Il 19 marzo incombe e il primo pensiero è “cosa gli regaliamo”? Noi abbiamo voluto dedicargli questo articolo che raccoglie alcune tra le tipologie più comuni di padre. E qualche consiglio ad hoc per aiutarlo a essere, magari con qualche difetto (ma chi non ne ha!), un buon genitore. Amorevole, prezioso. E insostituibile

testo di Francesca Trabella

GIOVANE

Il papà under 30 vive la paternità in modo sereno e consapevole. In genere è entusiasta e pieno di energie. Siccome può attingere a ricordi ancora vividi della sua stessa infanzia, è in grado di immedesimarsi nel bambino o, per lo meno, di intuirne sia le esigenze sia gli stati d'animo. Per lui certe idee “moderne”, come aiutare nei lavori domestici e nella cura dei figli, sono assodate.

LE DIFFICOLTÀ Se ci tieni all'armonia domestica, lascia che il tuo compagno giochi con i bimbi - e se non lo fa, incoraggiarlo - ma sii tu a occuparti della loro alimentazione e igiene personale. Secondo uno studio americano pubblicato lo scorso anno sulla rivista *Developmental Psychology* (Psicologia dello sviluppo), se il padre è troppo impegnato con pappe-cacche-nanne, il rischio di conflitti con la moglie/comagna è alto. Le ragioni? Quando entrambi siete fortemente coinvolti nella routine per la gestione del piccolo, finite con il pestarvi i piedi. Ma c'è altro. «Non sempre la suddivisione dei compiti può essere perfettamente equa», spiega Sarah Schoppe-Sullivan, co-autrice dello studio. «È davvero difficile, infatti, discostarsi dai ruoli di genere, cioè dai comportamenti riconosciuti come propri dei maschi e delle femmine. Fortunatamente le strade che conducono a un'efficace relazione di co-genitorialità sono molte e ogni coppia può trovare la propria».

NONNO

Il padre maturo anagraficamente (e psicologicamente) può spesso contare su una solida posizione finanziaria e lavorativa, che gli permette di dedicarsi ai bambini con serenità. «Se ha già avuto figli in una famiglia precedente, allora è più portato a considerare la paternità

IL LABORATORIO PER LA FAMIGLIA

Dal 18 al 20 maggio Livorno ospiterà “L'essere padre...”, un laboratorio dedicato a uomini e papà. Tre giorni condotti dal formatore tedesco Mathias Voelchert. Il laboratorio è organizzato dal branch italiano di Familylab, organizzazione internazionale per il sostegno, la consulenza e lo sviluppo di competenze relazionali all'interno della famiglia, basata sull'esperienza e sul lavoro di Jesper Juul (vedi sopra). Info: www.familylab-italy.it.

con occhi sensibili e attenti», rileva Lisa Canaccini, counsellor e referente per l'Italia di Familylab (organizzazione di consulenza per la famiglia). E i “primipari attempati”? Per loro si apre un mondo completamente nuovo. Un esempio celebre è il filosofo e scrittore Stefano Zecchi, diventato papà a 59 anni, che ha vissuto «l'arrivo di un figlio come una straordinaria esperienza per capire qualcosa di più della vita, imparando a conoscere quel bambino». Così scrive nel suo ultimo libro *Dopo l'infinito cosa c'è, papà? Fare il padre navigando a vista* (Mondadori, 17 €), nel quale narra le sue «esperienze di giovane padre che ha un po' di anni in più della media dei suoi “colleghi” giovani».

LE DIFFICOLTÀ C'è chi diventa papà “da grande” perché prima era troppo preso dalla carriera o spaventato dalle responsabilità. Alla fine, ciò che lo spinge a decidersi è - oltre a una compagna ben più giovane - l'egoismo. «La scelta di avere figli è in primo luogo una decisione egoistica, nel senso letterale del termine», spiega il danese Jesper Juul, celebre terapeuta della famiglia, nel libro *Genitori competenti. Educare i figli con responsabilità ed equilibrio* (Erickson, € 16,50). «Facciamo figli per amor nostro. Dopo la nascita del piccolo bisogna raggiungere il più presto possibile un equilibrio fra l'egoismo genitoriale e l'interesse del bambino».

MAMMO

È il “sogno proibito” di molte madri lavoratrici: un papà materno, accudente, al quale delegare in tutto e per tutto le incombenze pratiche e l'educazione dei figli.

LE DIFFICOLTÀ Secondo alcuni esperti, avere un compagno così è rischioso. «I “padri-mammi”, eccessivamente sbilanciati

MA CHE

AMORE DI PAPÀ!

verso un ruolo femminile-materno, non si sono mai realmente separati dalle loro madri», scrive lo psicologo e psicoterapeuta Ivano Baldassarre in *C'è anche il papà. Qualche consiglio per essere padri sufficientemente buoni* (Erickson, € 15,50).

«Molto spesso sono stati o sono tuttora figli coccolati di mamme iperprotettive e per questa ragione sono in difficoltà a elaborare interiormente percorsi di autonomia psicologica. Sono ancora pulcini che cercano la chioccia e tendono a riprodurre questo tipo di relazione con i figli». Insomma, i mammi fanno più male che bene, perché «mancano al mandato fondamentale del loro vero ruolo, quello di offrire un modello che non sia né identico né contrapposto a quello della madre, ma complementare», spiega Baldassarre.

