



General | | Actualitzat el 18/10/2022 a les 08:00

Crisi de parella després de tenir fills?

Quan som mares o pares ens redescobrim en un nou rol i això ho canvia tot

[inicicentrareport]Per sort sembla que ja ha quedat enrere allò de "tenir criatures per arreglar la parella". Cada vegada més, per com es va mostrant en la televisió i la literatura, pel que hem viscut en la nostra infància, pel que hem vist a casa nostra o de les nostres amistats, sabem que l'arribada d'una criatura a la família engrandeix l'amor, cert, però també engrandeix moltes altres coses.

L'arribada d'una criatura ens posa davant tot el que som com a parella. Com un **mirall** o més aviat com una **lupa**, que augmenta tot allò que està bé, però també tot allò que encara està per resoldre o per col·locar.

De fet, un dels aspectes més importants per poder predir una mica com s'ajustarà la parella al naixement d'una criatura és revisar com estava prèviament. És obvi que si hem de fer una carretera amb fang, bassals i molts obstacles no serà mateix fer-la amb un vehicle de ciutat que amb tot terreny.

Doncs amb la parella passa una mica el mateix. Hem d'haver pogut cultivar l'**amor conscient**, més enllà de l'enamorament. Un **amor sense idealitzacions**, acceptant tots els aspectes de l'altre que un inici no havíem pogut, volgut o sabut veure.

Si aquesta tasca està mínimament resolta, aconseguirem crear un **espai compartit** per organitzar la família plegats. Però si aquesta tasca no s'ha fet, segurament aquest espai estarà ple d'aspectes no resolts i serà difícil fer lloc per aquesta criatura.

Sovint, creiem que la crisi de parella comença amb l'arribada del nadó quan, de fet, moltes ja hi eren, però el nadó el que ha fet és treure-la a la superfície. Perquè els canvis comencen molt abans de que arribi la criatura.

Amb la notícia de l'embaràs, ja **comencen a moure's coses** en la parella, més o menys a la mateixa velocitat a la que va creixent la panxa. Poc a poc, anem creant espai per a aquest nadó. Anem canviant de lloc els mobles, tirant algunes coses i comprant-ne d'altres.

És bonic poder veure que el que passa a casa és un procés paral·lel a allò que passa dins nostre i de les nostres parelles durant l'embaràs. És moment de **fer espai**, de **remoure**, de **remirar** i de **construir** tot allò que necessitem.

A mida que la panxa va creixent, que ja comença a ser evident, que es comencen a sentir els moviments del nadó, es mouen també més coses. Cada vegada és més real. Comencen a construir-se els **nous rols** (de mare i pare), comencen a aparèixer sentiments nous i diferents i potser també n'aparèixen d'altres més amagats i oblidats.

Comença a gestar-se el que serà la família. L'embaràs és també un període de cert **recolliment** per als dos membres de la parella. Cadascú viatja al seu món intern, als seus records, a la seva infantesa, a **connectar** amb aquesta criatura, a construir aquesta nova part de la seva identitat.

Cap al final de l'embaràs és quan es comença a fer obvi que moltes coses estan canviant en la parella. De nou la realitat física ens fa de mirall de la realitat emocional. Si intentem abraçar a la



nostra parella a poques setmanes de parir veurem que la panxa està al mig. Que **costa abraçar-la**. Que cal trobar altres maneres tenint en compte que ara hi ha una persona més en l'equació.

I això es fa encara més evident quan arriba la criatura. Al convertir-nos en mares i pares apareixen nous rols en la parella. Ara a més de "novia", "marit" o "companya" som també mares i pares.

Aquests rols venen acompanyats de **nous sentiments i percepcions** sobre nosaltres mateixes i les nostres parelles. Ens estem **coneixent** a nosaltres mateixes en aquest nou rol, però també estem descobrint com és el nostre company o companya en ell.

Durant tots els anys previs de relació hem anat construint un equilibri més o menys estable en el que sabíem exactament què podríem esperar de la nostra parella. Segurament podríem més o menys predir com es comportaria en aquesta o aquella altra situació. I ara que la criatura ja està fora, potser veiem **aspectes de la personalitat** de la nostra parella que no coneixíem i que no ens esperàvem.

Quan tenim una criatura ens trobem dues **persones renovades**. I, a més, ens enfrontem a les **expectatives** que teníem sobre com seríem (nosaltres i les nostres parelles) com a progenitors. Comença la tasca de **conèixer-nos de nou**, de reparar el que ja no serveix, de crear noves estructures que puguin sostenir-nos ara, de crear nous ponts.

Moltes parelles diuen començar a sentir-se famílies a partir del naixement de la primera criatura. En aquest moment prenen consciència de la prioritat en la qual s'ha convertit la família creada, deixant així, la família d'origen en un pla secundari.

I és que aquesta independència de la **família d'origen** és també essencial en la construcció de la nova família. El naixement de la criatura és un moment clau per recol·locar, per redefinir posicions, per posar nous límits si cal. Ens elevem com a caps de la nostra pròpia família per a poder proclamar-nos adults independents.

Amb tot això coent-se, no és estrany que sentim certa **tremolor**, certa crisi quan arriba un nou nadó a la família. Però una crisi no té perquè ser dolenta si es pot resoldre. De fet, les crisis, les dificultats, són també **grans fonts d'aprenentatge** i creixement.

Segurament canviaran coses en la nostra parella quan arribi la criatura. I no passa res. Si som conscients que les coses canviaran podrem treballar-hi juntes i construir així el que serà aquesta nova vida **com a família**.

[ficientreport]