Husk at være to, når I er tre.

**Lykken er gjort, når to bliver til tre. Men med baby følger også afbrudt nattesøvn, gylp og poser under øjnene. Både din kæreste og dig har fået nye roller, som henholdsvis far og mor. Derfor har I nu et endnu større ansvar, både overfor jeres fælles barn, men også overfor hinanden. I skal huske at være kærester.**

Med et går der bleskift og babymos i jeres forhold – og dette er naturligvis ikke en dårlig ting! I er blevet forældre, og dette er en helt naturlig selvfølge. Som kærester ser I nye sider af hinanden, som I måske ikke har set før, hvilket mange godt kan blive skræmte eller usikre overfor. Derfor skal I være opmærksomme på hinanden, på en måde som I ikke har prøvet før.

**Din smukke kæreste..**

Går pludselig rundt i nattøj hele dagen, med fedtet hår og rander under øjnene. Selvom dette ofte er sandheden for mange kvinder efter fødslen, er dette også de fleste kvinders værste mareridt. Det er ingen hemmelighed, at kvindekroppen gennemgår nogle store forandringer i forbindelse med en graviditet. Din kæreste tager måske, meget, på, får strækmærker og humørsvingninger. Og hun ved det godt, og er som alle andre kvinder, alt for opmærksom på disse forandringer.

Derfor skal du som hendes kæreste være forberedt på dette – gennem hele graviditeten og efterfølgende. Din kæreste gennemgår en kæmpe forandring, som hun ikke er vant til – og den kan være forskellig ved hvert barn I måtte få. Derfor bliver hun let usikker på sig selv og hendes krop.

Derfor det om at være en god kæreste ved at minde hende om, hvor taknemmelig du er for, hvad hun og hendes gennemgår for jeres fælles barn. Sig at hun ser dejlig ud og strutter af liv – især når hun bryder grædende sammen over ikke at kunne passe sit tøj mere. Efterfølgende fødslen vil hun være usikker på om du har lyst til hende. Indrømmet – det er svært at være sexet i amme-bh og med gylp på skulderen. Lav derfor en plan om at få passet baby et par timer en eftermiddag eller aften – giv hende god tid til at gøre sig klar, og tag ud at spise.

**Babymisundelse?**

Vi kender ideen om penismisundelse – den, som mænd har på andre mænd. Hvad mange dog ikke indser, er, at ligeså mange usikkerheder en kvinde kan have under og efter en graviditet, ligeså mange kan mænd have. Hvor mange kvinder tænker: ”Han gider da ikke være sammen med sådan en skude som mig”, tænker han ofte, ”Hun har ikke brug for mig”.

Og selvfølgelig har hun det. Når et barn kommer til verden kommer alle kvindens moderlige instinkter til overfladen, og så kører hun bare på. Men derfor har hun stadig brug for sin stærke mand. Husk derfor som kvinde at give din kæreste opmærksomhed og nærhed. Det kan godt være at du har styr på verdenssituationen når baby er vågen, men husk at lade ham få overtaget, når [baby sover trygt og godt](http://tyngdeposen.dk/). Vis at du har brug for din mand til at være mand. Det skader derfor aldrig at lade ham åbne glassene med babymos.