

Diventare Mamma alla Pari



PROGRAMMA DEL CORSO

PARTE 1

VARCARE LA SOGLIA DI UNA NUOVA FAMIGLIA:
IL PERIODO PERINATALE DAL PUNTO DI VISTA PSICOLOGICO,
BIOLOGICO E SOCIALE

PARTE 2

IL NEONATO: ALLA SCOPERTA DEL LINGUAGGIO PRIMA DEL
LINGUAGGIO

PARTE 3

DIVENTARE MAMMA ALLA PARI: PERCHE'? COME? COSA?

PARTE 4

RICONOSCERE I CAMPANELLI DI ALLARME E FACILITARE UN CONTATTO
CON I PROFESSIONISTI COMPETENTI

PARTE 5

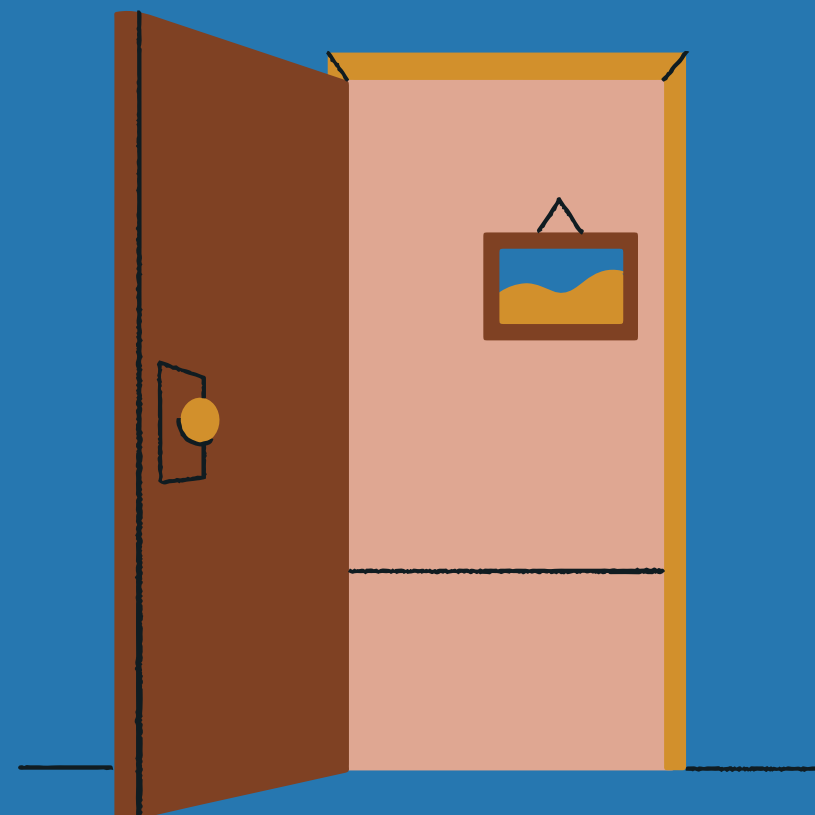
LE EMOZIONI DELLE MAMME ALLA PARI

PARTE 6

CASI ED ESERCITAZIONI

PARTE 1

VARCARE LA SOGLIA DI UNA NUOVA FAMIGLIA: IL PERIODO PERINATALE DAL PUNTO DI VISTA PSICOLOGICO, BIOLOGICO E SOCIALE



IL PERIODO PERINATALE

Cosa si intende per periodo perinatale?

*“fa riferimento al periodo che va **dalla gravidanza a un anno dopo il parto**. I cambiamenti fisiologici ed emotivi della gravidanza, del parto e della cura di un neonato possono rendere il periodo perinatale un momento di vulnerabilità per madri e padri.”*

Istituto Superiore di Sanità, 2022

...in realtà, gli studiosi di quest'ambito concordano sul fatto che il periodo perinatale si concluda con i primi 1000 giorni del bambino!



DIVENTARE GENITORI COME CRISI MATURATIVA

Nelle fasi di transizione e sviluppo vi è sempre un disequilibrio del sistema.
Il disequilibrio, la crisi, è il presupposto fondamentale per lo sviluppo e il cambiamento.



