

Medo de ser mãe

, 21 Janeiro 2011 - 14:44:37

Com a chegada do primeiro filho, muitas questões e ansiedades vêm à cabeça das futuras mães. O que elas só percebem depois é que as mudanças ocorrerão, mas elas não serão ruins.

Confira a lista com os 10 medos mais comuns que as mães de primeira viagem enfrentam. Veja também como lidar com eles.

1. Eu vou virar a minha mãe

Tornar-se uma mãe inevitavelmente fará com que você reflita sobre o jeito que você foi criada. Independentemente de como avaliar o desempenho da sua mãe, você vai, em algum momento, ouvir a voz dela saindo da sua boca e se assustar. É inevitável; sua mãe é o seu primeiro e mais forte modelo de maternidade. O jeito para se tornar o tipo de mãe que você quer ser, mais do que seguir o padrão dos seus pais, é ser consciente. Pense no que aprendeu com a sua mãe e decida o que você quer reproduzir e o que é melhor evitar.

2. Eu vou me perder

Transitar de uma pessoa independente a uma mãe envolve se prender a coisas que são importantes para você e saber quando abandonar ideias que não são mais cruciais. Mas se tornar uma nova versão de você não quer dizer dar adeus à outra parte para sempre. Tornar-se mãe vai mudar você? Definitivamente. Tornar-se mãe vai te transformar em uma sombra do bebê, explorando todos os seus limites até que você não passe de uma sombra do que originalmente era? Não.

3. Meu relacionamento nunca mais será o mesmo

Está bem, esse medo se concretizará. A chegada de um bebê à família vai alterar a dinâmica do relacionamento, mas isso não significa que mudará para pior, e não quer dizer que você vai perder todas as coisas boas que vocês tinham. Criar um filho é uma experiência que exige trabalho em grupo. Pode exigir suor dos dois responsáveis, mas quando um bom trabalho em equipe surge de um relacionamento romântico, as ligações entre os envolvidos se tornam ainda mais fortes.

4. Eu não sei o que vai acontecer

Gravidez é uma coisa desconhecida. Você está acolhendo algum tipo de bebê por dentro, mas o que ele tem guardado para você não se tornará claro imediatamente – ele precisará aprender a se expressar primeiro. Enquanto isso, você deve encarar as incertezas existenciais. Isso pode ser terrivelmente desconfortável, mas também pode ser excitante. Se você está preocupada, tenha em mente que não importa com o que você está ansiosa, é improvável que se concretize (e mesmo que aconteça, o medo é possivelmente pior que a realidade).

5. Eu não terei dinheiro suficiente

Crianças são caras e a economia oscila – é inútil fingir que isso não acrescenta novos nervos para a ansiedade habitual. Mas o receio de não conseguir prover para seu filho pode ganhar proporções exageradas e sair do controle. Você pode não

ser capaz de dar ao pequeno tudo que você quer ou que ele quer --, mas não existe razão alguma para acreditar que isso é ruim. Crianças que crescem em uma casa onde o dinheiro é uma questão a ser analisada ganham algumas habilidades que aquelas criadas em famílias de recursos ilimitados. Orçamentos ensinam limites e ajudam os pequenos a aprenderem o valor de administrar o dinheiro.

6. Eu serei uma péssima mãe

Nós vivemos em uma era de pais extremos. Especialistas ensinam as técnicas para ser um bom pai, no ponto de vista deles, e é fácil pensar que você não corresponderá às expectativas. Mas quem sabe o que é ser um pai ideal? Todo mundo tem uma opinião, mas a única que importa é a sua. Você vai errar como mãe? Muitas vezes. Mas isso não significa que você faz mal o seu papel; só quer dizer que você é humana. E ser uma pessoa boa é um primeiro passo para ser uma ótima mãe.

7. Eu não gostarei de ser mãe

Mães de primeira viagem algumas vezes entram em pânico nas primeiras semanas, meses, ou mesmo anos de maternidade...

No que eu me meti? . Mas não gostar de ser mãe de um bebê não significa que você não gosta da maternidade.

Crianças estão sempre mudando, e a experiência muda junto com elas. Você terá fases favoritas e detestadas. Então, se você é achar a fase do bebê bonitinho chata, não se preocupe; vai terminar antes que você perceba.

8. Meus dias de ser sexy acabaram

O parto e a amamentação não abalam as partes do corpo associadas com o sexo. Medo constante das interrupções causadas por choro de bebê torna difícil relaxar. O contato constante com bebês bonitinhos pode atrasar o desejo sexual. Mas mais uma vez, os dias de bebê são curtos. Pode demorar um pouco para se enxergar sexy novamente, mas eventualmente acontece. Os pais que têm a melhor vida sexual são aqueles que conservam ou reconquistam a liberdade e a ousadia entre quatro paredes (ou fora delas).

9. Minha carreira irá por água abaixo

Dar sangue pelo trabalho parece exigir uma energia exclusivamente voltada para a obrigação. Mas quando as crianças entram na cena, não parece tão fácil ficar até mais tarde no escritório espontaneamente ou ficar acordada de madrugada para entregar as coisas no prazo. Por outro lado, você pode sentir mais responsabilidade em relação à sua carreira já que agora precisa sustentar mais uma pessoa. Mães normalmente acham que a vida profissional não é mais uma prioridade e que devem direcionar toda a sua atenção para os bebês, mas isso normalmente muda quando as crianças crescem e há a opção de contratar uma babá para cuidar delas, deixá-las em uma creche ou no período integral da escola.

10. Ficarei encurralada

Uma vez que você se torna mãe, não existe como voltar atrás. Você está sempre submetida a regras diferentes, com uma vulnerabilidade ampliada e altos níveis de ansiedade. A nova realidade se torna uma parte de você, de forma que o estilo de vida antigo parecerá uma espécie de filme que você viu na televisão um dia. Isso pode soar deprimente agora, mas rapidamente tomará outra dimensão. Afinal, sabe aquela frase que todos os pais dizem sobre como eles não conseguem mais imaginar a vida deles sem o filho? É verdade.

Fonte: Babble/Revista Pais & Filhos