПА-ШКОЛА

Участие в ПАПА-школе -
бесплатное и добровольное
6—9 встреч в вечернее время или в
выходной день.

Занятия ведут только мужчины!
Начало занятий - октябрь, февраль

Узнать больше о занятиях
в ПАПА-школе

и записаться в новую группу
вы можете по телефону

8-952-256-9868

ДОБРО ПОЖАЛОВАТЬ!

Государственное бюджетное специализированное учреждение Архангельской области для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации "Северодвинский социально-реабилитационный центр для несовершеннолетних "Солнышко"

164505, Архангельская обл., г.Северодвинск,

у. Юбилейная, д.13

Канцелярия (8184) 58-84-64, 58-84-90.

E-mail центра nord_sun@atnet.ru,

www.solnyshko.deti29.ru

Директор Шувалов Сергей Борисович

Северодвинский Социально-реабилитационный центр для несовершеннолетних

«СОЛНЫШКО»

Счастье быть отцом: в ожидании чуда



РОЛЬ ОТЦА В ПЕРИОД БЕРЕМЕННОСТИ

В момент зачатия мать и отец - равноправные партнеры, однако на протяжении последующих девяти месяцев главным действующим лицом становится женщина. Тело матери - это колыбель, в которой формируется новая жизнь. Мать и ребенок представляют собой единый и неразрывный организм, поэтому они в равной степени страдают от плохого самочувствия и неблагоприятного воздействия внешнего мира, одинаково остро воспринимают победы и поражения, делят пополам все горести и радости.



Интересен тот факт, что если отец ребенка с самого начала эмоционально отстраняется от всего процесса беременности, родов и первых месяцев жизни малыша, то потом ему тяжелее найти общий язык со своим чадом. Те же отцы, что не только принимали активное участие, но и присутствовали при родах, испытывали большую эмоциональную привязанность к своему малышу и легче налаживали контакт с подрастающим человечком. Дети, которые с первых дней жизни близко общались с обоими родителями, в жизни оказываются более активными, умственно и физически развитыми.

Если отец регулярно разговаривает с плодом во время беременности жены, то почти сразу же после рождения ребенок будет узнавать его голос.

Отношение к жене во время беременности

Во время беременности женщина проходит очень интересный цикл от детской позиции к взрослению. В первом триместре она в детской позиции, и на мужа переносится «детское» состояние жены, он становится для нее родительской фигурой. У женщины большая потребность в поддержке, заботе. Мужчина, к сожалению, не всегда к этому готов.

Когда наступает второй триместр, ей важно почувствовать в муже отца своего ребенка, его интерес к ребенку. Она может обижаться не на то, как он к ней относится, а на отсутствие интереса к ребенку и к его развитию. Ближе к родам ей нужна помощь и поддержка, потому что она может тревожиться по поводу родов.

Жена, которая ощущает, что она любима, чувствует себя хорошо. Это чувство благополучия распространяется и на ребенка, но не при посредстве мистических сил, а просто благодаря отсутствию стресса. Жены, которые чувствуют себя благополучными и защищенными, лучше сохраняют здоровье, а вместе с ним будут здоровы и их дети.



Участие папы в родах

К этому вопросу надо подходить индивидуально. Нужно ли это этой паре? Нужно ли это папе? Что папа будет делать - контролировать врачей или поддерживать жену? Одно можно сказать точно: в большинстве случаев встреча папы с новорожденным ребенком, когда он только появился, чрезвычайно благоприятна. Это не значит, что папа должен обязательно участвовать в родах, но вот в первые полчаса увидеть ребенка, поддержать его на руках, чрезвычайно важно для папы, потому что в этот момент у ребенка проявляется очень много особенностей, которые потом не проявляются. В дальнейшем у папы будет больше включенности, интереса к ребенку.

Мужчина, видевший рождение своего ребенка и державший его на руках в первые минуты жизни, получает сильнейшую эмоциональную связь с малышом - это доказано экспериментально. Такой мужчина не может не любить ребенка, не сможет его бросить или забыть про него. Теперь они вместе навсегда.

