

FOCUS

scenari in evoluzione

I papà ci stupiscono!

Più emozioni, coinvolgimento, responsabilità. I maschi vogliono vivere con pienezza la paternità. E, per farlo, cercano nuove alleanze con le compagne e nuove modalità di confronto tra pari

di Maria Cristina Valsecchi

Gli uomini stanno cambiando. Lentamente, chi più e chi meno a seconda dell'ambiente sociale e culturale di provenienza, della storia personale e familiare, ma il mutamento è inequivocabile e, secondo gli esperti, irreversibile. Il 76% dei maschi italiani adulti conta di investire nei prossimi tre anni abbastanza tempo ed energia nella famiglia, nella sfera intima e privata degli affetti. Il 36% progetta di dedicare a questo ambito molto tempo ed energia, più che alla carriera. Il 60% attribuisce molta importanza a emozioni e sentimenti e il 41% dichiara di non avere remore a manifestarli. Sono i risultati di un'inchiesta dal titolo "Uomini, i segni del cambiamento", condotta dalla Eikon Strategic Consulting per conto del Corriere della Sera, intervistando 2.000 maschi dai 18 ai 72 anni. Maggiore impegno nei confronti della famiglia, maggiore capacità di riconoscere ed esprimere la propria emotività: queste le caratteristiche che emergono con grande evidenza nel nuovo stile di paternità e sono

proprio i giovani papà a guidare giorno dopo giorno il movimento di rottura rispetto agli stereotipi del passato: rinnegano il modello ormai stantio del padre distaccato, che delega alla madre la cura dei figli, assente da casa per gran parte della giornata, severo e poco empatico.

Cambia la società, cambiano gli uomini

Un tempo il maschio aveva l'onere di mantenere la propria famiglia e difenderla dalle minacce esterne. "L'uomo cacciatore e guerriero doveva apparire forte, rinnegare qualunque elemento di fragilità. Ecco perché tradizionalmente i maschi tendono a nascondere le proprie emozioni, a se stessi e agli altri", spiega Marco Inghilleri, psicologo, psicoterapeuta e sessuologo di Padova, coautore del saggio a più voci "Diventare padri nel terzo millennio" (Franco Angeli, 2017). "Oggi la società è cambiata e queste caratteristiche non sono più utili. Essere forti non vuol più dire essere imperme-

FOCUS

scenari in evoluzione

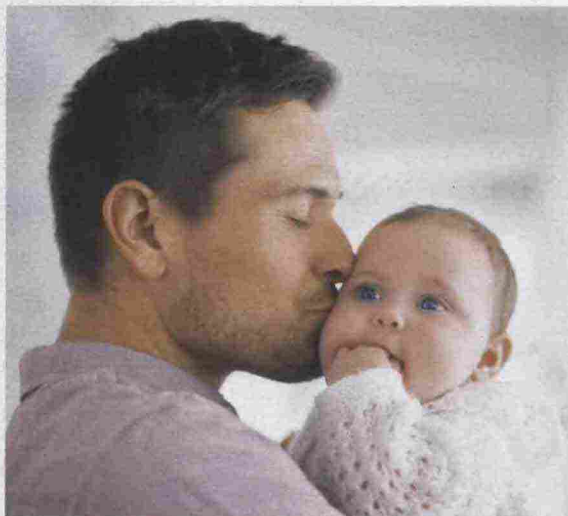
abili a sentimenti e affetti, ma prenderne coscienza e accettarli senza paura, sviluppare il proprio potenziale come persone, senza lasciarsi ingabbiare da rigidi stereotipi di genere”.

Non è facile: i periodi di grande cambiamento comportano sempre una certa dose di smarrimento, perché vengono a mancare modelli sicuri a cui riferirsi, ma sono anche periodi di fermento e creatività, in cui si sperimentano nuove strade, modi di essere e di impostare le relazioni con gli altri. Le nuove generazioni di mariti, compagni e padri ci stanno provando: si aprono, esprimono le emozioni, si mostrano capaci di dolcezza e tenerezza, condividono il percorso della gravidanza e si prendono cura dei loro piccoli fin dai primi momenti della nascita.

“Nel corso degli ultimi cinquant'anni, le donne hanno innescato una rivoluzione sociale”, dice Elisabetta Ruspini, sociologa dell'Università di Milano - Bicocca, coautrice del saggio sui nuovi padri. “Hanno conquistato pieno accesso all'istruzione e al mondo del lavoro, libertà sessuale, hanno rifiutato gli schemi tradizionali di ripartizione dei ruoli all'interno delle relazioni. Inevitabilmente questa rivoluzione ha avuto delle ripercussioni sull'identità maschile”.

