

**La famiglia , come la coppia, è un sistema.
Ciò significa che quanto succede ad un suo
componente influenza anche tutti gli altri.
Quindi tutto ciò che viene fatto od agito
ha una risonanza ed una rispondenza negli altri
membri del sistema.
Si crea quindi un legame di *interdipendenza***

**All'interno della famiglia coesistono due
bisogni apparentemente contraddittori: ovvero
il bisogno di *appartenenza* e quello di
differenziazione.**

La famiglia, in quanto sistema, non è statica, nel senso che affronta cambiamenti, passaggi, evoluzioni.

La famiglia è un organismo *vitale*

Per questo motivo possiamo parlare di cicli vitali della famiglia, proprio com accade per gli esseri umani

- **Formazione della coppia**
- **Famiglia con bambino/bambini**
- **Famiglia con adolescenti**
- **Famiglia trampolino**
- **Famiglia in tarda età**

Secondo questo schema ogni passaggio è caratterizzato da un *evento critico*:

- ***Matrimonio o convivenza***
- ***Nascita figlio/figli***
- ***Adolescenza***
- **Figli che escono di casa**
- **Pensionamento, nuove forme di gestire la coppia/famiglia**

**Quello che ci interessa, in questo contesto,
sono gli aspetti che riguardano la nascita del
figlio/figli ed il passaggio dal rapporto di coppia
a quello familiare**

L'*evento critico* di questa prima fase è costituito dal matrimonio/convivenza, ovvero dall'attivare un *progetto di vita condiviso*

Le due persone provengono spesso da ambienti diversi, da famiglie di origine diverse, con regole e modelli di riferimento che possono essere poco condivisi, se non distanti

Già in questa prima fase le due persone sono chiamate a definire confini e regole che, via via, vanno sempre *ridefinite* e, soprattutto, condivise

E' questa una fase molto delicata, in quanto si crea l'identità di un soggetto, ovvero la nuova coppia che, successivamente, potrà includere altri oggetti (*i figli*) e trasformarsi in *famiglia*

Già in questa fase occorre porre le basi per il futuro, ad esempio l'organizzazione del menage familia (a livello pratico, economico ecc.), la strutturazione dei confini con le famiglie di origine, la chiarezza nella gestione dei rapporti comunicativi (*è meglio un sano litigio che un «non detto»!*)

Ad un certo punto la coppia decide di avere un bambino/a, includendo in questo sistema un altro essere umano, di cui avrà la responsabilità perenne, a prescindere dall'evoluzione della propria situazione affettiva.

Dai figli non si divorzia!

***La nascita di un figlio rappresenta una
rivoluzione nella coppia***

Questo avviene sia a livello interno che esterno

Livello Interno

Si modifica l'aspetto relazionale: da compagni si diventa anche genitori. Questo doppio ruolo può non essere sempre facile da gestire, specie nella fase iniziale

- Ad esempio la mamma potrebbe escludere il partener dall'accudimento del bambino ed il babbo sviluppare un senso di esclusione che può far percepire il figlio come un intruso/elemento di disturbo nell'intimità della coppia**

- **Può esserci anche la difficoltà di dover ricostruire un'identità di coppia a livello sessuale, intendendo il sesso come una forma primaria di comunicazione. Potrebbe infatti esserci una sfasatura nei reciproci tempi e bisogni**

- **Per esempio, la donna che ha partorito da poco può avere problemi a riconoscere la propria identità fisica, oppure lo scompenso ormonale può provocare un calo del desiderio o, semplicemente, ha altri bisogni a livello fisiologico / psicologico**

- **Per esempio, la donna che allatta è spesso concentrata fortemente su questa esperienza, che ha una forte connotazione sia fisica che emotiva**

L'importante è « *non perdersi di vista* », ovvero cercare il più possibile di esprimere le proprie difficoltà, i propri bisogni, dando comunque spazio al sistema coppia, perché se questo non è forte viene penalizzato anche il sistema famiglia.

Quindi ammettere le proprie debolezze, non vergognarsi di chiedere aiuto né di avere paura. State attraversando un momento bello ed importante, ma anche faticoso ed impegnativo.

COMUNICARE!

Livello Esterno

- **Famiglie di origine (Contenere le interferenze)**
- **Spazio (Ridefinire gli spazi) (Progetto organizzativo?)**
- **Tempo (non sarà più quello di prima, soprattutto all'inizio, andrà dosato cercando cercando di coniugare le esigenze della coppia e quelle del bambino/bambini, che possono essere molto diverse. EQUILBRIO!)**

Nella famiglia esiste un senso di appartenenza e differenziazione, ovvero una spinta all'identità personale, al contempo, un bisogno di stare insieme. Occorre quindi trovare un sano equilibrio e poter far convivere entrambi i bisogni.

La coppia genitoriale deve dare l'imput perché questo si realizzi e lo strumento migliore è una comunicazione sana ed efficace.

Non bisogna avere paura ad esprimere quello che si sente.

Il passaggio coppia/famiglia include anche un'altra possibilità, ovvero l'arrivo di un secondo (o terzo!) figlio

In questo caso, oltre ad una nuova ed ulteriore ridefinizione degli spazi e dei tempi, si pongono gli interrogativi rispetto al ruolo del *primogenito*

Infatti l'arrivo di un fratellino o sorellina comporta , per il primo figlio, grandi cambiamenti.

Dovrà imparare a condividere l'amore e l'attenzione dei genitori.

Allo stesso modo i genitori devono imparare a ridistribuire attenzioni (ma anche energie!) in modo da garantire il nuovo equilibrio familiare

Esistono alcune variabili da tenere in considerazione:

- **Differenza di età dei bambini**
- **Tipologia di scuola frequentata dal primo figlio**
- **Ruolo del padre**

Per quanto riguarda il ruolo del padre, sarebbe opportuno che, oltre a fornire sostegno anche pratico, non si arrivasse ad una differenziazione dei ruoli genitoriali troppo rigida (es. il padre si occupa del « grande», la madre del piccolo)

Occorre *flessibilità e scambio*

Il primo bambino non è più *il figlio unico* e potrebbe manifestare segni di regressione

**Sarebbe opportuno, da parte dei genitori,
adottare comportamenti che prevedano :**

- **Pazienza**
- **Accoglienza**
- **Accompagnamento**
- **Valorizzazione dei ruoli**

- **Aiutare i figli a creare una *relazione* tra fratelli**
- **Avere un nuovo fratellino o sorellina è insieme una perdita e una conquista**
- **Si perde l'unicità dell'attenzione dei genitori, ma si acquista una nuova figura familiare che sarà sempre punto di riferimento e complicità, nonostante le liti « fisiologiche » tra fratelli.**