

Scritto da Adriana Cantisani
Venerdì 12 Marzo 2010 17:25



Cara Adriana...ti ammiro molto per tutto quello che fai...a volte mi chiedo quante ore dura la tua giornata! Ti avevo fatto una domanda su facebook e mi hai risposto, indirizzandomi su questo forum, che ho trovato interessantissimo.

Sono una ragazza madre, ho 23 anni e 2 bimbe di 3 anni e 1 e 1/2, hanno due caratteri opposti, la prima solare e amichevole, la seconda più timida e chiusa. Il problema è proprio la piccola, Asia.



Da quando è nata non ci siamo mai separate per più di mezz'ora, non posso riprendere a lavorare, non posso andare a fare la spesa o qualsiasi altra cosa senza di lei perchè non può stare senza di me!

Io non ho problemi, ma credo sia arrivato il momento di "staccarsi" un pò da me anche perchè DEVO tornare a lavoro.

Un altro problema è che nessuno mi vuole aiutare in questa "ardua impresa", perchè non vogliono farla piangere.

La allatto ancora e vorrei pian piano toglierle il latte ma non ci riesco...

Qualche consiglio???

Grazie in anticipo!

ps. spero che non si travisi il mio messaggio...io la adoro e adoro stare con lei...però avrei bisogno di un pò di spazio...anche pochino!

Cara Mamma,

anch'io a volte mi chiedo quanto ore dura la mia giornata!! ;-)

Per quanto riguarda Asia, in effetti dovrebbe cercare di imparare a staccarsi per tanti motivi, sia pratici che emotivi. La strategia che puoi provare è quella di creare il distacco in modo graduale, per pochi minuti alla volta, magari lasciandola con una amica o con la nonna, mentre per esempio ti allontani a comprare per esempio il latte. Non assentarti per più di 10 minuti la prima volta. La seconda volta puoi allungare un pochino, torna dopo 13 minuti e via così, aumentando di pochissimi minuti per volta, con costanza e regolarità. E' importante però non farlo una volta ogni tanto, altrimenti non funzionerà. Prova tutti i giorni o quasi. Quando arrivi a 20 minuti di distacco, fermati a quel traguardo per una settimana o 10 giorni, per poi ricominciare ad aumentare pian piano fino ad arrivare a 30 minuti di distacco, che continuerai a mantenere per almeno una settimana, per poi ricominciare di nuovo ad aumentare.

È normale che all'inizio possa urlare e piangere: è difficile, ma va via. Quando torni ricordati di rassicurarla molto: falle tante coccole e dille quanto è stata brava, che la mamma è riuscita a comprare il latte, che lei è grande ecc. ecc. Dedicate del tempo DA SOLA, senza la sorella (anche solo un quarto d'ora, ma senza essere disturbate). Una cosa importante da tenere a mente è che quando lasci Asia, la sorella non venga mai via con te.

Dovrai inoltre parlare molto seriamente con le persone che ti danno una mano: sei tu la mamma ed è importantissimo che le tue bambine ti vedano come tale. Il fatto che possano vederti sicura nelle tue azioni, anche se ogni tanto sbaglierai, senza che qualcuno ti contraddica, infonderà sicurezza nelle bambine.

Se vuoi qui sul forum puoi trovare alcune risposte che ho dato ad altre mamme riguardo ai fatidici "capricci". Altrimenti ti invito a visitare il mio sito e andare direttamente alla pagina dei consigli utili, dove troverai già delle "regole d'oro" per i diversi temi ricorrenti nell'infanzia, tra cui appunto i "temper tantrums"(come li chiamiamo negli Stati Uniti). Se vuoi questo è il link:

http://www.adrianacantisani.it/index.php?option=com_content&view=article&id=137&Itemid=148

Per l'allattamento invece, non ho abbastanza informazioni per poterti consigliare: non so bene che tipo di allattamento segui (gli orari, l'orario dei pasti regolari). Quindi ti suggerisco, anche in questo caso, di leggere alcune risposte date a riguardo ad altre mamme nella tua situazione, che troverai sempre su questo sito di Mamme Domani nel Riepilogo domande e risposte, e di consultare il tuo pediatra di fiducia, che potrà

Mamme Domani | Mamma e figlio: quando è il momento di staccarsi

Scritto da Adriana Cantisani
Venerdì 12 Marzo 2010 17:25

consigliarti sul tuo caso in particolare.

Soprattutto non sentirti in colpa, è normale e ti capisco ... anche le mamme devono trovare un momento di tregua: meglio un po' più rilassate che a pezzi!!!

Un abbraccio,

adri

Approfondimenti: Per leggere tutte le risposte della nostra tata e scriverle vai sul nostro [Forum](#)