

# La nascita del primo figlio e l'invenzione della coppia

L'autore riprende qui alcuni punti essenziali che aveva già sviluppato nel suo libro "Siamo pronti per un figlio? Amarsi e diventare genitori" e che ritrova nel suo lavoro psicoterapeutico. Il cuore concettuale della sua tesi consiste nel ritenere l'invenzione della coppia come il presupposto indispensabile per prepararsi a diventare genitori.

Nicolò Terminio

Vorrei dire qualcosa sulla nascita del primo figlio<sup>1</sup> riprendendo alcuni punti essenziali che ritrovo nel mio lavoro psicoterapeutico e che avevo già sviluppato in un libricino intitolato *Siamo pronti per un figlio? Amarsi e diventare genitori*. Il cuore concettuale della mia tesi consiste nel ritenere l'invenzione della coppia come il presupposto indispensabile per prepararsi a diventare genitori.

Nel passaggio alla genitorialità ciascun membro della coppia viene sollecitato in profondità e anche il legame di coppia viene spinto alle sue estreme conseguenze. Ogni persona che intende diventare padre o madre si ritrova, anche senza volerlo o prevederlo, a passare in rassegna le tappe e le fondamenta del suo stare al mondo. Ogni coppia che pone all'orizzonte del proprio stare insieme l'ipotesi e la possibilità di avere un figlio è portata a interrogarsi fino in fondo sulla natura del legame unisce i futuri mamma e papà. Il desiderio di avere un figlio scuote l'inconscio del soggetto e l'amore di coppia, li scuote nei punti nevralgici e fa riemergere tutti quegli aspetti del soggetto e del legame d'amore che sono perennemente in uno stato di vulnerabilità. Lo scrittore Francis Scott Fitzgerald diceva che quando si diventa genitori si amplia il proprio campo di vulnerabilità. Nonostante tutte le rassicurazioni della scienza, il mistero della generatività introduce gli esseri umani in un campo dove ciascun soggetto e ogni legame di coppia si trova esposto alla sensazione di non padroneggiare l'avvento di una nuova vita.

---

<sup>1</sup> Articolo pubblicato su *Costruire in due*, ottobre-dicembre 2007, n. 3, pp. 8-10.

La generatività del legame di coppia scorge il suo momento di vertigine nella nascita del primo figlio, un inizio che apre i sentieri di una nuova generazione. Il cuore della genitorialità risiede nel passaggio intergenerazionale, dove da un lato entra in gioco il rapporto della coppia con le proprie famiglie d'origine e dall'altro l'assunzione di responsabilità verso la nuova generazione (i figli).

L'inizio della gravidanza aprirà un cammino costellato da una serie di aspettative e sfide che coinvolgono i genitori in un confronto con il passato e l'avvenire. La costruzione del legame con il bambino è un percorso che inizia già durante la gravidanza. E si tratta di un percorso che coinvolge entrambi i genitori, sebbene su versanti diversi, ma comunque sempre in rapporto.

Se i sentimenti di amore e le premure verso il bambino sono vissuti come qualcosa di spontaneo, la relazione è invece frutto di un cammino fatto di incertezze e di zone da esplorare. Diventare genitori implica dunque la possibilità di creare uno spazio dove accogliere il bambino, uno spazio fisico e mentale dove i genitori iniziano a immaginare e desiderare la relazione futura con il bambino. Allo stesso tempo diventare genitori porta a ripercorrere alcune esperienze della propria infanzia, riprendendo i vissuti che hanno caratterizzato il proprio esser figli.

Per entrare in sintonia con il bambino i genitori inizieranno solitamente a immaginare il proprio bambino. In tal modo cercheranno di dare una presenza mentale al piccolo, raffigurandolo sia durante la gravidanza che durante le varie fasi di crescita che lo vedranno protagonista dall'infanzia all'età adulta. Questa tendenza spontanea può sembrare un'esagerazione, eppure consentirà ai due genitori di iniziare a rapportarsi a un mistero.

I genitori continueranno a seguire le loro fantasie sul bambino, a raccontarle per condividerle. E così arriverà anche il momento della scelta dei nomi e dell'abbinamento possibile che può scaturire tra il nome e la personalità del bambino. Visti da fuori i genitori sembrano mostrare qualcosa di infantile, ma intanto se si abbandoneranno a questo flusso di vissuti riusciranno a tessere una trama dove accogliere il bambino.

Le madri inizieranno a parlare con il bambino, inizieranno a massaggiarsi la pancia e ad ascoltare la musica pensando di essere già in relazione con il bambino. Capiterà anche che il padre inizi ad accarezzare e a parlare al figlio attraverso la pancia della madre. E se qualche volta dall'altra parte ci sarà un colpetto, entrambi i genitori saranno portati a interpretare il segnale come un segno colmo di significato. Siamo in un periodo in cui il bambino è stato già concepito, ma non è ancora nato. Sembra che i genitori stiano continuando il concepimento, questa volta però si tratterà del concepimento della relazione.

Nel frattempo, magari confrontandosi con altre coppie che hanno già dei figli, i due futuri papà e mamma avranno anche occasione per iniziare ad avere pensieri e preoccupazioni: «Potrei non dormire abbastanza. E se andrà proprio così come farò? E come ci destreggeremo tra il lavoro e la vita a casa?». Oppure: «Cosa potrà succedere se non riusciremo ad essere bravi abbastanza come gli altri genitori?».

