

La madre e il padre: rapporto di collaborazione o di conflitto?

Quali ruoli giocano il papà e la mamma nei confronti del figlio? E nei confronti delle rispettive famiglie di origine? Come affrontare le crisi e farle diventare un'opportunità di crescita e di felicità.

Tem

- La funzione della madre come contenitore delle emozioni del neonato (contiene, rispecchia, elabora, empatizza)
 - La funzione del padre come contenitore della coppia madre figlio (regola, supporta, protegge)
 - Il figlio ha bisogno di due genitori che si amano oltre che essere amato: l'importanza di una solida relazione di coppia
 - La comunicazione dentro la coppia: complementarietà dei ruoli ma anche interscambiabilità; sospendere il giudizio e maturare nel cambiamento delle rispettive nuove posizioni (non si nasce genitore...lo si diventa); aiutarsi reciprocamente secondo le proprie forze
 - La comunicazione fuori dalla coppia: il mantenimento di una solida identità di famiglia, autonoma dalla famiglia allargata
-

Quando nasce un bambino, nasce anche una mamma. La donna è madre per natura, ma un figlio la fa essere madre in un modo concreto, spesso diverso da quello che ha sempre immaginato prima... Il bambino ha uno sviluppo molto lento rispetto alle altre specie animali: impiega molto tempo per diventare autonomo. Gli studiosi sostengono che questo tempo sia necessario per costruire pienamente l'intelligenza e la sensibilità della persona umana. In questo periodo di tempo, all'incirca i primi tre anni di vita del bambino, è fondamentale il ruolo della madre. È importante non solo per la nutrizione e le cure igieniche, ma anche per lo sviluppo affettivo e intellettuale. Un bambino che non riceve affetto non può sopravvivere.

La madre istintivamente sa riconoscere le emozioni del proprio bambino: sa quando piange per dolore o per fame o per frustrazione; sa quando è contento, quando ha paura, quando è arrabbiato. Ma la madre oltre a saper riconoscere, deve saper "empatizzare" con queste emozioni, sapersi mettere nei panni del figlio. Può anche provare a spiegare al bambino, da subito, quello che sta provando ("oh, adesso stai piangendo perché hai tanta fame", "sì, è divertente questo giocattolo, che risata che hai fatto!", "mmm...anche a me dispiace lasciarti, so che ti senti triste, ma vedrai che domani stiamo insieme più tempo").

Il padre, in questo periodo di vita, è ugualmente importante per due ragioni. La prima, molto pratica, è che un padre aiuta la madre quando lei non ce la fa più: le dà il cambio in certi momenti in cui non può essere presente o perché lavora o perché è stanca. La seconda ragione è che la funzione del padre dovrà essere quella di proteggere, in generale, il rapporto mamma-figlio. Proteggere questa relazione non significa solamente garantire una sicurezza economica di base, ma anche assicurare una buona relazione tra i due. Dovrà capire in anticipo i segnali di sconforto della madre, regolare la giusta distanza tra mamma e figlio (alcune mamme sono troppo distanti altre troppo sacrificate). Se la mamma è troppo distante potrà sopperire lui alle mancanze di affetto. È giusto che il papà ogni tanto sia intercambiabile, che faccia anche "il mammo", come la mamma che lavora fa anche "la papà". Nella coppia è importante darsi dei cambi per non stancarsi troppo.

Il papà dovrà comunicare alla mamma ciò che osserva della relazione madre figlio, senza giudizio e cercando di comprendere profondamente le motivazioni di difficoltà della mamma. La madre da parte sua invece dovrà cercare di coinvolgere il papà nella sua relazione privilegiata con il bambino: farlo partecipe dei passi in avanti del bimbo, farlo partecipe dei suoi sorrisi, dei suoi modi di fare, delle sue caratteristiche, ecc. (“Senti come parlotta...è contento di vedere papà!”, “Guarda come tira su la schiena, prima non lo faceva”).

In casa il rapporto tra i due genitori è fondamentale. I litigi, le discussioni, se prima potevano essere fatte in qualsiasi momento, ora bisogna saper rispettare il bambino, bisogna saper rimandare spesso ad altri momenti o ancor di più a cercare di trovare subito delle soluzioni anche quando non è facile. Quando nasce un bambino bisogna impegnarsi non soltanto a crescerlo ma anche a crescere come genitori. Si sbaglia tanto, è normale. Ma si può imparare dagli sbagli: più si sbaglia più si impara. L'importante è costruire una buona relazione tra madre e padre, perché il figlio deve sentirsi amato da questa relazione prima ancora che dall'amore dei singoli genitori.

Una volta che si sarà costruita una solida relazione di coppia, sarà anche più facile essere autonomi dal giudizio delle famiglie di origine. Spesso infatti le suocere, i cognati, le persone vicino alla famiglia, entrano con le loro critiche e i loro giudizi. È importante non rifiutare a priori questi giudizi, alcuni possono essere molto utili, ma bisogna saper mantenere salda la propria identità di famiglia e far prevalere le proprie scelte condivise. Tutti tendono a dare consigli su come gestire il figlio: come pulirlo, come dargli da mangiare, quanto farlo riposare, ecc.. Ascoltiamo tutti, informiamoci con libri e riviste, facciamoci una nostra idea, ragioniamo tanto (non esiste solo l'istinto!) e decidiamo in famiglia, la famiglia che state costruendo con pazienza. Ogni giorno sarà una nuova scoperta: è difficile ma anche arricchente.

Marco Maio – Alessandra Penzo
(Psicologi psicoterapeuti)

Per contatti:
Dr. Maio, Via Bacigalupo, 4/7-11 Genova; tel. 010 8376230
maio@studiomaio.org; www.studiomaio.org