



AIUTO, È ARRIVATO IL FRATELLINO!

DI LUCREZIA GIORDANO

I consigli dell'esperta



Roberta Cavallo

Tata Roberta Cavallo, family-coach del programma tv Quattro Mamme, è l'attrice più letta in Italia negli ultimi anni per quanto riguarda il settore infanzia.

COME AFFRONTARE LE GELOSIE

È inevitabile che ci siano e non è colpa tua. Qualche modo per contrastarle, però, c'è.

- Non considerare mai il primogenito come il figlio 'grande'. **Evita frasi del tipo: "Tu sei grande, devi capire", "Lasciagli il gioco perché è più piccolo". Il primogenito è pur sempre un bambino** che ha bisogno dei suoi spazi e delle sue attenzioni.
- Al rientro dall'ospedale, oltre al neonato, **porta anche un dono per il primogenito**, come se fosse stato il fratellino ad averlo portato con sé. È un escamotage che rassicura il bambino sul suo essere ancora al centro dell'attenzione.
- Al momento delle visite a casa, **invita amici e parenti a dare le prime attenzioni al primogenito**. Se portano un pensiero all'ultimo nato, è bene che ne portino uno anche al fratellino maggiore per evitare che si senta trascurato e abbandonato.
- Al momento dell'allattamento o del cambio pannolino, **ricordati di avere un occhio di riguardo anche per il primogenito**: chiedigli di sdraiarsi con te e di raccontarti qualcosa, oppure di portare i giocattoli. È la conferma che, se anche adesso c'è un altro bimbo, tu lo ami come prima e forse un po' di più.
- Il neonato dorme nel lettone e il primogenito deve stare da solo in cameretta? **Se te lo chiede, asseconda il suo bisogno di dormire con voi**: può sembrare faticoso ma se ne guadagna in seguito, perché si risolvono subito le gelosie tipiche dei primi mesi.



Hai atteso tanto questo momento, ma adesso che finalmente è giunto inizi ad avere i primi dubbi e preoccupazioni. Ce la farai a gestire tutto? Certo che sì!

Ci siamo passate tutte e tante altre ci passeranno dopo di te: l'arrivo del secondo figlio destabilizza gli equilibri familiari. Non solo cambieranno i tuoi ritmi e le tue abitudini, ma lo farai anche tu. Sai perfettamente cosa ti aspetta e, per questo, vivi ogni istante con maggiore consapevolezza. E se da un lato questo è un bene, dall'altro è un guaio, perché aumentano le ansie e le paure. E allora che si fa? Segui questi semplici consigli.

L'AMORE SI MOLTIPLICA

È un dubbio che assale molte mamme bis: lo amerò come il primo? Certo che sì e te ne accorgerai non appena stringerai tra le braccia il tuo secondo batuffolo. L'amore non si divide, si moltiplica. E l'arrivo di un altro figlio ti farà capire quanto è capace di dare il tuo cuore. Pazienza se non potrai dedicare al secondogenito tutte le attenzioni che dedicavi al più grande, perché stavolta ne hai



già un altro da gestire: non è certo sinonimo di meno amore.

NO AI SENSI DI COLPA

È la sensazione più comune che viviamo noi mamme: ci sentiamo in colpa! Ebbene, non devi. Ora sono in due ed è normale che la tua attenzione sia divisa. Non solo ti mette a disagio non poter riservare troppe premure al secondogenito; ti senti anche una mamma poco in gamba perché adesso le tue attenzioni non sono più un'esclusiva del primogenito. Non c'è niente di sbagliato in questo, anzi: è un bene anche per il tuo figlio più grande, che in questo modo imparerà l'autonomia e coltiverà la propria indipendenza. Occhio, però, a non cambiare le sue abitudini dall'oggi al domani: se richiede un po' di attenzione mentre stai allattando (e lo farà!) non negargliela, piuttosto coinvolgilo in questo tenero momento.