A questo punto speriamo che la coppia possa anche capire che non si diventa genitori in una sola notte. Così come è avvenuto per la relazione di coppia, è necessario un certo tempo perché l'istante che unisce si apra all'orizzonte del progetto.

Il periodo della gravidanza servirà anche per riannodare i fili con il proprio passato e consentire a ciascun genitore di riprendere contatto con i ricordi felici, ma anche con i momenti di difficoltà e dolore. Sarà importante che ciascun genitore nel proprio intimo possa dirsi cosa gli è piaciuto della sua crescita e cosa invece non gli è piaciuto. Sarà un passo che porterà ciascuno a domandarsi a proposito dei genitori: «Erano affettuosi oppure si mostravano distanti? In che modo esprimevano il loro desiderio e manifestavano il loro prendersi cura di me?». E ancora: «In che modo trasmettevano degli insegnamenti e mostravano il valore delle regole?». E andando ancora più in là: «Erano contenti di essere genitori? Erano desiderosi di prendersi cura di me?». E infine: «Come reagivano nelle situazioni in cui non mi comportavo bene?».

Tutte queste fluiranno nella mente in ordine sparso, senza un apparente nesso che le unifichi, però pian piano si farà strada l'idea di come tutto quello che si è passato come figli potrà influenzare il proprio passaggio alla genitorialità. E in più sarà necessario che ciascuno possa interrogarsi su quali tracce del passato mantenere e quali invece abbandonare. In realtà, non si tratterà eventualmente di abbandonare il passato, ma di elaborarlo per potersene fare qualcosa di diverso. Per descrivere questo uso diverso del passato lo psicoanalista junghiano Aldo Carotenuto diceva che occorre trasformare una ferita in feritoia.

La storia familiare di ciascun genitore costituirà quindi il principale punto di riferimento con il quale bisognerà confrontarsi per capire qual è la propria bussola nell'accogliere il nuovo nato. E sarà un confronto imprescindibile per poter distinguere quanto riguarda il presente e quanto invece appartiene al passato. Il miglior modo per evitare ripetizioni meccaniche del passato sarà riconoscere l'effetto che il passato continua a esercitare. Solo sviluppando una modalità riflessiva sul proprio modo di vivere i legami di oggi e di ieri, si potrà recuperare un'autentica apertura al nuovo.

La realtà del diventare genitori richiederà un costante esercizio di flessibilità per poter affrontare tutti quegli eventi che saranno diversi da come ce li si aspettava. La nascita e la crescita dei figli metterà alla prova i genitori nella loro capacità di elaborare le diverse sfumature emotive che caratterizzeranno i momenti di stress. E sarà una sfida che non si potrà compiere con le sole capacità della coppia genitoriale. Per la coppia si rivelerà cruciale poter costruire un mondo relazionale in grado di essere fonte di condivisione e supporto anche nei diversi transiti della vita familiare. C'è un vecchio detto che sottolinea quanto sia necessario un intero villaggio per far crescere un bambino.

Il tempo della gravidanza è anche il periodo in cui i due genitori potranno scoprirsi diversi, potranno vedersi sotto una luce differente perché fino ad allora non ci si era mai confrontati come genitori. Quando si diventa papà e mamma, è allora necessaria un'ulteriore invenzione che questa volta riguarderà la coppia in quanto coppia genitoriale.

Alcuni aspetti tralasciati nella coppia coniugale potranno ritornare come nodi relazionali da affrontare necessariamente per poter accedere a una genitorialità di coppia. Tutto il percorso soggettivo che riprendeva i fili del passato dovrà allora essere condiviso e rielaborato nella coppia per farne qualcosa di nuovo. E il nuovo potrà nascere se i due genitori si inventeranno una connessione tra storie, valori ed esperienze familiari eterogenee.

La sfida consisterà nel sintonizzare le aspettative di ciascuno con quelle dell'altro, discernendo quanto le proprie aspettative siano realistiche o quanto invece siano destinate a rimanere deluse. Gli eventuali disaccordi non si manifesteranno necessariamente attorno a temi generali, basterà una piccola questione quotidiana per mettere in tensione la tenuta dello stile relazionale della coppia. E così i due genitori potranno oscillare tra la voglia di assumersi pienamente il ruolo di chi si occupa del bambino e la paura di sentirsi un po' sopraffatti e di aver bisogno d'aiuto. Oppure la coppia dovrà fare i conti con gli inevitabili cambiamenti dell'intimità sessuale che potrà essere più complicata, al tempo stesso saranno presi dalle gioie di un nuovo bambino che li renderà più vicini.

Potrebbe aprirsi una questione a proposito del lavoro della donna: continuerà a lavorare o lascerà? E lavorare potrebbe essere più difficile quando si dormirà poco o niente. Si oscillerà anche tra la voglia di mantenere un tempo da dedicare ai propri interessi e il non veder l'ora di stare con il bambino. Anche con gli amici nascerà il dubbio sui tempi e i modi in cui sarà possibile continuare a frequentarli. E così via per il tempo da dedicare alla cura della propria forma fisica.

Un ultimo elemento che farà oscillare la coppia sarà l'eventuale riassetto delle relazioni con le famiglie d'origine: «Quando nascerà il bambino vedrò di più la mia famiglia? E come gestiremo il fatto che i nonni vorranno esser presenti nell'accudimento del bambino? Quale posto gli daremo?». Quest'ultima serie di domande riporterà così la coppia a confrontarsi ancora una volta con la trama delle generazioni, una trama imprescindibile per fondare ogni nuova trama e per accogliere una nuova vita.