

Giovanna Fumagalli  
Davide Biollo

SCOPRIRSI  
GENITORI

Rinnovare la coppia  
all'arrivo di un figlio



**EFFATA'**  
EDITRICE

*Dedicato a noi due  
e a tutte le coppie  
che strada facendo  
abbiamo avuto il privilegio  
di incontrare*



## PREFAZIONE

L'arrivo di un figlio è certamente uno degli eventi più forti e determinanti per la coppia. Il ruolo genitoriale, con nuove responsabilità e impegni, può metterne a dura prova l'equilibrio.

Ci sono giorni, notti, momenti in cui non riconosciamo più la persona che ci sta accanto. Mentre nel ruolo di sposo aveva così ben realizzato le nostre aspettative, ora nel ruolo di padre, lo ritroviamo imbarazzato, inefficiente, a disagio. Tocca a noi gestire la situazione e certi giorni farlo è davvero troppo faticoso.

E noi mariti abbiamo come la sensazione di aver perduto nostra moglie, la sua passione, il suo amore, il suo prendersi cura di noi, che erano le ragioni che ci avevano fatto innamorare.

Come tornare ad essere quelli che eravamo, come rientrare in possesso del nostro amore? È urgente fare i conti con questa nuova realtà, che ora ha un nome, un volto, bisogni ed esigenze da soddisfare.

È il nuovo senso della nostra vita, e lo sarà per sempre. Dobbiamo riscoprire un altro modo di volerci bene, rinegoziare le nostre promesse, per assaggiare questo meraviglioso pezzetto di felicità

Noi crediamo che incontrare altre coppie che stanno attraversando la stessa transizione possa essere un momento utile per condividere la propria esperienza, le ansie, le fatiche, le gioie dell'essere genitori, ma anche uno strumento prezioso che, attraverso le risorse del gruppo, può offrire un supporto per affrontare le difficoltà ed allontanare il rischio della solitudine.

Questo piccolo libro nasce con un grande obiettivo: facilitare la riflessione in coppia e la condivisione di gruppo, offrire tematiche che vogliono essere semplicemente uno spunto. Scoprire, insomma, che non siamo i soli ad affrontare tutto questo e che ancora una volta percorrere un pezzetto di strada con altri come noi rende più leggero il passo e più bello il cammino.



## RICONOSCERSI GENITORI

La narrazione del Paradiso terrestre è una buona allegoria dell'infanzia.

Da piccoli cresciamo in un giardino pieno di cure e di amore, un giardino che, nella sua versione migliore, è così stabile e ricco da non lasciare nemmeno immaginare, ai bambini che lo abitano, quanto lavoro e quante preoccupazioni abbia richiesto.

Da adolescenti entriamo in contatto sia con la conoscenza e la responsabilità, sia con la fatica e la sofferenza, compresa la fatica letterale e metaforica dei genitori di fare arrivare nel mondo un'altra generazione di giovani. La nostra vita non sarebbe pienamente umana senza entrambe queste fasi: paradiso terrestre e caduta, innocenza ed esperienza.

Naturalmente, anche se quando sono piccoli i nostri figli ci ritengono onnipotenti e onniscienti, noi genitori siamo anche troppo dolorosamente consapevoli di essere ben lontani

dall'averne potere e autorità divine. Tuttavia i genitori sono allo stesso tempo testimoni e protagonisti di questo aspetto tanto pregnante della storia umana.

E questo di per sé fa sì che valga la pena essere genitori.

Dunque il nostro compito di genitori non è quello di produrre un particolare tipo di figli, bensì quello di garantire uno spazio protetto fatto di amore, sicurezza e stabilità nel quale possano prosperare molti imprevedibili tipi di figli.

Il nostro compito non è quello di plasmare la mente dei nostri bambini, ma di permettere alla loro mente di esplorare tutte le possibilità che il mondo offre.

Il nostro compito non è di dire ai nostri figli come giocare, ma di dare loro i giocattoli e di rimmetterli a posto quando hanno finito.

Non possiamo fare imparare i bambini, possiamo soltanto lasciare che imparino.

Alison Gopnik

*Essere genitori non è un mestiere*  
(Bollati Boringhieri, Torino 2017)



## PER RIFLETTERE

---

Ci sono ruoli che ci hanno cucito addosso fin dalla nascita: alcuni, come quello di figlio, figlia, fratello o sorella, non li abbiamo scelti; altri, come quello di diventare marito o moglie, li abbiamo fortemente voluti.

