

Пять заповедей отцовства

Предлагаем усвоить несколько уроков отцовства.

1. *Начинайте как можно раньше.* Участвуйте в процессе воспитания с периода беременности. Говорите с будущей матерью о своих надеждах, связанных с ребенком, участвуйте в уходе за младенцем с самого его рождения. Это ключевой этап в выстраивании будущих отношений. Уход за ребенком на ранней стадии дисциплинирует вас и меняет ваши жизненные приоритеты. Имейте в виду: отцы, которые ухаживают за новорожденными, настраиваются на одну волну с ними, происходит так называемое глубокое погружение. Кстати, мужчины прекрасно справляются с тем, чтобы утихомирить ребенка среди ночи - баюкают его, качают, напевают песенки! Не превращайтесь в наседку, но строго следуйте советам матери ребенка или других опытных наставников. И гордитесь своими достижениями. Даже если вы слишком заняты работой, используйте выходные или отпуск, чтобы уделить внимание ребенку. Начиная с двухлетнего возраста малыша, предложите матери оставлять вас с ребенком на выходные, и вы поймете, что прекрасно справляетесь со своей ролью.
2. *Найдите время.* Это самое важное. Папы, запомните: Если в течение недели вы проводите на работе пятьдесят пять-шестьдесят часов, включая командировки, вы просто не в состоянии исполнять свои отцовские обязанности. У ваших сыновей будут проблемы в жизни, и это непременно скажется на вас. Отцам необходимо приходить домой вовремя, чтобы играть, смеяться, учить своих детей, резвиться с ними. Работа в корпорациях и малом бизнесе становится врагом семьи. Зачастую отцы выбирают более низкий заработок, но зато имеют возможность больше времени проводить в семье. Так что, когда в следующий раз вам предложат повышение, требующее более продолжительного рабочего дня и частые командировки, серьезно подумайте над тем, чтобы ответить своему боссу: "Извините, но мои дети, прежде всего".
3. *Не сдерживайте эмоций.* Обнимать сына, резвиться с ним, играть в борьбу не возбраняется вплоть до его совершеннолетия! Сочетайте эти шумные игры с более спокойным времяпрепровождением: дети очень восприимчивы к рассказам, им нравится просто сидеть рядом с отцом, петь или музицировать. Говорите своим детям о том, какие они умные, красивые, творческие (хвалите их часто и искренне). Если ваши родители не были такими открытыми в проявлении чувств, вам придется учиться этому. Некоторые мужчины опасаются, что проявление ласки в отношении сына сделает его "голубым". Это совсем не так. Более того, верно обратное. Многие геи и бисексуалы, с которыми мне доводилось беседовать, признают, что именно недостаток отцовской ласки частично объясняет их тягу к мужской нежности.
4. *Больше веселья.* Радуйтесь своим детям. Если вы проводите с ними время только из чувства вины или по обязанности, это не принесет пользы. Постарайтесь подыскать такие виды деятельности, которые нравятся вам обоим. Избавьте детей от "бремени обязанности", но настойчиво призывайте их к тому, чтобы они помогали по дому. Ограничьте их внешкольные занятия одним-двумя видами спорта или иной деятельности, так чтобы у них оставалось время просто побыть собой. Организуйте их свободное время, чтобы они не слонялись бесцельно, и посвятите его прогулкам, играм, беседам. Избегайте чрезмерного соперничества в играх. Обучайте своих детей постоянно, делитесь с ними всем, что знаете сами.
5. *Не забывайте о дисциплине.* Сегодня многие отцы выбрали для себя роль "добреньких папаш", оставив все трудные вопросы воспитания своим половинам. Но мы все-таки советуем мужчинам участвовать в принятии решений, следить за тем, как ребенок делает домашние задания и выполняет работу по дому. Установите нормы дисциплины - спокойно, но твердо. Не прибегайте к рукоприкладству, хотя иногда и возникает соблазн отшлепать мальчишку. Настаивайте на уважении. Не стройте из себя маленького. Обязательно выслушивайте ребенка и учитывайте его чувства и переживания. Обсуждайте с мамой ребенка глобальные вопросы воспитания: "Все ли нам удастся? Что нужно изменить?" Совместное воспитание ребенка очень сближает родителей.