



Dormir amb el fill: co-llit o intra-llit

LLUÍS VILALTA URREA

PSICÒLEG, TERAPEUTA
FAMILIAR SISTÈMIC I COACH



Sens dubte, el collit és una pràctica cada vegada més habitual. La lactància materna fomenta el vincle i aporta als nadons uns nutrients que cap altre aliment pot proporcionar. Donar el pit és una tasca feixuga, especialment de nit, quan la mare pot veure interromput el seu descans. Per aquests motius, oferir lactància al mateix temps que la mare descansa pot ser una bona solució. En qualsevol cas, **la decisió sempre hauria de ser presa per ambdós pares avaluant els pros i els contres.**

Cal considerar que introduir al nostre fill al llit pot afectar la relació íntima de la parella. Tenint en compte que aquesta relació cal cuidar-la SEMPRE –com sempre s’ha de cuidar un jardí si el volem esplendorós–, és importat ser conscient que la vinguda d’un fill té repercussions no sempre favorables pels pares en tant que parella. Tot considerant que afecte no sempre vol dir sexe, és bo no posar obstacles a l’expressió de l’afecte entre la parella: abraçades, carícies, petons... **Uns pares units i que s’estimen és quelcom especialment valuós per als fills.** Quan col·loquem al nadó entre els pares podem parlar

de intrallit, més que de collit. El collit implica tenir el fill al costat d’un dels progenitors –el pare o la mare–, sense que aquesta pràctica suposi posar impediments al lliure contacte amb la parella. Col·locar al fill entre els pares, no és un decisió sistèmicament saludable.

Sovint, un dels motius del distanciament de la parella té relació amb el fet de ser pares, cosa que es podria preveure i evitar. La mare es veu carregada de sobte amb una responsabilitat que requereix la participació de la seva parella. Per altra banda, cal continuar cuidant la relació de parella, perquè és una bona inversió de futur, tant pels pares com pels fills. **Quan més descansats estiguem, més**

bona disposició tindrem per a la relació de parella. Crec que és quelcom inqüestionable.

Un altre aspecte a tenir en compte és el temps durant el qual el fill dorm amb els progenitors. El collit hauria de durar el temps que duri la lactància nocturna, i sempre que això no comporti un greuge excessiu en la relació de parella.

Tanmateix, cal anar amb compte: especialment en casos de separacions, pot passar que el fill ocupi en el llit el lloc de l’ex-parella. Si volem que el nostre fill creixi en autonomia i seguretat, cal que ens qüestionem aquesta situació, perquè pot tenir més a veure en una necessitat de l’adult que en una del propi infant.



Lluís Vilalta Urrea
www.espaisistemic.net
Psicòleg, terapeuta familiar sistèmic i coach