La crisi non ci deve spaventare o allarmare, ma rendere **CURIOSI E ATTENTI!**

DIVENTARE GENITORI COME CRISI MATURATIVA

Divenire genitore è naturale, ma NON SEMPLICE!



Avere un figlio è sempre stato concepito come un processo naturale, perchè appartenente a tutte le specie animali.

Bisogna stare attenti a non confondere naturale con semplice.

Divenire genitore è un processo stra-ordinario in senso etimologico: fuori dall'ordine, dal normale equilibrio della propria vita.

Dunque presuppone una imponente RIORGANIZZAZIONE e non è un evento che si esaurisce con la nascita, ma un PROCESSO.

LE SFIDE DEL DIVENTARE GENITORI

La donna (e la coppia) affrontano nuove e profonde
modificazioni:

PSICOLOGICHE

BIOLOGICHE

SOCIALI

a voi qualche minuto per pensare...

LE SFIDE PSICOLOGICHE DEL DIVENTARE GENITORI

Abbiamo detto che il periodo perinatale inizia con il concepimento,

IN REALTA'...

LE SFIDE PSICOLOGICHE DEL DIVENTARE GENITORI

Possiamo far risalire l'inizio dell'epoca perinatale a quando la coppia condivide una prima progettualità genitoriale.

In quel momento il FIGLIO IMMAGINATO viene alla luce/nasce.



LE SFIDE PSICOLOGICHE DEL DIVENTARE GENITORI

IL FIGLIO IMMAGINATO



Diventare genitori è spesso molto diverso da desiderare un figlio.

Spesso i genitori si trovano ad attraversare il lutto del “figlio immaginato” in funzione dell’essere genitori di “quel” figlio.

LE SFIDE PSICOLOGICHE DEL DIVENTARE GENITORI

IL GENITORE IMMAGINATO

Le stesse fantasie sono riservate per lungo tempo ai genitori che saremo.

Anche in questo caso lo scontro con la realtà può generare un disequilibrio.



LE SFIDE PSICOLOGICHE DEL DIVENTARE GENITORI

LA QUESTIONE ISTINTO MATERNO

L'istinto materno è sopravvalutato!

La cultura dell'istinto materno idealizza la componente biologica/"naturale" del diventare mamme. Considerando quell'istinto, che ci si aspetta essere innato, l'unico veicolo del diventare genitore.

In questo modo si perde di vista il processo del divenire madri, passivizzando le donne e minimizzando il valore della scoperta della relazione con il piccolo, a partire dall'assunto secondo cui la donna debba aspettarsi un "dopo" in cui si realizza a prima vista la sintonizzazione con il proprio figlio.

LE SFIDE PSICOLOGICHE DEL DIVENTARE GENITORI

LA QUESTIONE ISTINTO MATERNO

L'istinto materno può esserci o meno, ma diventare genitori comporta in massima istanza l'incontro con "un altro", che in quanto tale va conosciuto e scoperto.

LE SFIDE PSICOLOGICHE DEL DIVENTARE GENITORI

LA QUESTIONE ISTINTO MATERNO

L'amore verso il proprio figlio si costruisce dentro la relazione e non è detto che nasca al primo sguardo!

Quell'amore può iniziare prima della nascita, può sbocciare magicamente al primo abbraccio, ma può nascere con l'incontro e la conoscenza.

LE SFIDE PSICOLOGICHE DEL DIVENTARE GENITORI

LA QUESTIONE ISTINTO MATERNO

*L'amore è diverso / da quello che credevo
più vicino a un'ape operaia/ a un tessitore
che a un acrobata ubriaco
(...) ma l'amore
è più vicino a una scienza / che a una poesia.
ha delle regole di risonanza / e altre di respingenza (...)*

(Livia Chandra Candiani)



