

A woman with dark curly hair is lying on her back, wearing a grey sweater and blue jeans. She is holding a small ultrasound image in her hands, looking at it intently. The background is a wooden floor.

Consulenza:

Alessandra Bortolotti
*psicologa perinatale
a Firenze*
Cristina Fiore
*prenatal tutor
e responsabile Anep
di Chiavari*

9 mesi... fantastici

servizio di **GIORGIA E. COZZA**

Ll bambino nasce, molto prima del parto, nella mente e nel cuore dei suoi genitori. Per nove mesi, la futura mamma e il suo compagno immaginano il piccino che verrà alla luce, fantasticano sul suo aspetto fisico, il suo temperamento, la relazione che si creerà con lui... Ma le fantasie dei nove mesi permettono non solo di dare 'forma' al proprio bimbo, ma anche di 'fare il punto' rispetto alla propria vita. "I pensieri della futura mamma sono caratterizzati da un intrecciarsi tra passato, presente e futuro", spiega Alessandra Bortolotti, psicologa perinatale a Firenze. "Le immagini del sé infantile e del sé adulto, della bambina che si era e del figlio che si avrà, della madre che si è avuta e della madre che si diventerà, si fondono facendo sì che la donna viva una doppia identificazione con chi accudisce e con chi è accudito, ovvero con la propria mamma e con il bimbo che porta in grembo. Ciò determina un aumento notevole dell'attività mentale cosciente e fantastica, ma non solo. L'immaginario della donna in attesa si me-



GRANATA IMAGES

Cogli ogni occasione per pensare ed entrare in comunicazione con lui

alla donna di iniziare a comunicare con il proprio bimbo e, in base ai movimenti, farsi un'idea del suo temperamento e interpretare i segnali, proprio come dovrà fare per soddisfarne le esigenze dopo la nascita.

■ **Nell'ultimo trimestre**, l'attenzione si sposta dal bimbo al travaglio e le fantasie si concentrano su quanto accadrà in sala parto.

Il bambino immaginato

Come in tutte le altre situazioni della vita, uomini e donne hanno un modo diverso di vivere emozioni e fantasie. E così, il bambino immaginato dalla futura madre non coincide con quello di papà. "Mentre la donna tende a pensare al piccolo subito dopo il parto, le fantasie del compagno sono concentrate su un periodo successivo", spiega Stefano Pozzi, psicologo, che conduce corsi di preparazione alla nascita per futuri papà. "La fantasia dell'uomo riguarda infatti non tanto la cura, l'accudimento del bebè, quanto l'interazione con lui. Per questo, in genere, il figlio sognato ha già 3-4 anni, è in grado di camminare e di farsi capire, di giocare e relazionarsi".

"Inoltre, essendo escluso dal legame fisico con il bebè, il futuro papà ha bisogno di più tempo per sentirsi coinvolto", considera Cristina Fiore. "Vedere la pancia che cresce, poter sentire il piccolo che scalcia gli permette di entrare in rapporto con il bambino". In questo senso può essere di grande aiuto anche l'ecografia, un esame che nei tre trimestri viene vissuto in modo diverso da uomo e donna: in genere, per il papà è un modo per 'rendersi conto' che il bambino c'è davvero, mentre alla mamma serve soprattutto per tranquillizzarsi in merito alla salute del piccino.

"Caratteristico del futuro padre è, inoltre, il forte carico emotivo della

scola con l'attività onirica che, durante la gravidanza, si intensifica e spesso verte proprio sul bebè".

È questo un periodo di intensa riflessione, di valutazione del passato e di progetti per il futuro, un'occasione preziosa anche per rielaborare esperienze e sensazioni della propria infanzia. "In questa fase", dice Cristina Fiore, prenatal tutor e responsabile Anep (Associazione nazionale educazione prenatale) di Chiavari, "la futura mamma e il suo partner rimettono in discussione le loro relazioni con i genitori per discostarsi da certi atteggiamenti ("Io non farò mai come loro") o, al contrario, per assumere da loro modelli positivi. E dal passato le fantasie si spostano al futuro, e ci si interroga su che tipo di genitori si diventerà".

Le tre fasi dei sogni

Con il trascorrere dei mesi, l'oggetto dei 'sogni a occhi aperti' della futura mamma cambia. **"L'immaginario della donna segue tre momenti ben distinti che corrispondono ai tre trimestri dell'attesa"**, riprende Alessandra Bortolotti.

■ **Il primo stadio** è caratterizzato dalla necessità di accettare e comprendere ciò che sta accadendo. La futura mamma deve ancora 'rendersi conto' che aspetta un bimbo. In genere, in questa fase un momento importante è rappresentato dalla prima ecografia: il battito di quel piccolo cuore sembra dire che è 'tutto vero'...

■ **Il secondo trimestre**, con la comparsa dei primi calcetti, permette

responsabilità che cresce nei confronti del piccolo che nascerà e della compagna che lo porta in grembo", considera Stefano Pozzi.

