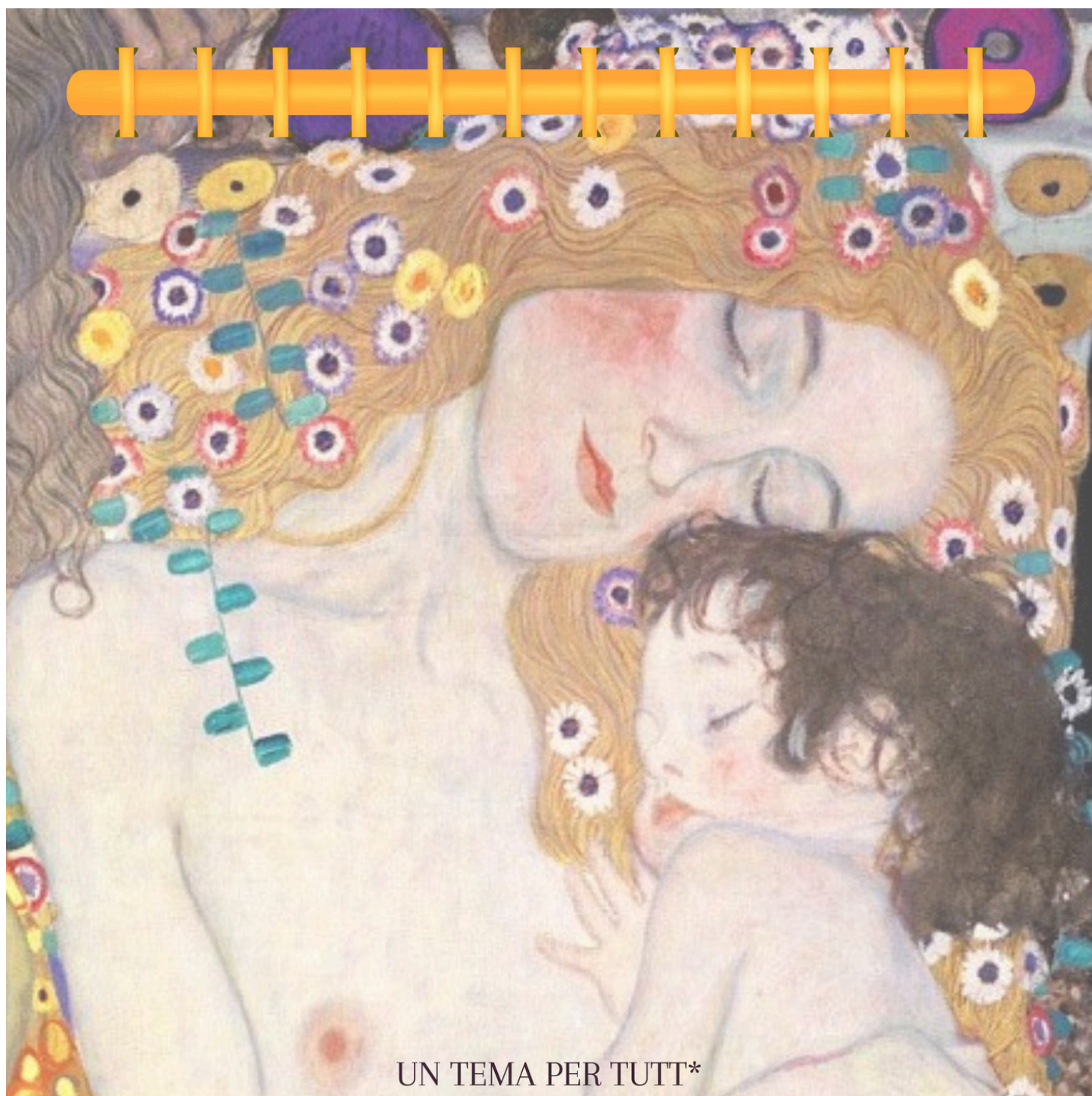


Madri si diventa



UN TEMA PER TUTT*

Francesca Biondi psicologa psicoterapeuta Iserdip

**Tutti sanno come e quando nasce un *figlio*.
Ma come e quando nasce una *madre*?**

E ancor prima, cosa significa essere *genitore*? Il genitore è definibile come colui che fornisce delle cure nei confronti di un figlio biologico o non, decidendo di farlo, e che si fa carico di aspetti essenziali della sua vita quali benessere, educazione, istruzione e socializzazione fino al raggiungimento dell'autonomia fisica, psicologica ed economica. In questa definizione, presa dal libro "Diventare genitori" della psicologa e psicoterapeuta Camilla Stellato (Mondadori, 2023), viene sottolineato il concetto di scelta: si decide di essere e fare il genitore, non basta partecipare con il proprio patrimonio genetico all'atto della procreazione per essere definibile tale. Oggi esplorerò il processo di nascita di quello che si definisce "assetto materno" partendo dall'esperienza più comune, cioè quella della gravidanza, sebbene mi preme specificare che non sono la gravidanza e il parto in sé a rendere madre una donna.

Nel procedere farò riferimento al susseguirsi di una serie di cambiamenti che già durante la gravidanza contribuiscono a strutturare una nuova identità. Diventare madre è infatti il risultato dell'immenso lavoro che una donna compie sul paesaggio della propria mente nei mesi precedenti e successivi all'effettiva nascita del bambino. Il frutto di questo lavoro è l'*assetto materno*, che corrisponde a una nascita psicologica, una nuova identità. Questo processo attraversa varie fasi: perché si formi una nuova identità è necessario anzitutto che ci si prepari mentalmente al cambiamento, creandogli uno spazio che prima non esisteva; servirà poi affrontare un intenso travaglio emotivo che farà emergere nuovi aspetti della

