



Et le **papa?** dans tout ça ●

L'importance de la relation père/enfant

Chaque homme devient papa à sa façon et à son rythme : il y a ceux qui le deviennent dès l'annonce de la grossesse, d'autres qui auront le déclic à la première échographie, d'autres qui n'y croiront qu'à l'accouchement, et ceux qui le deviennent dès qu'ils commencent à jouer avec leur bébé.

Le papa est souvent mis à l'écart dans les premiers mois de la vie d'un bébé. Il a du mal à trouver sa place, surtout si la maman allaite. Bien que différente de celle de la mère, la relation père enfant joue un rôle très important dans le développement de l'enfant. En effet son papa l'aidera à s'ouvrir au monde et à acquérir son indépendance.

Bébé à besoin de vous

N'oubliez pas que bébé adore être en contact avec vous, il a senti votre présence pendant toute la grossesse. Il a besoin de vous et vous de lui pour trouver son équilibre dans la famille.

Il y aura peut-être des moments difficiles, mais sachez que tout comme la maman, on ne naît pas parents, on le devient. Ce nouveau rôle s'apprend au fil du temps, vous vous adapterez.

Conseils aux papas

- **Vous devez imposer votre place dès le début.**
- **Une maman qui allaite à besoin de votre soutien.**
Encouragez-là un maximum et aidez-là dans ses tâches ménagères car l'allaitement nécessite beaucoup de repos.
- **Apprenez à connaître votre bébé.**
Prenez-le dans vos bras, apportez-le à sa maman quand il a faim, changez lui sa couche, donnez-lui son bain puis faites-lui un massage (bébé adore !), bercez-le, ou tout simplement prenez-le contre vous pour l'endormir, et observez sa pleine satisfaction : pour un peu, il en ronronnerait !
- **Essayez aussi de garder quelques moments d'intimité avec la maman.**
C'est important pour votre couple.
- **Parlez dès maintenant de vos angoisses, de vos doutes.**
Cela évitera des conflits ultérieurs.