Rispetto ad altri Paesi, soprattutto quelli del Nord Europa, in Italia prevalgono una cultura e un'impostazione sociale di tipo tradizionale. “Gli stereotipi di genere sono ancora molto forti”, osserva Ruspini. “Basta leggere i dati pubblicati dall'Istat sulla divisione del carico di lavoro domestico tra i partner. Tuttora gli impegni di cura e assistenza alla famiglia gravano per lo più sulle spalle delle donne. Tuttavia il tempo dedicato dai maschi adulti al lavoro domestico sta progressivamente aumentando. Dunque, nonostante le resistenze, il cambiamento avanza”.

Chi sono, quindi, i nuovi papà del terzo millennio? “Giovani, istruiti, di livello socio-economico medio e alto, vivono per lo più in città, comunicano e si



Compagni più presenti a casa e padri più impegnati nella cura dei figli, anche piccolissimi

confrontano con i loro pari per elaborare nuovi modelli di paternità”, risponde la sociologa. “Le giovani madri accolgono con favore la loro dedizione ai figli, nella maggior parte dei casi non la considerano un'invasione di campo. Si sta facendo sempre più strada il concetto di coppia che genera i figli e li accudisce insieme”.

IL CONGEDO DI PATERNITÀ FUNZIONA COSÌ

“I cambiamenti sociali positivi dovrebbero essere incoraggiati dalle scelte politiche. L'istituzione di un congedo di paternità obbligatorio, analogo a quello di maternità, retribuito al 100% e di durata adeguata, di alcuni mesi, sarebbe un forte incentivo

all'impegno dei giovani padri nell'accudimento dei loro bambini”, osserva Elisabetta Ruspini. “In Italia al momento il congedo di paternità obbligatorio è di soli due giorni. Chiaramente si tratta di un'iniziativa puramente simbolica”.

La Legge di Stabilità 2017 prevede per i padri lavoratori dipendenti l'obbligo di astensione dal lavoro per due giorni, anche non

continuativi, entro i primi cinque mesi di vita del bambino, in aggiunta al periodo di astensione obbligatoria della madre. Prevede inoltre due giorni di congedo facoltativo da utilizzare in alternativa a quello materno, cioè solo a patto che la neomamma rinunci a due giorni del proprio congedo obbligatorio. I due giorni di congedo obbligatorio e i due facoltativi sono retribuiti al 100%.

ISTOCK



Percorso nascita in coppia, tra emozioni e fragilità

Non basta generare un figlio per sentirsi genitore. La donna può contare su un naturale coinvolgimento nel compito di costruire la propria identità di madre. Per nove mesi sente il piccolo crescere dentro di sé, si trasforma insieme al nascituro, impara a comunicare con lui. "All'uomo manca questa risorsa", osserva Marco Inghilleri. "Gli manca l'esperienza fisica, la percezione corporea che è alla base della consapevolezza. **L'uomo deve imparare a essere padre**, mentre diventare madre è un processo in parte spontaneo, istintivo".

Oggi le coppie tendono a programmare insieme la nascita di un figlio. I futuri padri sono coinvolti nel progetto, durante la gravidanza accompagnano la futura mamma alle visite di controllo, alle ecografie. Non possono percepire direttamente, ma **possono vedere attraverso il monitor dell'ecografo il piccolo che cresce mese dopo mese**. "Certamente questa esperienza aiuta l'uomo a elaborare prima e con maggiore consapevolezza la propria identità di padre", dice Maria Cristina Ortu, psicoterapeuta, docente della Scuola

di Psicoterapia Cognitiva a Indirizzo Costruttivista di Padova e coautrice del saggio, "ma si tratta comunque di un processo laborioso. Un tempo il neopapà poteva fare riferimento al modello del proprio genitore. Oggi non sempre è possibile, proprio perché il ruolo paterno è profondamente cambiato nell'arco di una o due generazioni. Allora, a quale guida può rivolgersi il giovane papà per orientarsi in questa delicata fase della sua vita? **Tanti fanno riferimento alla loro madre, scelgono cioè un ruolo genitoriale femminile come modello per la propria identità di padre**".

Un padre alla ricerca di nuovi modi di essere, che diventa un po' madre. "Attenzione, c'è il rischio che l'uomo, in mancanza di punti di riferimento, si ispiri al comportamento della donna rinunciando a cercare la propria strada autonoma", avverte Inghilleri. "Non esiste una ricetta valida per tutti. Il mio consiglio ai papà in questa situazione è di lasciarsi guidare dall'istinto e dalla spontaneità della loro compagna, aprirsi ai sentimenti e alle emozioni, ma **sviluppando un approccio originale, autentico, senza temere la propria mascolinità, né censurarla**. Perché il bambino trae beneficio

Ogni papà ha un proprio stile di accudimento che il piccolo impara ad apprezzare e a distinguere da quello materno