persona che diventerà madre - in particolare a livello immaginativo, attraverso l'esplorazione delle proprie fantasie più o meno consapevoli orientate a sé, al bambino, al partner; infine ci si dovrà assumere il compito di integrare con il resto della propria vita le trasformazioni avvenute. In questa sede mi concentrerò su ciò che avviene agli albori di questo processo, in quella che si può definire la "fase preparatoria", in particolare andando a esplorare le fantasie precedenti e successive al momento del parto, importanti da riconoscere in quanto potenzialmente agenti come profezie capaci di autoavverarsi.

LA NASCITA DI SE'COME MADRE E DI UNA NUOVA RETE

Prima di esplorare il variegato mondo immaginario della donna che diventa madre, è importante segnalare alcuni dei cambiamenti più significativi che iniziano ad avvenire nella relazione tra sé e sé e tra sé e gli altri fin da prima che il figlio nasca:

Il passaggio da figlia a madre: la donna che diventa mamma è sempre stata figlia di sua madre e questa relazione, indipendentemente dalla sua qualità, è sempre stata centrale per la sua identità. Quando però si diventa madri si inserisce una nuova identità, che scalza, o per lo meno affianca, quella precedente: la vita vissuta come "figlia di" diventa il passato e inizia un futuro fatto di una nuova identità. Durante questa trasformazione così profonda è possibile avvertire vissuti differenti, che spaziano dal senso di perdita a quello di conquista. Ecco

uno dei motivi per cui spesso le neomamme si sentono al contempo tristi e felici, alla luce di ciò che di nuovo sta nascendo ma anche di ciò che si sta lasciando dietro di sé.

