Manual de «bona» mare

No es tracta de ser mares perfectes, es tracta de ser mares prou bones

[inicicentrareport]No és estrany que en **grups de Whatsapp** de mares hi hagi infinitat de preguntes sobre com fer-ho amb les nostres criatures en determinades situacions. Com gestionar una enrabiada, com intentar que no creuïn el carrer sense mirar, **com dir-los que arriba un germanet, com treure el xumet, com, com, com**? i així infinitament.

I realment és un privilegi poder estar en contacte amb altres mares i famílies en un clic. Poder compartir, sentir-nos acompanyades, sentir que d'alguna manera, no estem soles en tot això. Tot i això, últimament penso en **què s'amaga darrere de tot això**. Per què les mares necessitem qüestionar-nos contínuament. **Per què tenim un nivell d'exigència tan alt**. Perquè de vegades desitgem que existeixi un manual de bona mare.

I és que, encara que sembli mentida, **moltes de nosaltres ens veuríem alleugerides si trobéssim un manual que aclarís tots aquests dubte**s: en quin moment exacte podem separar-nos del nostre nadó, quantes hores de joc necessita exactament la nostra criatura, quants crits com a màxim poder fer en un dia per no causar seqüeles?

I penso que en tota aquesta inquietud intervenen diversos factors. El primer, potser, és que vivim en l'era de la informació. Com comentava, això pot ser molt positiu. **Podem resoldre problemes** de lactància més ràpida, **podem informar-nos sobre quines opcions** tenim davant del part, podem llegir sobre educació alternativa.

Sí, la informació ens ajuda. Ens obre les possibilitats. Ens deixa conèixer maneres de fer que potser no sabíem que existien. I això és important. El problema és quan la informació, quan la teoria, ens cobreix la mirada. **Quan perdem de vista el que volem (o podem) fer**. Quan ens marquem un ideal de mare inassolible.

Un altre factor que hi intervé és que, **de vegades, sembla que ho volem controlar tot.** I en la maternitat i la criança, un dels aprenentatges més importants, és deixar anar el control. No controlem quan ens quedem exactament embarassades, no controlem quin sexe tindrà el nadó, ni quan ens posarem de part. I a partir d'aquí comencem a controlar encara menys. No sabem quan gatejaran, quan parlaran?

De vegades ens oblidem, que tot i el que fem nosaltres, **cada criatura és diferent**. Cada criatura ja **neix amb un temperament**. Amb unes característiques diferents. I nosaltres, com a mares i pares, **i tant que tenim influència**, i tant que podem fer coses perquè les nostres criatures estiguin sanes, però no tot el que fem serà definitiu ni irreversible. I és que **si sortim d'aquest pensament, potser podrem també rebaixar l'exigència**.

I aquest, és el segon aspecte, l'exigència materna. Ens han fet creure que existeixen bones mares i males mares. Que hi ha una única manera de ser una bona mare. És més, a vegades, amb les etiquetes com **"criança natural" o "criança amb aferrament"** caiem en creure que si fem les coses d'una determinada manera la nostra criatura tindrà un millor aferrament o una millor salut mental.

I, de vegades, simplifiquem massa la realitat. **La teva criatura no tindrà un millor aferrament si dones la teta, fas collit i porteges.** I tampoc el tindrà si fas tot el contrari. No, les coses complexes rarament es poden simplificar tant. I establir un bon aferrament no sol anar de què

fem, sinó **de com ho fem.**

I aquest "com" inclou moltes coses. Aquest "com" no va de que siguem capaces, no va de romandre en un estat de pau total vint i quatre hores al dia. **No va de no cridar mai.** No va de fer-ho tot segons el manual de l'últim gurú. Aquest com va, primer, **de deixar anar l'exigència. De deixar d'intentar ser les mares perfectes**. De ser humils.

Si, és important ser humils quan ens preparem per a ser mares. Aquesta humilitat **ens ajudarà a acceptar els nostres errors** (i així també els de les nostres criatures, però això ja seria un altre article). Les nostres equivocacions. Sí, cometrem errors. I que bé que sigui així!

Us imagineu ser les criatures d'una mare perfecte? Que no s'equivoca mai? Quina pressió, no? Les criatures haurien de ser també les criatures perfectes. No podrien equivocar-se mai. Quina tensió! **Quan ens equivoquem, els hi ensenyem a elles que la mare també comet errors**. I que els errors, també es poden reparar. En les nostres equivocacions, les nostres criatures tenen també, oportunitats d'aprenentatge.

Així que no, no es tracta de ser mares perfectes. Es tracta de ser mares prou bones. Que ho fem prou bé. **Tan bé com sabem i podem**. [ficentrareport]