Maschio o femmina?

Una delle prime domande su cui si concentrano curiosità e aspettative dei futuri genitori riguarda il sesso del nascituro. "Questo tipo di fantasie sono spesso collegate al sostrato socio-culturale della famiglia", commenta Cristina Fiore. "In molti paesi, c'è ancora l'aspettativa di un figlio maschio, ma se si tratta del secondogenito, si nutre in genere il desiderio di 'fare la coppia' e chi ha già un maschietto spera in una femmina e viceversa".

Oggi, nella maggior parte dei casi, la curiosità sul sesso del nascituro è presto soddisfatta grazie all'ecografia o agli esami di diagnostica prenatale. Ma la tecnologia non cancella quella misteriosa capacità delle future mamme di 'sentire' se il bimbo nel pancione è maschio o femmina... "A questo proposito, c'è uno studio davvero interessante che ha riguardato 136 future madri, seguite dalla Clinica Ostetrica Ginecologica dell'Università Cattolica del Sacro Cuore di Roma", dice

Cristina Fiore. "L'indagine, condotta dal dottor Giuseppe Noia, ha evidenziato un collegamento tra preveggenza materna circa il sesso del bebè e maternity blues. L'80,7% delle donne intervistate ha 'indovinato' il sesso del bimbo, e tra queste l'incidenza della malinconia del dopo parto era lievemente minore rispetto a chi non aveva fatto previsioni o l'aveva sbagliata". "Per quanto riguarda, invece, il futuro papà si evidenzia la tendenza a immaginare un maschietto", spiega Stefano Pozzi, "una tendenza che riguarda in modo particolare il primogenito: se il piccolo che nascerà è un maschio, per il padre è più semplice identificarsi e questo ha un effetto 'rassicurante'. Ciò non toglie, naturalmente, che una volta in sala parto il papà si innamori all'istante della sua bambina...".

In ascolto per conoscerlo

Ma le fantasie sono anche la via preferenziale per iniziare a conoscere il proprio bambino. "Dedicare tempo all'ascolto dei movimenti del bimbo nel pancione", dice Cristina Fiore, "immaginare che cosa sta facendo, di che umore è, è infatti un modo per relazionarsi con il proprio bambino. Vari studi hanno dimostrato l'importanza di questa conoscenza per il futuro rapporto madre-figlio, ma anche per il benessere fetale".

La comunicazione nei nove mesi, l'ascolto rendono meno 'brusco', al momento del parto, il passaggio dal bambino immaginato al bambino reale.

PIÙ RAZIONALI CON LA SECONDA GRAVIDANZA

Nella maggior dei casi, l'accentuata componente fantastica che caratterizza la prima gestazione tende a ridursi nelle attese successive. "Ciò non significa che la mamma non immagini il suo piccino ma, in genere, ha meno tempo da dedicare alle fantasie e la seconda gravidanza è caratterizzata da una minore introspezione", considera Cristina Fiore. "Soprattutto se il primogenito è ancora piccolo e richiede molte attenzioni, i genitori non possono dedicarsi in esclusiva al nuovo bimbo, come nella gravidanza precedente. Per quanto riguarda l'immaginario della donna, diminuiscono le fantasie legate al proprio ruolo materno (e quindi i timori relativi alla propria capacità di 'fare' la mamma), e il pensiero della donna è più concentrato sul parto, con ansie o aspettative più o meno positive a seconda di come è stata la prima esperienza".

"Se tra mamma e bimbo c'era già una 'relazione' durante il tempo dell'attesa, la nascita non rappresenta un primo incontro, ma un 're-incontro', un ritrovarsi reso nuovo grazie al tatto e alla vista", commenta Cristina Fiore. "Con il parto si ha un'inversione di tendenza nel rapporto tra fantasia e realtà", conclude Alessandra Bortolotti "e quel bimbo che ora si può toccare e col quale si può entrare direttamente in relazione, fa prendere coscienza della nascita anche di un'identità materna che, da quel punto, sarà reale a tutti gli effetti".

Un filo di lana, legame con la realtà

Un tempo le donne

lavoravano a maglia,

confezionando giorno dopo giorno il corredo del bebè. Un'immagine poetica che ha anche un interessante risvolto psicologico: maglia dopo maglia la futura madre elaborava una rappresentazione fantastica del bambino cui erano destinati calzini e camicine, ma nello stesso tempo il piccolo 'prendevo corpo',

diventava reale nella paziente e laboriosa attività materna. "Maglia dopo maglia il lavoro cresceva così come cresceva il piccino nel pancione", spiega Alessandra Bortolotti. "Le ore dedicate a questa attività corrispondono, quindi, all'elaborazione da parte della donna della rappresentazione del suo bambino, sempre in bilico tra fantasia e realtà, tra l'essere all'interno di sé e parte di sé e, contemporaneamente, essere altro da sé e fuori da sé".