ASSENTE

A questo padre i figli sono piovuti addosso per caso, se non proprio contro la sua volontà. Di conseguenza lui lascia che la madre “se li smazzi”, perché ha già molti altri impegni da sbrigare: lavoro, amici, sport, volontariato... In pratica qualsiasi cosa serva a stare fuori casa.

LE DIFFICOLTÀ Secondo te, che cosa hanno in comune i punti del seguente elenco? Incapacità di proiettare se stessi nel futuro; senso di inadeguatezza e timore di mettersi in gioco; mancanza di impegno e di responsabilità individuale; paura delle situazioni nuove; scarso rendimento scolastico e difficoltà di apprendimento, soprattutto nelle discipline scientifiche; debole e ritardata identificazione sessuale. Secondo il pedagogo Tiziano Loschi, autore di *Sei un buon papà? Consigli per diventarlo* (Erickson, € 15,50), si tratta di alcune fra le «implicazioni dell'assenza del padre, estremamente pericolose e problematiche nella formazione della personalità dei bambini». Il padre assente non solo procura gravi danni ai figli, ma «danneggia se stesso, rinunciando a una dimensione importante della sua personalità e privandosi delle gioie più autentiche della vita».

LETTURE & CO. PER LA SUA FESTA

☛ Se è un padre poco presente, può trovare utile il libro *Non mi vedi, papà?* (con cd audio, Erickson, € 13,50). Una fiaba che racconta le disavventure di un bambino alle prese con un padre assente ma esigente. Completo di suggerimenti educativi di Alberto Pellai, psicoterapeuta dell'età evolutiva.

☛ Se è distratto, *Paradiso amaro* di Kai Hart Hemmings (Newton Compton, € 9,90), il romanzo da cui è stata tratta la sceneggiatura (premio Oscar) dell'omonimo film con George Clooney (adesso nei cinema). Quando la moglie entra in coma, il protagonista scopre di non conoscere veramente le sue figlie. Ma avrà modo di rimediare.

☛ Se infine lui è quasi perfetto, si merita un dono tutto coccole e svaghi. Come, per esempio, una degustazione di vini, un trattamento benessere, un giro in auto da corsa o altre avvincenti esperienze. Basta scegliere il cofanetto regalo più indicato nelle librerie e su www.smartbox.com/it e www.boxforyou.it.

Quello perfetto? Deve ancora nascere

Il sogno di chi ha figli? Riuscire a essere un bravo genitore e, quindi, anche un padre che non sbaglia mai. Ma davvero esiste una formula per raggiungere questo obiettivo? Lo abbiamo chiesto a Francesco Giglio, psicoanalista di Jonas onlus*.

Si può parlare di padre “ideale”?

Un padre ideale non esiste e chi s'illude di esserlo sbaglia. Il mestiere di genitore fa parte dei compiti impossibili, commettere degli errori è inevitabile. Invece la colpa grave, ovvero quella da evitare, perché causa delle più tristi conseguenze, è chiamare alla vita qualcuno e non investirlo del proprio desiderio.

Se non esiste la ricetta perfetta per essere genitore, esiste un istinto di paternità?

No, non è questione d'istinto. Secondo un antico proverbio serbo “padre è chi ti compra le scarpe”: ciò significa che indipendentemente dal legame di sangue, la paternità implica un'adozione, un riconoscimento di parola. In poche parole è dire a qualcuno: “Sei mio figlio, ti ho voluto e mi occupo di te”.

È vero che esistono tante tipologie di papà?

Gli stili di paternità sono tanti quanti sono i padri. Ma c'è una sola avvertenza che è valida per tutti: senza amore e interesse

per i propri figli si producono solo danni. L'amore dunque è il cibo necessario con cui anche il padre è chiamato a nutrire il figlio.

Qual è lo “stato di salute” attuale della figura paterna?

Il padre è la figura in crisi della modernità: basta vedere quanto siano pochi gli spot pubblicitari in cui sono presenti dei padri per accorgersi che nella visione contemporanea il padre è una figura negativa, infantilizzata o frustrata. Il mito giovanilista pretende di potere fare a meno dei padri per conservarsi ragazzi il più a lungo possibile, anche in età avanzata. Diventare padri oggi è più difficile che in passato, sia per ragioni economiche, sia per una specifica difficoltà del nostro tempo ad accettare la perdita.

In che senso “perdita”?

Fare un figlio implica diverse perdite: di tempo, di denaro, di possibili altri partner amorosi, però divenire padre può regalare una gioia infinita, anche se questo lo si scopre solo dopo.

* Jonas onlus - Centro di clinica psicoanalitica per i nuovi sintomi è un'associazione senza fini di lucro che rende possibile un percorso di terapia psicoanalitica a tariffe accessibili a tutti. Info: numero verde 800453858; www.jonasonlus.it.

SEPARATO

Il papà “part-time” è una figura sempre più comune, come testimoniano le molte associazioni che forniscono sostegno psicologico, logistico e legale. Questa categoria è anche protagonista dell'ultimo film di Carlo Verdone, *Posti in piedi in Paradiso*, che narra la storia di tre padri separati costretti a versare quasi tutto quello che guadagnano in alimenti e spese di mantenimento per ex mogli e prole a carico.

LE DIFFICOLTÀ Per questi padri i problemi di carattere pratico vanno spesso a braccetto con i disagi psicologici. «A volte l'esperienza della solitudine vissuta dai separati si insinua profondamente nella loro capacità di comprendere se stessi», esemplifica Jesper Juul in *Un genitore in più. Vivere con un genitore separato* (Urra, € 9,50), ottimo libro di riferimento consigliato se hai iniziato a frequentare un papà “a tempo”.