



מאמר

הקינון ? ארגון, סדר והכנת הקן

לקראת סוף ההריון אחד הסימנים ללידה המתקרבת הוא יצר הקינון. מה זה בדיוק?

הקינון ? ארגון, סדר והכנת הקן ? למה זה קורה לנו ?

במה מדובר ? זהו הדחף בארגון ובסידור הבית, בהכנת חדרו של התינוק, בבישול ובאפייה,

בעבודה בגינה וכד' לפני היוולדו של התינוק. בדומה לציפורים בטבע המכינות את הקן לפני הטלת הביצים, כך מכינות אימהות בכל העולם את הקן הביתי לקראת התינוק העתיד להיוולד.

אם דווקא לפני הלידה רצית לנקות באופן יסודי את כל הבית, את לא לבד. רבות וטובות מן הנשים בהיריון מנסות "לתקתק" את ביתן לפני הלידה. בין אם מדובר בלידה ראשונה או לא, הרצון הבלתי נשלט הוא להכין על הצד הטוב ביותר את הבית לקראת הלידה.

ייתכן ומדובר בחיבור שלנו ליצר האימהי הטבעי, ולרצון הנובע מתוך כך לדאוג שתינוקנו יזכה לקן מוכן ומסודר בהגיעו הביתה. האינטואיציה הנשית כנראה אומרת את שלה: אחרי הלידה לא יהיה זמן ומשאבים לעשות כל זאת, ולכן, "כל המרבה הרי זה משובח": ניקיונות, כביסות, בישולים (הכנת מזון והקפאתו כי לא יהיה מי שיבשל אחרי הלידה).

האם יש בכך רע ? לא. להפך. ההכנה מרגיעה ומספקת צורך נפשי כנראה לקראת קבלת התינוק החדש לחיינו. עוד ימים אחדים וכבר מדובר במשפחה, לא בזוג. לכן צריך לנצל כל דקה פנויה לעניין.

אבל חשוב מצד שני לא להגזים. מאמץ פיזי רב אינו רצוי בשלב זה. ניקוי תריסים או בישולים שלוקחים שעות מרובות ומצריכים עמידה ממושכת אינם רצויים. חשוב להגיע לחדר הלידה רעננה וחזקה ולכן השאירי את המטלות המסובכות והמייגעות לבעל או לכל מי שיכול לעזור לצורך העניין.

וכן, חשוב להבהיר בתוך כך לבעל כי מדובר ביצר נשי בלתי ניתן לשליטה, ולכן אין טעם להתווכח עימך, אלא רק לשתף פעולה...

ואם בהכנות לקראת הלידה עסקינן, כל הציוד שמומלץ לקחת לבית היולדות, ברשימת הלידה שמחכה לך כאן << .