FOCUS

*scenari in evoluzione***BENVENUTO IN SALA PARTO!**

La presenza del futuro papà in sala parto, accanto alla compagna durante il travaglio e la nascita del suo bimbo, è ormai una realtà accettata nella gran parte delle strutture ospedaliere italiane. "E se qualche operatore sanitario della vecchia scuola può ancora storcere il naso, considerarla un'intrusione, **le ostetriche di nuova formazione sono ben consapevoli di quanto la triade, cioè mamma, papà e bambino, tragga beneficio dalla condivisione di questa esperienza**", osserva Lia Lombardi, sociologa dell'Università di Milano, anche lei nel team degli autori del saggio sui nuovi padri. "Dalla ricerca che ho condotto negli ospedali dell'area di Milano, emerge che i futuri padri desiderano entrare in sala parto, non sono indotti contro voglia, e che le loro compagne ne sono felici, si sentono accudite e protette dalla loro presenza". Che dire del timore, avanzato da più voci, che l'uomo sia traumatizzato dalla visione della sua compagna che partorisce, al punto di avere in seguito dei problemi di natura sessuale? "Dalla mia ricerca non risulta nulla in tal senso, anzi **gli uomini esprimono stima e ammirazione verso le loro compagne che mostrano forza e determinazione nel partorire**", puntualizza la sociologa.



Il profondo coinvolgimento fin dalle prime fasi dell'attesa rafforza anche l'intesa tra partner, che così si preparano insieme al loro nuovo ruolo di genitori

dal rapporto con due persone diverse, complementari. Non ha bisogno di due copie dello stesso genitore".

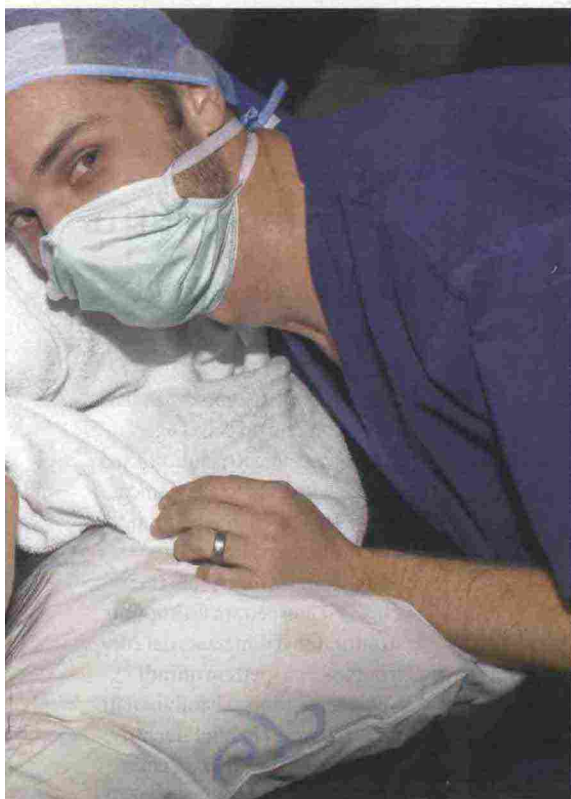
La neomamma, dal canto suo, deve indirizzare il partner con il suo istinto, aiutandolo a stabilire una relazione col bambino, ma senza imporre modi di fare e di sentire, lasciando il compagno libero di realizzare le sue potenzialità. "Ci sono donne che favoriscono lo sviluppo del rapporto tra padre e figlio e altre che lo ostacolano, spesso involontariamente", dice Ortu. "La ritrosia ad affidare il bambino al papà, una critica, un'espressione allarmata o preoccupata possono far sentire il partner inadeguato e allontanarlo. **Ci vuole fiducia e accettazione dei limiti di tutti**: non esistono super mamme perfette e non esistono super papà perfetti".

La fragilità dell'uomo che diventa padre e la difficoltà del passaggio possono generare **disagio psicologico**. E c'è perfino chi ha parlato di depressione post partum declinata al maschile. "Non condivido questa definizione", commenta Inghilleri. "La depressione che colpisce alcune donne dopo la nascita di un figlio è una patologia che ha radici psicologiche e radici fisiologiche. L'uomo non sperimenta la tempesta ormonale che la neomamma deve affrontare dopo il parto, benché possa vivere con disagio questa fase della vita per diverse ragioni: perché teme il cambiamento, l'assunzione di responsabilità, perché fa fatica ad adattarsi ai nuovi equilibri familiari".

