

Příručka pro tatínky

Colin Cooper

Computer Press, a.s., 2009. Vydání první.

Překlad: Barbora Kušová

Jazyková korektura: Martina Kotulová

Fotografie: Jules Selmes

Vnitřní úprava: © Caroll & Brown Limited 2008

Sazba: Daniel Janošec

Technický redaktor: Karel Hána

Odpovědná redaktorka: Ivana Auingerová

Text copyright © Colin Cooper 2008

Illustration and compilation copyright © 2008 Carrol & Brown Limited.

Translated from the book originally by Carrol & Brown Limited.

20 Lonsdale Road, Queen's Park, London NW6 6RD.

All Rights reserved.

Computer Press, a. s.,

Holandská 8, 639 00 Brno

Objednávky knih:

www.knihy.cpress.cz

distribuce@cpress.cz

ISBN 978-80-251-2170-2

Prodejní kód: KZ0085

Vydalo nakladatelství Computer Press jako svou 3112. publikaci.

© Computer Press, a. s., 2009. Všechna práva vyhrazena.

Žádná část této publikace nesmí být publikována a šířena žádným způsobem a v žádné podobě bez výslovného svolení vydavatele.

Obsah

1	Mé dítě	5
	Jak může vaše dítě vypadat	6
	Co vaše dítě potřebuje	8
	Co vaše dítě umí	10
	Jak se k sobě chovat	12
2	Najednou je ze mě otec	13
	Citové reakce	14
3	Jaký vztah budu mít se svým dítětem?	23
	Vybudujte si blízký a osobní vztah	24
4	Jak se mohu o své dítě starat?	29
	Držení a manipulace	30
	Umývání a koupání	34
	Přebalování	38
	Oblékání	40
	Krmení	44
	Bavte své dítě	54
	Chraňte své dítě	56



5	Jak zvládnout pláč? Pochopte pláč	59 60	9	Můj nový nejlepší kamarád Dva jsou společnost	101 102
6	Spaní Vaše dítě a postel	65 66	10	Měnící se chování Být vzorem Důvody pro disciplínu	109 110 112
7	Jdeme ven Cestování s dítětem	69 70	11	Průvodce zdravím dítěte Péče o zdraví dítěte	119 120
8	Mé dítě povyroستlo Batolata – různé hry s míčem Vyhovte potřebám svého batoletě Co vaše batole umí Oblékání Jídlo Aktivity a hry Čas jít spát Jak jít ven Chození na nočník Bezpečnostní opatření Zajistěte bezpečnost dítěte	73 74 76 79 82 85 87 90 92 94 97 98		Péče v některých obvyklých situacích Rejstřík	123 128



ÚVOD

Některé novopečené matky si myslí, že novopečení tatínkové jsou spíše v péči o dítě nepoužitelní. Mají pravdu?

Musíme vzít v úvahu, že ženy přirozeně hrají nejdůležitější roli v péči o dítě. Na tuto roli jsou biologicky připraveny. Ženské tělo dá novorozenci vše, co potřebuje, aby přežil. Tato úloha ale vytváří na matku velký tlak a může způsobovat problémy oběma rodičům. Matka potřebuje pomoc, ale zároveň cítí, že jen ona jediná se může o dítě postarat správně. Otec se může cítit z péče vyřazený a má pocit, že se stává neužitečným.

Táta proto musí dávat najevo svůj zájem pečovat o dítě co nejdříve a hned po narození dítěte svůj slib začít plnit. Oběma partnerům v tu chvíli musí být jasné, že o péči o dítě a domácnost se budou dělit rovným dílem - kdykoliv to bude možné.

Novopečená máma si zpravidla myslí, že zvládne vše lépe a rychleji než kdokoliv jiný (a bude mít pravděpodobně pravdu). Vaši pomoc odmítá, a to i přesto, že bude zoufalá a vy jí pomoc opravdu rádi nabídnete. Bude možná říkat, že nemá čas ukazovat vám, jak co dělat. To znamená, že jste nejen vytlačen na okraj, ale nedostanete dokonce ani možnost se cokoliv naučit. Takže musíte být nejen asertivní a ukořistit část péče o potomka pro sebe, ale musíte také vědět, co vlastně máte dělat. A ještě u toho působit sebevědomě. Pak bude i vaší partnerce jasné, že máte co nabídnout.

Mnoho tatínků se učí pečovat o dítě metodou pokus omyl. Tato kniha vám předá zkušenosti, které ostatní tátové získali mnohem těžším způsobem.

Některé rady vám pomohou hned, některé až příště. Některým z nich se zasmějete a otočíte stránku – mohou vypadat bláznivě nebo prostě nejsou pro váš každodenní život důležité. To je v pořádku, pro výchovu dítěte neexistují žádná pravidla. Každé dítě je jiné. Může se ale stát, že rady, od kterých byste to vůbec nečekali, vám pomohou nejvíc. Je tedy dobré vyzkoušet všechny přístupy prostě jen proto, že vás mohou překvapit.

Naleznete zde kapitoly, které vás budou učit základní péči, a pak kapitoly složitější, které vám mohou zamotat hlavu. Jako třeba „jak zvládnout zodpovědnost být vzorem“. Podle knihy se hravě naučíte, co je potřeba udělat a hlavně jak to udělat. A pak už nezbývá než trénovat a trénovat. Promluvte si o svém budoucím poslání se svou partnerkou a uzpůsobte rodinný život tak, aby to vyhovovalo vám všem.

Jednoduše řečeno, tahle kniha vám dá vše, abyste se stal doma užitečný. Hodně štěstí.

