

5 советов начинающим папам

Папы привыкли растить детей, следуя традиционному мужскому коду поведения. А действительно ли он хорош для воспитания?

✓ Демонстрируйте свои чувства

Папы традиционно подчеркивают свою роль как добытчиков и защитников семьи. Считается, что область чувств должна принадлежать маме: не папе же сюсюкаться с малышом. Ребенок – это именно та сфера, где любой настоящий мужчина может позволить себе проявить свои чувства, не боясь показаться сентиментальным. Тем более что результатом этого будет тесная психологическая связь с ребенком на долгие годы.

✓ Слушайте и проявляйте заинтересованность

Отцы часто считают, что их задача давать советы и читать нотации (что вместо желания следовать родительской мудрости не вызывает у детей ничего, кроме раздражения). На самом же деле, быть родителями – значит, больше слушать, чем говорить. Позволяя ребенку говорить, вы делаете для его развития гораздо больше, чем когда читаете лекции и отводите ему роль пассивного слушателя.

✓ Не стесняйтесь объятий и поцелуев

«Телячьи нежности», которых так опасаются отцы (особенно в отношении сыновей), – это не способ избаловать ребенка или воспитать из него тьюфяка. Это способ растить ребенка со здоровыми эмоциями и чувством уверенности в себе. Психологи связывают агрессию и отсутствие самоконтроля у многих мальчиков во многом именно с отсутствием эмоциональной близости и родительского тепла. Так что не стесняйтесь почаще обнимать и целовать своих дочерей и сыновей, причем в любом возрасте.

✓ Не бойтесь «отпустить» детей

Рано или поздно дети вырастают и начинают свою жизнь. Это происходит не в один момент, но, тем не менее, становится стрессом для многих отцов – во многом из-за того, что их охватывает подсознательное беспокойство за свой пошатнувшийся авторитет. Чтобы этого не случилось, важно строить авторитет не на контроле и подчинении, а на общности интересов и чувств. Дети останутся с вами, если у них будет потребность поделиться с вами тем, что их волнует, – а это гораздо ценнее других потребностей.

✓ Уважайте своего партнера

Отцовство – это не столько руководство, сколько партнерство: и с детьми, и с их матерью. Модель поведения, которую вы транслируете детям в общении с ними и другими членами семьи, закладывается на всю жизнь и, в конечном счете, будет обращена на вас же самих. Так что в ваших интересах растить детей в атмосфере уважения, которое они сохранят, став взрослыми.

Все больше современных ученых связывает тот факт, что мужчины меньше сосредоточены на таких «мелких» вещах как дом, здоровье и воспитание детей, с более короткой по продолжительности жизнью сильного пола. Нельзя не согласиться: радость от общения с детьми действительно продлевает жизнь, ведь добрые эмоции – это лучшая защита от любых болезней.