Ma se fino a quel momento avevamo navigato in solitaria, esplorando acque sicure a noi ben conosciute, assumendoci in totale libertà la responsabilità di scegliere senza doverci confrontare con nessun altro, un giorno

un test di gravidanza ci racconta una storia nuova scritta a quattro mani: la storia di due persone che si preparano a diventare genitori.

Se ci siamo presi il tempo necessario per conoscerci come coppia, ora ci attende un altro passo importante, quello di riconoscerci come genitori, cioè conoscerci nuovamente in questo ruolo per noi del tutto nuovo: diventare compagni di viaggio grati per il dono della generatività che abbiamo ricevuto. E la scelta di diventare genitori, di assumersi una responsabilità che durerà tutta la vita, ci darà motivo di risate e di lacrime, di gioia profonda e di dolore inaudito, ci toglierà

**Ci sono ruoli  
che ci hanno  
cucito addosso  
fin dalla nascita:  
alcuni non li  
abbiamo scelti;  
altri li abbiamo  
fortemente voluti.**

il fiato per la bellezza che porterà con sé, anche se in certi giorni faremo fatica a intravederla.

Tutto questo farà di noi due genitori.

Ci riconosceranno da questo, diranno che siamo la mamma e il papà di... e pronunceranno quel nome che noi abbiamo scelto con cura con attenzione, con un amore così sconfinato che ci domanderemo tutti i giorni della nostra vita da dove viene e come sia possibile che si rigeneri senza fine.

Che avventura ci aspetta! Dammi la mano, ho un po' di paura, ma se mi stai vicino, so che ce la potremo fare.



## PER CAPIRE

---

Riconoscersi genitori significa prendere consapevolezza delle funzioni che ciascuno dei due part-

Riconoscersi genitori significa prendere consapevolezza delle funzioni che ciascuno dei due partner assolve nel nuovo ruolo genitoriale.

ner assolve nel nuovo ruolo genitoriale: il dare la vita, l'accettazione, l'accoglienza, l'accudimento e la valorizzazione incondizionata sono attributi della funzione materna; dare ordine e senso, sostenere e nel contempo lasciare andare, facilitare il processo di distacco dalla

madre, orientare lo sguardo in avanti proiettando se stesso e il figlio, sono peculiari del ruolo



paterno. L'incastro tra le due funzioni è necessario per lo sviluppo del figlio e dice dell'importanza dell'essere genitori «insieme». Ci sono infatti delle attività che sono prerogativa di entrambi i genitori ed in particolare la condivisione dei compiti e della responsabilità della cura, il mantenimento di confini adeguati nel rapporto con i figli, l'acccondiscendenza all'accesso da parte dei figli ad entrambe le matrici familiari, la gestione delle divergenze nelle scelte riguardo i figli.

Ma è fondamentale che ciascuno si impegni nel legittimare l'altro genitore, sostenendo le sue funzioni, rispettando il suo modo di essere e di vivere la genitorialità, rivedendo in maniera flessibile il proprio ruolo, accogliendo l'altro nella sua unicità ed infine facendosi garante dell'altro di fronte ai figli.



## RIFLETTIAMO INSIEME

---

- Cosa temo maggiormente pensando a noi due come genitori?
- Cosa invece non vedo l'ora di condividere con te?
- Pensando che gli altri ci vedono come genitori, come mi fa sentire?



## PREGHIERA

---

I nostri figli non li abbiamo messi al mondo  
una volta per sempre, dando loro la vita.

È ogni giorno  
che noi li facciamo vivere,  
donando loro un cuore.

È ogni giorno  
che li amiamo  
insegnando loro ad amare,  
mostrando loro il cammino della fede.

È ogni giorno  
che noi li facciamo avanzare verso di te.

Signore, grazie  
per tutti i giorni in cui ci siamo riusciti.

Non è sempre facile essere genitori.

Aiutaci a mostrare loro il cammino  
della vera vita, il tuo cammino, Signore.

E se un giorno  
tutti i nostri sforzi appariranno vani  
e le nostre preghiere senza eco,  
allora, Signore, finché sorgerà un mattino  
e noi avremo un soffio di vita,  
donaci di amarli e di sperare ancora.

Amen.

Anonimo