



General | | Actualitzat el 09/06/2021 a les 07:13

Amb tu no, amb la mama

Et passa? Ens en parla la psicòloga perinatal Paola Roig

[inicicentrareport]Si ets pare i tens un fill entre 0 i 3 anys, segurament has escoltat de la seva boca alguna cosa semblant a aquesta: **"No, amb tu no vull anar a la dutxa, vull anar amb la mare!"**

Recordo un pare que va assistir un dia a una xerrada i em deia "Sí, és com la sèrie aquella que veiem de petits, la dels dinosaures, aquella que el bebè sempre deia **"tu no, mami!"**, doncs així és amb la meua filla".

Aquest pare havia aconseguit posar-hi humor, però també reconeixia que havia sentit molta impotència, certa tristesa i també cert rebuig davant la situació.

[GotaVerdaPle]**I perquè passa això?** Bé. Anem per parts. En els nadons petits és fàcilment comprensible la seva preferència per la mare que l'ha gestat. Pensem que el nadó ha passat 9 mesos dins del cos de la mare. La seva veu, la seva olor, la seva manera de caminar, el seu batec del cor, és l'única cosa que coneix.

I és el que espera trobar-se quan surt. Cal recordar que el medi del nadó és el cos de la mare. **En contacte pell amb pell amb la mare** els nadons regulen millor la temperatura, fan cicles de son complets i tenen nivells òptims de glucosa en sang. Si ho pensem, a **sobre el cos de la mare, el nadó ho té tot cobert**. Es sent segur. Està calentet. I a més té la seva font d'alimentació a l'abast si necessita menjar. És immillorable.

Mirant-ho així té tot el sentit que els nadons prefereixin estar amb la seva mare, oi?

Pensem que la ment d'un nadó funciona diferent que la nostra. El seu cervell, el seu concepte del món està encara en formació. I simplificant molt, diríem que **el seu món es divideix entre MARE i NO MARE**. Com si el món estigués dividit entre aquestes dues categories. No és fins als 8-9 mesos que el nadó comença a incloure a altres persones importants en el seu món intern.

Així que si ets pare o parella no gestant d'un nadó petit i m'estàs llegint, no pateixis. És normal. Durant les primeres setmanes és important recordar que **el rol del pare o parella és sostenir la diada mare-nadó**. Pensem que les mares estan sostenint una vida, literal i simbòlicament. I elles també necessiten ser sostingudes.

Necessiten algú al costat que s'encarregui de tot, perquè elles puguin estar ocupant-se d'aquest nadó que acaba d'arribar. Així que potser, durant aquests primers dies, la millor manera que tens de cuidar al teu nadó, és cuidar a la mare. Preguntar-li que necessita. Escoltar el que està sentit. Acompanyar-la en aquesta transformació tan forta que està vivint.

És fàcil entendre el que passa quan són nadons, però, **i quan van creixent?** Durant el seu desenvolupament i haurà diversos pics d'aquesta **"mamitis"**. La primera és sobre els 8-9 mesos. En aquest moment el nadó comença a entendre, poc a poc, que ella i la mare no són la mateixa persona, i que es poden separar. Això, en el nadó, genera certa angoixa, i per això pot ser que es mostri més demandant. És el que es coneix com a "ansietat de separació".

Després, cap als dos anys de vida, amb la finalització de la fusió i la nova vida autònoma i independent del nadó, pot tornar a aparèixer aquesta necessitat de mamà. En general, **quan passen per moments de grans canvis**, de sentir inseguretat, de sentir que, d'alguna manera, el seu món es tambaleja, els nadons tornaran a aquella font primària de seguretat, a allò que els feia



sentir que res dolent podia passar, a aquella calma i tranquil·litat absoluta, a casa seva. **A la seva mare.**

Així, esdeveniments com l'arribada d'un germà, l'inici de la llar d'infants, la tornada a la feina remunerada de la mare, quan estan malalts, una mudança? poden fer que les nostres criatures busquin de nou el refugi en els braços de la seva mare.

I segurament, com a pares o parelles, us estigueu preguntat, d'acord, **però i nosaltres, què hi podem fer?** Crec que el primer i el més important és entendre que **no és una cosa personal, forma part del seu desenvolupament.** No està rebutjant l'altra persona, només vol estar amb la mare. Si entenem això resultarà molt més fàcil poder seguir estant disponibles, estar al seu costat per quan sí que ens necessitin.

És important entendre també que **podem anar construint el vincle amb les nostres criatures des que neixen.** I això s'aconsegueix estant present. Per exemple, en nadons petits, una eina que em sembla fonamental pels pares o parelles, és el porteig. Portant al nostre nadó sobre nostre, olorant-nos, escoltant-nos, podrem anar coneixent-nos l'un a l'altra, i teixint aquesta connexió tan important.

També és important que, **davant del rebuig, no desapareguis ni desisteixis.** Posem un exemple. Imaginem que la teva criatura només es vol banyar amb la seva mare. No cal que forçis a banyar-la tu, però igual **si que pots estar present en el moment del bany.**

Potser, al cap d'uns dies, tu pots ensabonar-li el cap. I potser, després d'una setmana, la mare marxa i la treus tu de la banyera. Si t'has quedat sol amb la teva criatura i l'has de banyar tu, pots validar les seves emocions. **"Ja veig que estàs una mica enfadada, entenc que tu volies estar amb la mare, però avui hi sóc jo".** Pots acompanyar a la teva criatura en el seu sentir, fent-li saber que hi ets, que estàs amb ella.

I és que al final, el més important és això. Ser-hi. **Perquè, si hi ets, si estàs present, si estàs disponible, estigues segur, que més d'hora que tard, arribarà un moment en el qual la teva criatura digui "Ho vull fer amb el pare!".** [ficentrareport]