Fare ricorso alle altre donne e la nascita di nuovi triangoli: sicuramente dopo la nascita del figlio, ma già durante la gravidanza, la donna che diventa mamma potrebbe sorprendersi del nuovo modo in cui percepisce le persone che la circondano. E' possibile che aumenti l'interesse per la comunità delle altre donne e/o che diminuisca quello per gli uomini. Questo avviene sia nella prospettiva del presente che di una rivalutazione del proprio passato. Per quanto attiene al presente, spesso le neomamme si chiedono quanta parte della loro esperienza sia comune alle altre donne nella loro condizione; quando riescono a stabilire un rapporto di solidarietà con un'altra neomamma spesso passano insieme molto tempo, confrontando le proprie esperienze e cercando di dar voce ai propri vissuti, beneficiando della condivisione con un'altra persona che vive le loro stesse cose e che può essere d'aiuto con la propria esperienza. Per quella che è invece la rilettura del proprio passato, capita spesso che le neomamme avvertano una curiosità accentuata nei confronti della propria madre. Potrebbe nascere il desiderio di conoscerla non tanto per com'è nell'attualità, quanto per com'era in passato quando era nel ruolo di chi accudiva. A mano a mano che si sviluppa l'assetto materno la storia personale della neomamma e soprattutto il modo in cui è stata allevata acquista una crescente rilevanza. Capiterà di ripensare alla propria madre o ad

altre figure materne incontrate nella vita per esaminarle in maniera critica e decidere se siano modelli da seguire o da respingere. Insieme al “classico” triangolo madre, compagn* e figlio, dunque, inizierà ad assumere priorità un altro triangolo psicologico ugualmente importante, la cui dinamica interna è data dalle relazioni tra neomamma, il suo bambino e sua madre.

Vedere l* compagn* con occhi diversi: è probabile che anche la percezione del* propri* compagn* cambi, diventando centrale l'identità dell'altr* come genitore prima che come partner. La scienza mostra che alcune comunità di animali funzionano allo stesso modo: i babbuini femmina, appena avuto un piccolo, accettano la presenza del maschio solo se questi si dimostra capace di badare alla prole. Si verifica dunque uno spostamento di accento: le normali dinamiche che riguardano il sesso, l'aggressività, la competizione sono relegate sullo sfondo, mentre la capacità di accudire e allevare i piccoli, la cooperazione e la creatività balzano in primo piano.

LA NASCITA DEL BAMBINO IMMAGINARIO E DEL FUTURO IMMAGINARIO

Quando una donna aspetta un figlio, si potrebbe dire che sono tre le gravidanze che procedono contemporaneamente: il bambino fisico che cresce nel ventre, l'assetto psichico della donna che si orienta verso la maternità e il bambino immaginario che prende forma nella sua mente.

La madre cerca di indovinare come sarà suo figlio e le ipotesi saranno condizionate dalle speranze, dai timori, dai valori in cui crede e dalla sua storia personale. Seppur alcune madri affermino di non costruirsi affatto un bambino immaginario, anche la semplice scelta del nome svela il desiderio di avere un figlio con determinate caratteristiche. Questo processo immaginativo non riguarda solo fantasticherie senza costrutto, ma si tratta di un modo utile e creativo per prepararsi ad affrontare la situazione che si verrà a creare subito dopo la nascita del bambino. Capita infatti a tutti noi, quotidianamente, di creare mondi immaginari, una sorta di palcoscenico mentale su cui possiamo proiettare le varie soluzioni e le possibili conseguenze delle situazioni in cui ci troviamo, e tutto questo ci aiuta a sopravvivere.

Esistono alcuni schemi comuni nell'andamento di queste fantasie. Il più diffuso è che, finché non sono sicure di riuscire a portare a termine la gravidanza (di norma intorno alla dodicesima settimana), le donne incinte non si lasciano andare a pensieri troppo specifici sul bambino che nascerà. Di norma infatti il processo immaginativo ha veramente inizio *dopo il terzo mese*, quando è stata data conferma del normale procedere della gravidanza. Altre donne invece hanno bisogno di un tempo più lungo di tre mesi per assimilare il fatto di essere incinte. A partire dal quarto mese, l'esperienza del feto reale (che si ha sia tramite le ecografie, sia con le sensazioni di presenza fisica nella pancia) dà di solito un grande impulso alle fantasie sul bambino immaginario. È soprattutto nel periodo tra i quattro e i sette mesi che la maggioranza

delle mamme dà libero corso alle proprie fantasie, arrivando a configurare un'immagine del bambino abbastanza elaborata. *Tra l'ottavo e il nono mese* invece può accadere che l'immagine del bambino subisca un cambiamento, come se a questo stadio la madre inizi a disfarsi di questa immagine così minuziosamente elaborata, lasciando che un po' svanisca; è come se iniziasse a smantellare il bambino immaginario e questo ha un senso preciso, poiché al momento della nascita il bambino reale e quello immaginario si incontreranno per la prima volta e la madre non può permettersi che tra i due esista una differenza troppo marcata, proteggendo in questo modo sia se stessa che il bambino reale.

