

Le fatiche dei genitori con i neonati: un questionario per riconoscerle e quantificarle

Pubblicato: Lunedì 27 Febbraio 2023



Di solito si considera la maternità come un evento assolutamente positivo, ma non sempre va così: «Senza arrivare alle patologie dei figli o nella depressione post parto, c'è **un'ampia zona d'ombra fatta di sforzi, fatiche e difficoltà quotidiane che non viene considerata e tanto meno valutata nel raccontare l'esperienza di diventare genitori**», spiega **Laura Zampini**, ricercatrice dell'Università Bicocca residente a Veduggio e promotrice, assieme ai colleghi **Paola Zanchi e Luca Pancani**, del questionario rivolto ai genitori di bambini di età compresa tra 1 e 6 mesi.

Il questionario è disponibile per la compilazione a [questo link](#).

La nascita di un bambino comporta uno **stravolgimento degli equilibri dei ritmi e dello stile di vita dei genitori**, soprattutto se si tratta del primo figlio: «Avere un bambino è un fatto naturale legato ad una serie di aspettative positive che non sempre si verificano – avverte Zampini – **Al di là delle possibili patologie e delle loro conseguenze, già indagate da diversi studi, ci sono una serie di situazioni percepite come non piacevoli o faticose** dai neo genitori, delle difficoltà quotidiane che incidono sulle dinamiche familiari, mettendo in crisi l'attesa felicità, scatenando sensi di colpa nelle mamme e nei papà spiazzati dalla nuova quotidianità». Fare chiarezza su queste criticità è lo scopo della ricerca.

Per questo il questionario, dopo una parte introduttiva di domande più usuali sulla condizione della coppia e sugli eventi del parto, si passa a una parte in cui si cerca di **quantificare la fatica dei genitori**

(quante ore al giorno dorme il bambino, quante volte al giorno è necessario cambiargli il pannolino, quante volte mangia e per quanto tempo o quanto dura il bagnetto e con che frequenza viene proposto), a **un'autovalutazione più soggettiva del genitore sulla propria efficacia nel rispondere alle esigenze del figlio** e su quanto il piccolo renda più o meno facile o difficile i diversi compiti di accudimento e quanto invece il genitore si senta efficace in ciascuno di questi compiti.

Ma soprattutto il questionario cerca di indagare le ricadute della genitorialità sulla **qualità di vita dei genitori. Ad esempio sul sonno**, per molti un vero tallone d'Achille nei primi mesi di vita dei figli a causa di frequenti risvegli e notti in bianco. Ma ci sono anche questioni che riguardano l'alimentazione, **il livello di stanchezza e le relazioni personali: quelle di coppia ma anche familiari (con gli altri figli, se ci sono, o all'interno della famiglia allargata con suoceri e genitori) e amicali.**

E in particolare alle ricadute sulla vita sociale dei neo genitori è dato ampio spazio, sia in termini di sostegno al nuovo ruolo che arriva dalla famiglia, dal partner o dai servizi alla primissima infanzia; sia nell'accudimento pratico che sotto il profilo emotivo.

«**Per quanto ci si prepari alla genitorialità, spesso la fatica reale è inattesa**, e dipende da tanti fattori diversi sociali, familiari emotivi e, non ultimo, dal bambino che può essere più semplice o complesso da gestire», spiega la ricercatrice

La ricerca, autorizzata dalla Commissione Etica dell'Università Bicocca di Milano, ha bisogno di almeno 200 questionari per raggiungere risultati significativi: «La nostra idea è poi **produrre uno strumento di valutazione, anche nella forma di questionario, da proporre ai neogenitori per aiutarli a mettere a fuoco la loro situazione** in un periodo di forte stress e permettergli così di chiedere l'aiuto di cui hanno bisogno per migliorare la propria qualità di vita», afferma Zampini.

Chi volesse contribuire allo studio sulle fatiche dei genitori nei primi mesi di vita dei figli può compilare il questionario a [questo link](#).

La Locandina

di l.r.