



**Centro Relazioni e Famiglie**

## **“Le mille e una mamma”, sostenere la genitorialità migrante durante il periodo perinatale**

“Il gruppo “Le mille e una mamma” è un percorso ideato e realizzato dalla Coop.Progetto Tenda all'interno della co-progettazione del Centro Relazione e Famiglie.

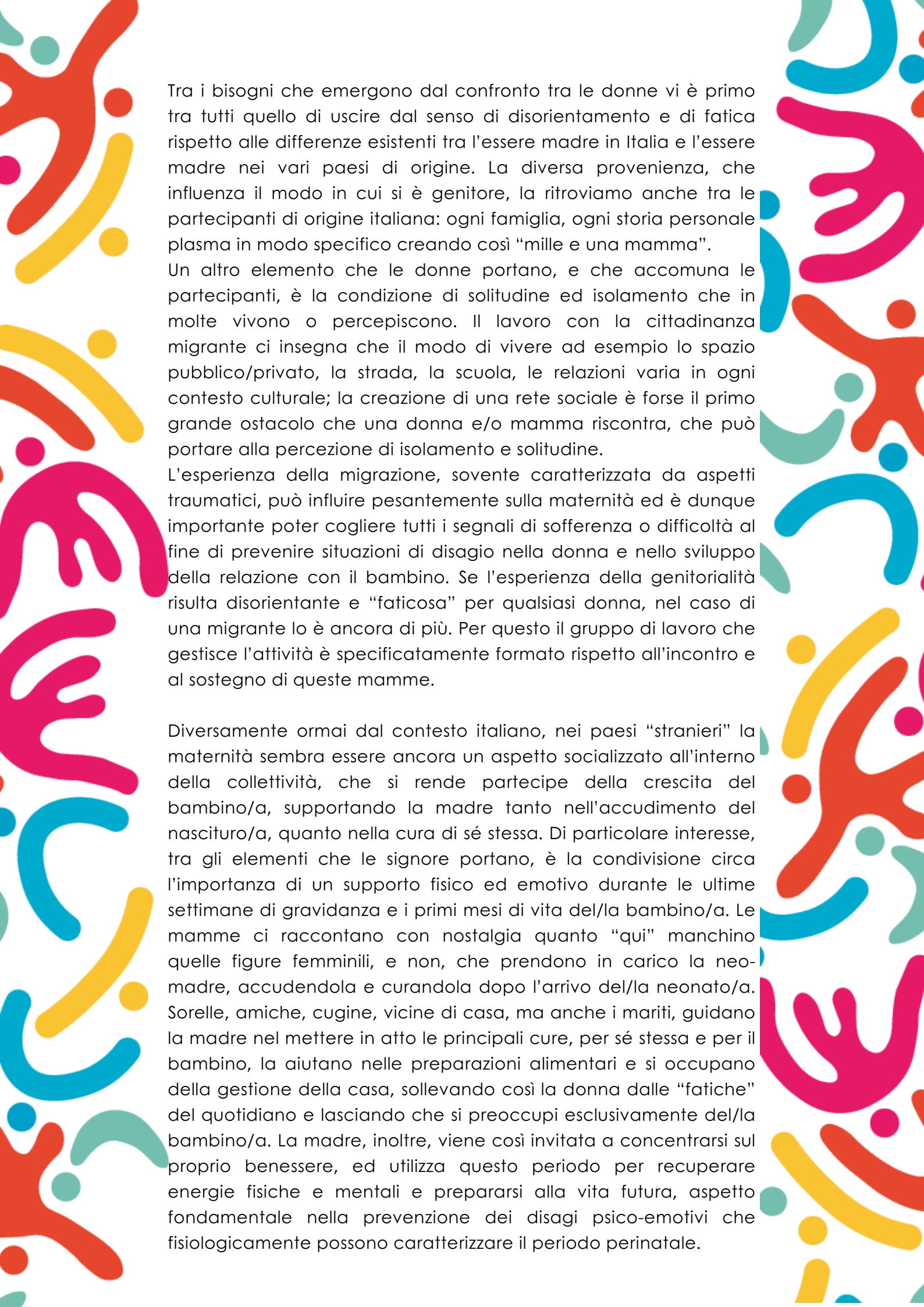
L'attività si articola su 2 cicli della durata di 10 incontri ciascuno e si configura come luogo di incontro e scambio tra pari in cui viene data alle partecipanti la possibilità di confrontarsi su tematiche che hanno come obiettivo il benessere materno-infantile. Il target accolto è composto in prevalenza da donne migranti in gravidanza e/o con figli/e in fascia 0-1 anno, ma anche da mamme italiane in modo da favorire il metissage e la contaminazione tra provenienze differenti. L'attività, programmata e condivisa con l'équipe del CRF, viene svolta presso il Centro Arcobirbaleno che si trova nella zona nord della città: si è scelta una sede decentrata e diffusa per favorire la prossimità e la partecipazione di chi abita su quel territorio.

Il gruppo è condotto da una psicologa e da educatrici/operatrici sociali con competenza circa i percorsi migratori e da una mediatrice linguistico-culturale; le tematiche di confronto vengono discusse tra le partecipanti di volta in volta, favorendo lo scambio di informazioni e conoscenze. Al centro vengono dunque messi i bisogni e le curiosità delle persone, creando così un'atmosfera non giudicante e che accoglie le esperienze di ognuna.