Il bambino immaginario tuttavia non scompare mai del tutto: quando si incontra con il bambino reale, infatti, subisce una serie di aggiustamenti per essere adattato alle caratteristiche fisiche e temperamentali reali. La versione "aggiornata" del bambino immaginario sopravvive così nella mente della madre accanto al bambino reale e la madre continuerà a guardare quest'ultimo attraverso le lenti dei propri desideri, sogni e paure. Ed è infatti proprio nel *periodo immediatamente successivo alla nascita* che avviene un ulteriore step di preparazione alla maternità, con un lavoro che continua in gran parte a livello immaginativo. Al momento della nascita del bambino reale, la madre inizierà a prefigurare il futuro assegnando identità e ruoli specifici non solo al proprio figlio ma anche al* propri* partner, a se stessa e alla propria rete, ad esempio alle famiglie d'origine. Questo ulteriore passaggio avviene tipicamente in questo

periodo poiché rappresenta una fase di sospensione tra un passato ormai chiuso (quello della vita “prima”) e un futuro ancora indefinito, che richiede in quanto tale di iniziare ad avere una qualche direzione. I ruoli e le identità definiti in questo periodo potrebbero determinare in maniera significativa la possibile direzione degli eventi nel futuro: ecco perché è così importante essere consapevoli delle proprie fantasie, che in gran parte si muovono a livello inconscio.

Ecco di seguito alcuni dei “progetti comuni” di cui i bambini immaginari, e di conseguenza quelli reali, potrebbero venire investiti:

Il bambino che soddisfa i bisogni della madre: volenti o nolenti, tutte le mamme si aspettano che i figli soddisfino alcuni loro bisogni, ambizioni e desideri personali, riparando fallimenti e delusioni.

Potrebbero aspettarsi da loro di ricevere amore incondizionato, dunque che finalmente qualcuno la amerà indipendentemente da tutto, un’idea che potrebbe rendere difficili gli inevitabili momenti in cui il bambino sarà in collera con lei, la respingerà o, semplicemente, comincerà a essere più indipendente grazie al naturale processo di sviluppo.

Oppure il bambino potrebbe essere percepito come un sostituto di persone importanti perse in passato; può accadere che il genitore senta il bisogno di attribuire al piccolo parte del significato che la persona scomparsa rivestiva per lei o per lui. Talvolta la persona che non c’è più è un bambino venuto a mancare prematuramente

durante la gravidanza o appena nato; in questi casi è molto difficile per il genitore non aspettarsi che il bambino appena nato vada a colmarne la perdita o erediti le fantasie e i sogni ispirati dall'altro.

Le neomamme spesso sperimentano un umore deflesso o disforico per periodi più o meno lunghi durante il processo di adattamento alla vita con il bambino, ma ci sono anche mamme che si trovano a fare i conti con una tendenza depressiva da sempre presente nella loro vita e che non sparisce dopo la nascita del figlio. Può capitare in queste situazioni che la madre, senza rendersene conto, usi il piccolo per sentirsi viva, animata, insomma come se funga da antidepressivo. Avere questa funzione nei confronti della propria madre comporta una pesante responsabilità per qualsiasi bambino che, per svolgerla, potrebbe trovarsi - indole permettendo - nella posizione di diventare molto attivo, seduttivo, ecc.

