

Devenir papa... - 1/1

Ca y est, vous allez être papa. Bientôt les cris dans la maison, les couches à changer, les nuits très courtes. Mais avant tout, un grand bonheur ! Préparez-vous...

De nos jours, la paternité est une chose très importante. En plus, grâce au congés récemment acquis par les nouveaux pères (congé paternité), les papas d'aujourd'hui ont tout pour devenir des vrais « papas poule »
Voici quelques petits trucs à savoir pour vous préparer à votre rôle de papa.

Avant l'accouchement :

Ce n'est pas parcequ'elle est enceinte que vous ne pouvez plus lui faire l'amour. A part quelques exceptions, vous pourrez combler votre partenaire jusqu'au dernier jour de sa grossesse. Seul problème, le ventre rond de votre dulcinée qui pourrait vous gêner (ou la gêner !). A vous d'improviser des positions qui seront plus confortables. Il se peut que votre compagne n'en ait pas envie. Respectez son choix tout en restant tendre et attentionné. Si c'est vous qui n'avez plus envie d'elle, rien de grave, cela arrive. De même, sachez être tendre et très présent à ses côtés. Faites de même si vous la trouvez de mauvais poil, si elle vous paraît insupportable. Comprenez-la, c'est un moment difficile, de plus ces sautes d'humeur sont dues à ses hormones qui sont dérégulées.

De toutes façons, restez à son écoute, vivez sa grossesse à deux, ensemble. Et si vous prenez du poids, ne vous inquiétez pas, c'est peut-être une belle façon de s'impliquer à la grossesse. (Mettez-vous au régime dès l'accouchement !)

Pendant l'accouchement :

La grande question : Y assister ou pas ? C'est un choix personnel. Avant, on n'imaginait même pas un père dans la salle d'accouchement, il y a quelques temps, honte à celui qui n'y assistait pas. Sachez que vous êtes libre de faire comme vous voulez. Bien souvent la décision se prend au dernier moment. Vous pouvez toujours en parler avec votre compagne pour prendre votre décision. Sachez bien que vous n'y allez pas pour « assister » à l'accouchement mais plutôt pour accompagner votre femme pendant cet événement. Alors oubliez la caméra vidéo et soyez proche de celle que vous aimez.

Après l'accouchement :

Ca y est le monstre a débarqué. Et que fait le monstre pour vous comme cadeau d'arrivé ? Il crie, il pleure, il hurle ! Mais ne lui en voulez pas, c'est pour lui le seul moyen de communiquer avec vous. Soyez indulgent, car il a peut-être simplement faim ou froid, ou chaud, ou peut-être est-il malade ? Alors essayez de trouver ce dont il a besoin et calmez-le, bercez-le. Evidemment, tout ça, ça fatigue ! Les nuits sont courtes et entrecoupées des repas ou autres envies de monsieur bébé. Mais ne vous découragez pas ! En général, un bébé demande trois mois avant de faire ses nuits entières (22h-7h). Alors soyez patients. La maman aussi est fatiguée. En plus, elle déprime. Et oui, toujours ses hormones qui lui jouent des tours. Sept femmes sur dix ont le « baby blues ». Ca passera, ne vous inquiétez pas, et essayez, au lieu de l'envoyer paître, d'être tendre, câlin, et de vous occuper au maximum de votre bambin. Sautez avec lui dans son bain, donnez lui le biberon, changez-le (et oui !!!), jouez avec lui. D'immenses moments de bonheur en perspective. Vous y rendrez vite goût et on vous traitera bientôt de « papa gâteau ».

Et vous pourrez alors penser à une petite soeur ou un petit frère !!!