

CUPRINS

Introducere	7
Prolog	11
Încercarea – anii în care speri să nu se întâmple, zilele în care speri invers	12
Băiat sau fată – lumea ciudată a selecției genului.....	16
Luna 1 – E careva acolo?	21
Concepția: la început a fost viermele... ..	22
Testul de sarcină: descoperirea și păstrarea secretului	27
Avortul spontan – cuvântul cu A.....	34
Progresul – lună de lună	43
Luna 2 – Să-l salutăm pe micul nostru prieten!	51
Primele simptome din sarcină: grețurile matinale & Co.....	52
Sexul și sarcina – detaliile complete	63
Luna 3 – Arată și denumește	73
Primele ecografii: bucuria și frica	74
Cum le spunei celorlalți – răspândirea veștii.....	82

Luna 4 – Te văd, puiele!	91
Ce e sigur și ce nu e sigur – lunga listă de „Da“-uri și „Nu“-uri.....	92
Sarcina-fantomă: și eu sufăr, știi?	102
Luna 5 – Ecografia, tarte și vacanță	113
Ecografia pentru anomalii: și mai multă frică, și mai multă bucurie ..	115
Luna de miere a sarcinii: scapă de toate!	119
Alte simptome: țărână, vânturi și uitare	123
Luna 6 – Fă loc, tati!	137
Burta și Braxton – prezentare.....	138
Finanțarea familiei: banii și numărul lor	145
Jocul numelor: cum să-l cheme pe copil	156
A fi tată: tu, tatăl tău și ce înseamnă să fii tată	161
Luna 7 – Ține-te bine!	173
Experiența prenatală – înapoi la școală.....	174
Alegeri legate de naștere: cine se pricepe cel mai bine la naștere? ...	183
Relația voastră: totul se schimbă!	187
Nașterile premature – păstrarea încrederii.....	209
Luna 8 – Ultima comandă, vă rog!	219
Pregătirea – sigur ți-ar plăcea o listă acum!.....	220
Cuibul – nu doar curat, ci impecabil de curat.....	231
Încetarea muncii: a ști când să-ți iei la revedere.....	233
Luna 9 – Începe spectacolul!	243
Așteptarea începerii spectacolului – dintr-o clipă în alta	243
Scenariul nașterii: ce urmează să se întâmple	251
Distribuția: cine va fi prezent în încăpere	256
A acțiune! Ce se întâmplă de fapt	260
Analgizicele: ce se mai află astăzi pe tava cu medicamente	266
Faza de tranziție – nu atât de ușoară pe cât sună.....	271
Approape am ajuns: ultima împingere	273
Nașterea: a venit copilul!	278
Povestiri de pe front.....	282

Luna 9,5 – Sarcina peste termen	295
Metoda „naturală”: mituri care aproape sigur nu funcționează	298
Metoda medicală: medicamente care funcționează	300
Epilog – Ții în brațe un bebeluș!	305
Ești familist! Tu, copilul tău și superfemeia ta	305
Plecarea acasă: aici începe restul vieții tale	306
Glosar	311
Mulțumiri	329
Despre autor	331

INTRODUCERE



Cu una sau două generații în urmă, erau mai mari șansele să vezi o cămilă bătrână asistând la o naștere decât pe tatăl copilului. Acum, în jur de 90% dintre nașteri îi au printre protagoniști și pe viitorii tătici. Aceasta este o schimbare majoră – și nu doar pentru cămile, care au fost excluse din scenă. Odată cu această schimbare a crescut și implicarea tatălui în sarcina propriu-zisă.

În mare, putem spune că această schimbare a fost bine primită de bărbatul modern; pe măsură ce natura relației s-a schimbat în mai bine, la fel s-a modificat și dorința multor noi tătici de a fi implicați în (aproape

O SĂ FIU TĂTIC!

sigur) cel mai important eveniment pe care l-ar putea împărtăși un cuplu.

Pregătirea pentru o perioadă atât de importantă nu este ușoară. Toate sarcinile și nașterile sunt diferite, însă de-a lungul anilor au fost scrise cărți excelente care le oferă femeilor, respirație cu respirație, informațiile de care au nevoie pentru a duce sarcina și a naște copilul. Fiind orientate perfect către mamă, aceste cărți eșuează uneori în fața psihicului masculin, lucru pe care noi, bărbații, îl respingem vociferând, dar în sinea noastră îl recunoaștem, respectiv faptul că nu ascultăm niciodată nimic dacă nu are legătură cu noi înșine. Este o trăsătură respingătoare, recunosc, dar nu suntem puțini în clubul acesta, nu-i așa?

Desigur, personajele centrale ale oricărei cărți despre sarcină vor fi întotdeauna principalii protagoniști ai dramei, adică mama și copilul – și pe bună dreptate. Dar, odată cu creșterea rolului tatălui în toate cele nouă luni, devine necesară o carte care să privească lucrurile din perspectiva lui. Cartea *O să fiu tătic!* încearcă să facă exact acest lucru, oferind informații concrete într-un mod direct, logic și chiar îndrăznind să recunoască faptul că putem apela și la puțin umor, mai mult decât util, ca să spargă tensiunea în diferitele momente de impas ale sarcinii.

Te rog, nu mă înțelege greșit: nu e un ghid idiot de genul „Cum să pari interesat când, de fapt, te doare-n cot“. Speranța mea sinceră e ca această carte să fie foarte cuprinzătoare și utilă și să le ofere bărbaților aproape tot ce trebuie să știe despre cum se face un copil, de la concepție până la tăierea cordonului ombilical – iar toate

O SĂ FIU TĂTIC!

Pentru a evita confuziile, pe tot parcursul acestei cărți mă voi referi de cele mai multe ori la bebeluș cu pronumele „el“ doar din motivul că e cu câteva litere mai scurt decât „el/ea“ și, cum urmează să descoperi curând, odată ce ai un bebeluș, economisirea timpului chiar și preț de câteva litere e valoroasă. (L-am tratat diferit în *Babies and Toddlers for Men*, White Ladder, 2012, așa că suntem chit.)

Sper să-ți placă să citești cartea *O să fiu tătic!* și să o găsești utilă – cu certitudine eu m-am distrat scriind-o și nu pot decât să îi cer iertare bieteii mele soții, care nu știa mai mult de 5% din ce prezint eu aici când era însărcinată cu primul nostru copil.

Mi-a făcut mare plăcere să mă documentez pentru această carte, să îi intervievez și pe alți tați și să o scriu.

Cel mai mult, însă, îmi place să fiu tată și sunt absolut sigur că și ție îți va plăcea.

Îți urez noroc în acest nou rol al vieții tale!