

# Om at blive far

Ligesom det for kvinden er et af de største øjeblikke i livet, når hun bliver mor, så er det ligeså stort for dig – den lykkelige nybagte far.

Godt nok har moren haft et forspring og taget forskud på glæderne ved virkelig at kunne mærke barnet gennem graviditeten. Og du kommer nok næppe heller til at opleve den nærvær, det giver at amme dit barn.

Men sådan er naturlovene jo indrettet, og det gør heller ikke noget, for du kan gøre andre ting med dit barn og på den måde knytte bånd fra starten.

## En far har også følelser

Du vil helt sikkert føle dig helt rundt på gulvet efter fødslen. Der er så mange følelser, der suser rundt i kroppen på dig, og pulsen er stadig høj.

Hvis du var med til fødslen, så har du været vidne til, at din kone/kæreste kæmpede en brav kamp, og det eneste du kunne gøre var at klappe hende på kinden, komme med våde omslag og heppe opmuntrende på hende.

Det er meget normalt, hvis du oplever en stor afmagt i erkendelsen af, at du faktisk ikke kan aflaste din kone/kæreste tilstrækkeligt, selvom du så inderligt gerne ville tage noget af "slæbet".

## Far er flokkens beskytter

Og så kommer dit lille barn endelig ud til dig. Først kommer det op til moren, hvis alt er gået, som det skal. Men glæd dig for det bliver snart din tur til at holde dit lille barn i armene for første gang.

Sikke en oplevelse – måske kniber du endda en lille tåre. Og helt automatisk vil du nu forberede dig på din nye faderrolle som hele flokkens beskytter.

Det lyder måske lidt skørt her i vores moderne tid, men vi kan ikke løbe fra vores urinstinkter. Din beskyttertrang som far overfor dit barn vil være enorm, og det er smart, at vi er indrettet sådan.

Det gør nemlig, at vi passer ekstra godt på vores børn.

## Far og barn tid

Og hvad kan du så gøre som far for at få en relation til dit barn? Mange tror fejlagtigt, at det kun er moren, der duer i starten, for det er jo hende, der ammer.

Men du kan jo starte med at lade bletjansen blive til en hyggelig stund, der ikke bare skal overstås huhej.

Du kan sagtens nusse, pusle, kilde, æ og dikke dit barn under et bleskift. Eller sæt dig stille ned med dit barn og syng nogle sange og fortæl historier, så barnet lærer din stemme at kende og bliver tryk ved den.

Hvis dit barn får flaske, så kan I skiftes til at give flasken. Det er en god måde at skabe nærhed på, og måske falder den lille i søvn i dine arme godt mæt og tilfreds.

Du kan også være den, der putter og læser godnat historie. Der er altså mange måder, du kan deltage på, du behøver ikke at blive kørt ud på et sidespor i starten.

## De huslige pligter for den nybagte far

Når dine 14 dages barsel er opbrugt, så begynder hverdagen igen, og I skal få det hele til at fungere.

En vigtig ting at huske på: Det er ikke venstrehåndsarbejde at gå derhjemme med et lille barn. Så skru ned for forventningerne og indstil dig på, at du kommer til at deltage i de huslige pligter, selvom din kone/kæreste går derhjemme.

Der vil ikke være varm mad på bordet hver dag, når du kommer hjem, og huset vil ikke dufte af Ajax. Det er svært at passe barn og holde hus samtidigt, så I må hjælpes ad.

Eller endnu bedre du må være endnu mere hjælpsom, end du plejer at være. Måske kunne du i en periode ordne det meste i hjemmet.

Så hvis du hører til en af de sløve så få fingeren ud! Se at komme i gang med at gøre alt, der kan aflaste din kone. Hvis du tror, at du er træt, så tager du helt fejl.

## Barselsgave er en selvfølgelighed som hører med til faderrollen

Og så husk lige at få muldvarpen op af lommen og køb en fin barselsgave til din kone/kæreste, det har hun fortjent, og det vil hun blive så glad for. Og det skal ikke være en af de små – grav dybt.

(babyklar.dk)