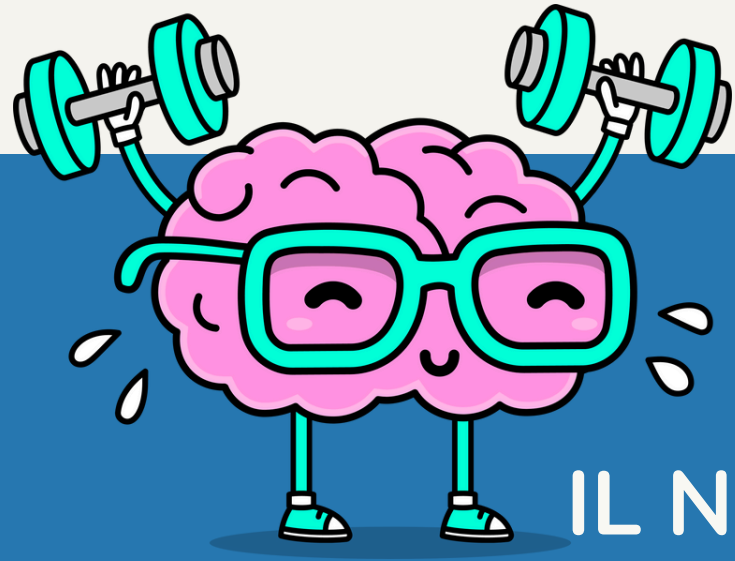
LE SFIDE PSICOLOGICHE DEL DIVENTARE GENITORI

LA QUESTIONE ISTINTO MATERNO

La cultura dell'istinto materno e dell'amore a prima vista rischia di innescare ed enfatizzare i sensi di colpa e di inadeguatezza delle mamme (e dei papà) che non riescono a sentire le farfalle nello stomaco guardando il loro neonato o che talvolta faticano a starci insieme.

SFATARE QUESTI FALSI MITI SULLA GENITORIALITA' E' UN COMPITO DI OGNI OPERATORE MATERNO INFANTILE!

LE SFIDE PSICOLOGICHE DEL DIVENTARE GENITORI



IL NOSTRO CERVELLO CI PREPARA A DIVENTARE MAMME

Fin dal concepimento il cervello femminile mette in atto dei cambiamenti che ci preparano a diventare madri e si mantengono fino a due anni dopo il parto.

Tutto questo è inizialmente reso possibile dagli ormoni della gravidanza (ossitocina e prolattina).

LE SFIDE PSICOLOGICHE DEL DIVENTARE GENITORI

DURANTE LA GRAVIDANZA

- Ipervigilanza stimoli minacciosi: fondamentale per proteggere i piccoli da potenziali pericoli (Pearson et al., 2009)
- Aumentata sensibilità al pianto, al sorriso e all'odore del bambino: utile per provare empatia e quindi sintonizzarsi con i segnali del piccolo (Thompson-Booth et al., 2014)
- Aumentata capacità di regolare le emozioni: utile per far fronte ai periodi di stress legati al puerperio (Kim, 2016)
- Aumento dei livelli di preoccupazione: utile per rispondere e capire le esigenze del bambino (Leckman et al., 2004)

LE SFIDE PSICOLOGICHE DEL DIVENTARE GENITORI

...E DOPO IL PARTO?

La letteratura scientifica mostra come la neurobiologia della maternità sia un **PROCESSO DINAMICO**, che non si determina e non si arresta con la nascita del bambino.

Man mano che il bambino cresce, la madre mostra una maggiore risposta ai suoi segnali!

**Work In
Progress**

LE SFIDE PSICOLOGICHE DEL DIVENTARE GENITORI

...E DOPO IL PARTO?

Dopo la nascita però gli ormoni smettono di avere un ruolo preponderante nelle modificazioni cerebrali. Sono la relazione e l'esperienza diretta con il neonato a determinare l'adattamento delle strutture cerebrali.

I bisogni dei bambini sono in continua evoluzione durante lo sviluppo e i genitori imparano ad adattarsi progressivamente a questi cambiamenti.



LE SFIDE PSICOLOGICHE DEL DIVENTARE GENITORI

DA DONNA, COMPAGNA, PROFESSIONISTA A MAMMA... H24

Durante il primo periodo post-parto la donna è catapultata nel suo nuovo ruolo, che spesso presuppone una disponibilità, dei ritmi e delle fatiche diverse da quelle a cui era abituata prima.