Oppure ancora, il bambino potrebbe essere portatore di una funzione vicaria: inevitabilmente i figli sono estensioni dei genitori proiettate verso il futuro e, avendo tutti i genitori sogni non realizzati, viaggi mai compiuti, sentieri non esplorati, è comprensibile il desiderio di riparare o rivivere il passato in forma vicaria attraverso i figli. Allo stesso modo si registra la tendenza a desiderare che il figlio viva alcune delle esperienze che sono state coronate da successo o che si sono dimostrate molto gratificanti per i genitori.

Il bambino e la relazione di coppia: è inevitabile che la nascita del bambino avrà delle ripercussioni sulla

relazione di coppia, che richiederà aggiustamenti di vario tipo, ed è naturale per una madre fantasticare su quello che accadrà a livello di nucleo familiare.

Alcuni genitori sperano che il figlio in arrivo agisca come una sorta di collante capace di tenere insieme per sempre il loro legame, dandogli il ruolo di salvatore della coppia, sotto il quale possono nascondersi paure molto reali di una rottura del legame affettivo. Altri genitori hanno invece fantasie opposte, immaginando che il figlio possa minacciare l'armonia o l'esclusività del legame di coppia. Quando queste idee, di per sé naturali se passeggero, diventano vere e proprie preoccupazioni, di fatto la mamma può assumere solo due punti di vista opposti: o la coppia, percepita come fragile, dev'essere protetta dall'intrusione del bambino e quest'ultimo viene relegato in un ruolo periferico, oppure viceversa il bambino dev'essere protetto dalla coppia e a essere confinata ai margini diventa la coppia stessa. In entrambi gli scenari si crea una competizione distruttiva a causa della quale soffrono entrambe le parti in causa.

Alcune donne potrebbero credere che il nuovo nato farà raggiungere alla coppia un più alto livello di armonia e di soddisfazione, generando una triade idealizzata: la famiglia perfetta. Se l'ideale viene disilluso, è possibile che i genitori provino un vago senso di fallimento e di incompletezza. Può anche succedere che quando in famiglia c'è già un bambino, quello successivo venga valorizzato non tanto per ciò che è in sé, quanto come complemento del primo, realizzando il compito di far raggiungere alla famiglia il "numero perfetto" o di

togliere al primo figlio lo status di figlio unico (questo capita spesso quando a essere figlio unico è un genitore che ha sofferto per questo).

La formazione di questi ideali porta a compimento la fase preparatoria dello sviluppo dell'identità materna: ora si ha un bambino reale, una madre, un altro genitore e un progetto per il futuro sottoforma di funzioni e ruoli immaginari. Quest'ultimo rappresenta una normale costruzione operata dalla mente alle prese con un avvenimento capace di trasformare radicalmente la propria vita, rappresentando di per sé un processo fisiologico e persino utile, se utilizzato per mettere a fuoco aspetti di sé e preparare il campo a tutte le sfide che la genitorialità proporrà. Se tuttavia trascurati o lasciati liberi di espandersi troppo, i bambini immaginari possono creare dei problemi o spingere il bambino reale verso ruoli troppo pesanti da sopportare o del tutto inadatti alla persona che è.

Riconoscere di aver predisposto qualche forma di piano mentale è pertanto essenziale perché solo quando se ne è consapevoli si è anche in grado di decidere se scartarlo o assecondarlo. Non è tuttavia sempre semplice mettere a fuoco il proprio ideale di bambino e di famiglia, o riconoscerne i potenziali impatti e costi, che potrebbero manifestarsi sottoforma di fatiche di varia natura sia nel genitore che nel figlio; un passo importante in questi casi potrebbe essere quello di chiedere un aiuto professionale, per ridare la giusta collocazione e dignità a ciò che si

cela dietro a un certo tipo di immaginario, lasciando alle persone reali la libertà di essere (e diventare) chi sono.

Bibliografia:

Stern D. N., Bruschiweiler-Stern N., Freeland A., “Nascita di una madre. Come l’esperienza della maternità cambia una donna”, Mondadori, 2017

Stellato C., “Diventare genitori”, Mondadori, 2023

