

Lecture utili: Facciamo la nanna

Postato il marzo 2, 2018 marzo 2, 2018 di Il Parto Positivo

Di questa autrice vi abbiamo già parlato qui (<https://ilpartopositivo.com/2018/01/12/leggere-essere-genitori/>), e parleremo ancora: la consideriamo un punto di riferimento assoluto.

Oggi vi consigliamo il suo libro sul sonno: il bellissimo *Facciamo la nanna*, che già dal titolo esplicita quella esplicita (e necessaria!) opposizione al tristemente noto "Fate la nanna" di Estivill a cui è dedicata la dura e ben argomentata prima parte del libro:

Estivill, ovvero la negazione del bambino come persona.

Come molte di voi sapranno, quello di Estivill è un libricino che ha avuto un certo successo (supportato anche da un notevole sforzo commerciale, che ce lo ha fatto trovare persino alle casse dei supermercati e alla posta): offriva alle madri e ai padri l'alibi perfetto per distaccarsi dalla comunicazione col proprio bambino in nome di un non meglio approfondito bisogno di indipendenza e di sonno. Ok, il bisogno di dormire, quando si è alle prese con un neonato, in effetti è un bisogno reale. Ma solo capendo davvero perché questi bambini non sempre né subito dormono tutta la notte (anche noi ne abbiamo parlato, con questo post (<https://ilpartopositivo.com/2017/01/20/3119/>)) potremo accompagnarli a farlo davvero. Infatti, dopo aver cortesemente e scientificamente dato del ciarlatano a Estivill, l'autrice ci porta proprio a riflettere su cosa significhi e a cosa serva dormire.

Lo fa con serietà e scientificità, ma anche con quell'amore per i bambini così raro in chiunque proponga metodi asettici e persecutori.

Non è il tema centrale del libro, ma nelle primissime pagine è esplicitata una correlazione che a noi sta molto a cuore: quella tra certi approcci al sonno (ma anche al mangiare, al nido ecc) del bambino e certi approcci al parto. È anche per questo motivo che pensiamo che un libro così sia utilissimo già dalla gravidanza: per prepararsi prima di alcune inevitabili difficoltà, certo, ma anche per ripensare con onestà al nostro modo di vivere gravidanza e parto, che a sua volta -ci piaccia o non ci piaccia- avrà un enorme impatto sulla nostra esperienza di vita nei primi mesi da mamme.

Da millenni le madri si sono messe in ascolto dei loro neonati per non perderli, per averli sani: in questo è sempre stato il loro amore.

Facciamo la nanna riporta buon senso e informazioni scientifiche, ma soprattutto punta a riaccendere quella connessione al nostro bambino e alla nostra sapienza originaria che qualsiasi imbonitore di metodi ignora e indebolisce e che buona parte della nostra cultura intorno a parto e maternità offusca. Quella connessione e apertura così essenziali invece perché quei primi mesi siano la danza dolce e aggraziata -faticosa certo, ma irripetibile e unica come ogni vero splendido balletto- nella quale ogni piccolo essere umano è pronto a guidare la sua mamma. Se solo lei (e chi le sta intorno!) gliene dà la possibilità.

Ogni bambino invia propri segnali differenti che solo una persona che lo curi *stabilmente* riesce a interpretare. (...) Nella sua pace e nei suoi frequenti sorrisi c'è la risposta: "Avete capito come mi sento io!"

Sono da leggere poi soprattutto le pagine sull'indipendenza, che l'autrice ci guida a vedere come un lavoro che il bambino fa insieme a noi e grazie a noi, ma anche e soprattutto come il risultato di una essenziale "dipendenza efficace".



Per tutte le mamme in attesa, un libro davvero utile per avere risposte sensate al brusio dei consigli della zia Pina e della vicina di casa. Ma soprattutto per regalarsi un po' di quella cieca fiducia in noi stesse che nostro figlio già ha. E che chiede di essere contraccambiata.

IL PARTO POSITIVO CONSIGLIA: Grazia Honegger Fresco, *Facciamo la nanna*, Il Leone Verde 2006

Questo post partecipa ai Venerdì del libro di Homemademma (<http://www.homemademamma.com/2018/02/23/venerdi-del-libro-un-soffio-di-vaniglia-tra-le-dita/>).

Posted in PostParto, PreParto Contrassegnato da tag Bonding, Co-Sleeping, Emozioni, Empatia, Lecture consigliate, Libri, Logica, Papà, Ricerca, Scienza, Sonno dei bambini, Sviluppo, Venerdì del libro

Blog su WordPress.com.