Gli incontri sono guidati dal principio chiave dell'importanza della rete e del contatto, con l'intento esplicito di voler accogliere l'intimità di ognuna, lasciando spazio a tutte. L'idea di fondo è che ciascuna madre sia competente ed abbia delle risorse personali a disposizione che vanno sostenute e valorizzate e possono diventare risorsa a disposizione dell'altro. Tutte possono “dare” e “prendere” in ugual modo.



CITTA' DI TORINO

A decorative border on the left and right sides of the page, featuring colorful, abstract, organic shapes in shades of red, orange, yellow, blue, and pink, resembling stylized human figures or movement. The shapes are layered and overlapping, creating a vibrant, energetic frame around the central text.

Tra i bisogni che emergono dal confronto tra le donne vi è primo tra tutti quello di uscire dal senso di disorientamento e di fatica rispetto alle differenze esistenti tra l'essere madre in Italia e l'essere madre nei vari paesi di origine. La diversa provenienza, che influenza il modo in cui si è genitore, la ritroviamo anche tra le partecipanti di origine italiana: ogni famiglia, ogni storia personale plasma in modo specifico creando così "mille e una mamma".

Un altro elemento che le donne portano, e che accomuna le partecipanti, è la condizione di solitudine ed isolamento che in molte vivono o percepiscono. Il lavoro con la cittadinanza migrante ci insegna che il modo di vivere ad esempio lo spazio pubblico/privato, la strada, la scuola, le relazioni varia in ogni contesto culturale; la creazione di una rete sociale è forse il primo grande ostacolo che una donna e/o mamma riscontra, che può portare alla percezione di isolamento e solitudine.

L'esperienza della migrazione, sovente caratterizzata da aspetti traumatici, può influire pesantemente sulla maternità ed è dunque importante poter cogliere tutti i segnali di sofferenza o difficoltà al fine di prevenire situazioni di disagio nella donna e nello sviluppo della relazione con il bambino. Se l'esperienza della genitorialità risulta disorientante e "faticosa" per qualsiasi donna, nel caso di una migrante lo è ancora di più. Per questo il gruppo di lavoro che gestisce l'attività è specificatamente formato rispetto all'incontro e al sostegno di queste mamme.

Diversamente ormai dal contesto italiano, nei paesi "stranieri" la maternità sembra essere ancora un aspetto socializzato all'interno della collettività, che si rende partecipe della crescita del bambino/a, supportando la madre tanto nell'accudimento del nascituro/a, quanto nella cura di sé stessa. Di particolare interesse, tra gli elementi che le signore portano, è la condivisione circa l'importanza di un supporto fisico ed emotivo durante le ultime settimane di gravidanza e i primi mesi di vita del/la bambino/a. Le mamme ci raccontano con nostalgia quanto "qui" manchino quelle figure femminili, e non, che prendono in carico la neo-madre, accudendola e curandola dopo l'arrivo del/la neonato/a. Sorelle, amiche, cugine, vicine di casa, ma anche i mariti, guidano la madre nel mettere in atto le principali cure, per sé stessa e per il bambino, la aiutano nelle preparazioni alimentari e si occupano della gestione della casa, sollevando così la donna dalle "fatiche" del quotidiano e lasciando che si preoccupi esclusivamente del/la bambino/a. La madre, inoltre, viene così invitata a concentrarsi sul proprio benessere, ed utilizza questo periodo per recuperare energie fisiche e mentali e prepararsi alla vita futura, aspetto fondamentale nella prevenzione dei disagi psico-emotivi che fisiologicamente possono caratterizzare il periodo perinatale.

Altri argomenti trattati riguardano la medicalizzazione della gravidanza e del post partum occidentale e di come questa venga spesso vissuta con confusione e fatica dalle donne. “Se sto bene, perché devo continuamente andare dal dottore per ecografie, analisi, etc...?”. In questo senso il gruppo funge da ponte e da mediatore sociale rispetto alle pratiche di cura della propria cultura e di quella del contesto di accoglienza. Molto utili sono le esperienze di chi è emigrato da tempo e può condividere quale è stato il proprio percorso di rielaborazione dell'esperienza migratoria e della conoscenza di “altri” stili di vita e rappresentazioni culturali e di “come funziona in Italia”, supportando l'incontro con i servizi e superando malintesi o pregiudizi.

Il sostegno della genitorialità si realizza soprattutto attraverso il confronto e il dialogo rispetto a tematiche che possono riguardare non solo la relazione con il/ bambino/a, ma anche del benessere riproduttivo, delle relazioni di coppia e della propria posizione di donna all'interno della società, ponendo al centro la cura dell'intimità della donna e la salubrità del rapporto con il proprio corpo.

Di fondamentale importanza sono poi stati i momenti di socialità, poiché ci hanno insegnato a stare insieme nella diversità. “Le mille e una mamma” è anche un luogo di festa, gioco e convivialità: ogni occasione è buona per celebrare gli avvenimenti importanti della vita delle donne che compongono il gruppo!

Scritto a più mani da Giulia Santagata, psicologa esperta nell'accompagnamento e sostegno della genitorialità in contesti migratori e vulnerabili, con il contributo dell'équipe multidisciplinare del Centro Arcobirbaleno