Questo nuovo ruolo dovrà però progressivamente trovare una dimensione all'interno dei "pezzi identitari" già integrati in precedenza.



LE SFIDE PSICOLOGICHE DEL DIVENTARE GENITORI

DA DIADE A TRIADE: UN'ALTRA CRISI MATURATIVA

Il passaggio da diade a triade è complicato e presuppone anch'esso una fase di disequilibrio e crisi maturativa, utile a fare spazio al nuovo nato e ad integrare all'interno della coppia le nuove funzioni genitoriali.

LE SFIDE PSICOLOGICHE DEL DIVENTARE GENITORI

DA DIADE A TRIADE: UN'ALTRA CRISI MATURATIVA

Una relazione di coppia è solitamente caratterizzata da:

1. Intimità
2. Vicinanza affettiva
3. Continuità.

Le caratteristiche intrinseche della coppia vengono in parte fisiologicamente perse con l'arrivo del nuovo nato.

LE SFIDE PSICOLOGICHE DEL DIVENTARE GENITORI

DA DIADE A TRIADE: UN'ALTRA CRISI MATURATIVA

Il 92% delle coppie sperimenta un aumento della conflittualità nei primi 12 mesi dalla nascita di un figlio.

E' importante che i partner ne siano consapevoli, cosicchè non si allarmino eccessivamente. Anzi è bene sostenere ed incoraggiare la conflittualità buona che dà una spinta propulsiva alla crisi maturativa.



LE SFIDE PSICOLOGICHE DEL DIVENTARE GENITORI

DA DIADE A TRIADE: UN'ALTRA CRISI MATURATIVA

Ricordiamo che il papà ha il ruolo di proteggere la diade durante i primi mesi, in cui la fusione mamma-bambino è fisiologica se non necessaria;

allo stesso modo successivamente ha il compito biologico di inserirsi all'interno della diade per favorire la rottura del legame simbiotico e favorire la fase esplorativa.



LE SFIDE PSICOLOGICHE DEL DIVENTARE GENITORI

QUANDO DA TRE SI DIVENTA QUATTRO (O CINQUE..!)

Quando arriva un altro bambino, l'amore si moltiplica e, a volte, si moltiplicano anche alcune paure dei genitori (temono di «abbandonare» il primo figlio o spingerlo a crescere troppo in fretta).

L'arrivo del secondogenito è un cambiamento per tutta la famiglia, che attiva delle dinamiche nuove, sia dal punto di vista psicologico che educativo.

LE SFIDE PSICOLOGICHE DEL DIVENTARE GENITORI

QUANDO DA TRE SI DIVENTA QUATTRO (O CINQUE..!)

Rappresenta un evento critico poiché comporta una serie di adattamenti non immediatamente comprensibili, soprattutto se il fratellino maggiore è ancora piccino.

Ci si possono aspettare fasi regressive nel maggiore ad ogni «traguardo» del minore, dapprima identificandosi con lui e cercando attenzioni, per poi raccogliere energia necessaria al cambiamento e lasciare il posto alla riorganizzazione.

LE SFIDE PSICOLOGICHE DEL DIVENTARE GENITORI

LE SFIDE DEI PAPA'

Non si può comprendere a fondo ciò che avviene quando nasce un bambino, se non si presta attenzione anche alla terza parte della triade: il papà.

Il suo ruolo oggi sta subendo delle trasformazioni profondissime, delle quali non si può non essere consapevoli, nel momento in cui si varca la soglia di una nuova famiglia.



LE SFIDE PSICOLOGICHE DEL DIVENTARE GENITORI

LE SFIDE DEI PAPA'

Prima della seconda metà del XX secolo le famiglie erano organizzate per lo più in maniera patriarcale:

SPESSO I NUCLEI FAMILIARI ABITAVANO VICINI
LE DONNE VIVEVANO LA MATERNITA' SOSTENUTE DA UNA RETE DI
ALTRE DONNE

OGNI FAMIGLIA AVEVA PIÙ FIGLI

I BAMBINI ERANO ACCUDITI DALLE DONNE DI CASA
I PADRI SI DEDICAVANO AL LAVORO E NON ERANO QUASI COINVOLTI
NELLA CURA DELLA PROLE