I nuovi papà fanno rete e amano condividere

Se i vecchi modelli crollano e non si trova il manuale di istruzioni, a chi possono rivolgersi i neopapà desiderosi di prendersi cura dei propri figli, in cerca di consigli, incoraggiamento e confronto? Ovviamente ad altri papà nelle stesse condizioni, perché l'unione fa la forza. "Il confronto con i pari è la spinta propulsiva che sta accelerando il cambiamento della nuova generazione di padri", dice Elisabetta Ruspini. "**Gli uomini portano i figli al parco e parlano con altri uomini, come da sempre fanno le mamme**". Questa esigenza di confronto è ben conosciuta da chi organizza incontri per la preparazione al parto, che sempre più spesso sono aperti alla partecipazione dei futuri padri e talvolta prevedono sessioni dedicate esclusivamente a loro. "Io tengo incontri all'Ospedale Gaslini di Genova da otto anni ormai", dice Federico Ghiglione, pedagogista e formatore, presidente dell'associazione "Professione papà" (www.professionepapa.it), "e vedo che i **futuri padri hanno bisogno del contatto tra pari, di scambiare confidenze e condividere sentimenti tra loro**. Io consiglio loro di parlare molto, di **dare voce alle proprie emozioni confrontandosi tra loro, con le compagne, ma anche ad alta voce con se stessi e con il bambino**, magari mentre gli cambiano il pan-

ISTOCK



COSÌ PATERNI, COSÌ SOCIAL!

Bando al luogo comune del padre imbranato, incapace di cambiare un pannolino senza fare disastri! I nuovi papà che si affacciano alla rete conoscono le difficoltà, ma si mettono in gioco con autoironia e non hanno timore di esprimere l'amore per i loro bimbi. "Alzati, muoviti, sbrigati, bevi quel latte, mastica veloce, corri in bagno, fai la pipì, lavati i denti, sciacqua la faccia, le mani, vestiamoci, infila, alza il braccio, piega la gamba, metti le scarpe", racconta sul suo blog Giovanni Abbaticchio, in arte Walking Dad, alle prese con l'inevitabile corsa mattutina per portare il pupo all'asilo in tempo. E poi, giunti a destinazione, "ultimo sguardo a ciò che fa dall'angolo più estremo della porta a vetro, notare che non ti fila di pezza perché inizia a giocare, fare un grande respiro, riemergere dall'apnea e sentirsi vuoto, solo".



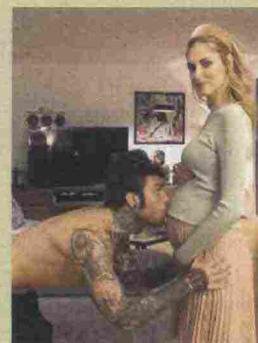
nolino, anche se è troppo piccolo per capire una sola parola". Accanto ai luoghi di incontro reali ci sono quelli virtuali: i forum online, i blog dei papà più intraprendenti che decidono di mettersi in gioco e raccontare la propria esperienza, stimolando la partecipazione e lo scambio con gli altri. "Sono ancora pochi, va detto, a confronto con la rete sterminata dei siti e delle bacheche utilizzate quotidianamente dalle mamme", osserva Ghiglione. "Agli uomini non piace chiedere informazioni quando si perdono per strada, per una questione di orgoglio, e allo stesso modo non amano chiedere informazioni sulla paternità al primo sconosciuto che incontrano. Però anche in questo ambito il cambiamento c'è e comincia a vedersi. I pochi coraggiosi che negli ultimi anni si sono lanciati e hanno aperto un blog o un portale sono davvero bravi. Vanno incoraggiati. Raccontarsi agli altri aiuta ad acquisire maggiore consapevolezza delle proprie emozioni e leggere le esperienze altrui fa sentire meno soli, meno fragili".

Un'arma speciale, poi, di cui molti si servono per combattere stereotipi e timori è l'autoironia. "I diari scherzosi dei papà che giocano con i luoghi comuni per sfatarli sono divertenti e anche molto utili", dice Ghiglione, "perché l'autoironia è indice di intelligenza e aiuta a raggiungere l'equilibrio, a superare le difficoltà sdrammatizzandole".

♦ **Abbaticchio non era una celebrità quando ha cominciato a raccontare le sue avventure in rete.** Giornalista, videomaker e papà, oggi ha un seguito di lettori affezionati e la stampa scrive di lui. Il suo motto è: "per quale motivo noi padri non dovremmo parlare dei nostri sentimenti?"

♦ **Un pensiero condiviso anche da genitori famosi come Fedez,** che con Chiara Ferragni posta su Instagram le foto dell'ultima ecografia del piccolo Leone, o come Alexis Ohanian, co-fondatore di Reddit e marito di Serena Williams, che fa campagna a favore del congedo di paternità dopo avere sperimentato quanto sia impegnativo accudire un neonato.

♦ E se volete un esempio delle trovate più folli condivise dai papà, cercate "**cheerios challenge**" e ammirate torri di cereali impilati dai genitori burloni sulle teste dei loro ignari pargoli addormentati.



INSTAGRAM