

FOCUS

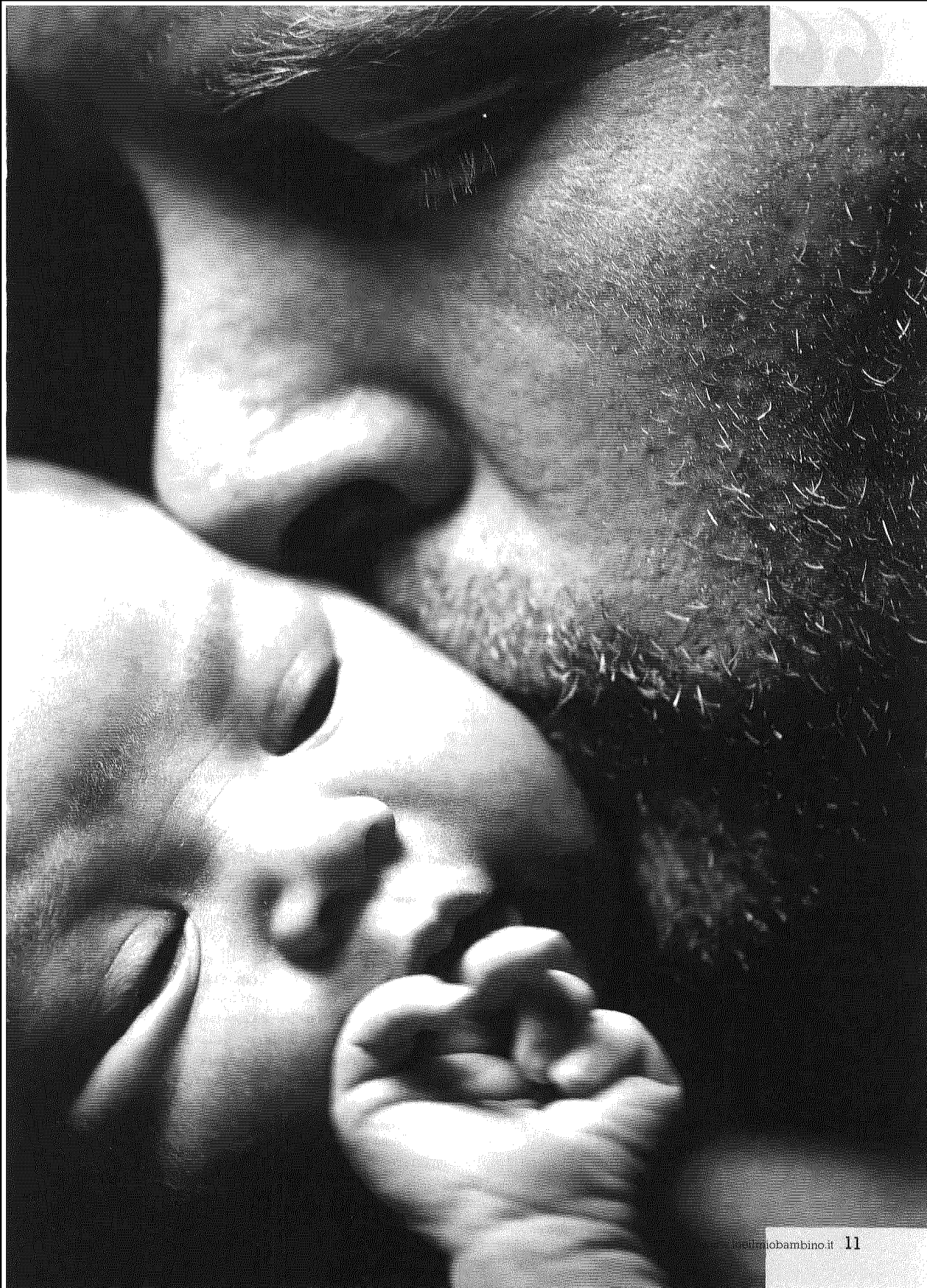
relazioni d'amore

Quanto bene fa un buon papà!

*Attento, presente
e partecipe: quando lui
è così, la sua azione
educativa ha una marcia
in più. E fa sentire i suoi
benefici in tutto l'arco
della crescita, anche
a lungo termine.*

*Lo rivelano gli esperti
sulla scorta di due nuove
importanti ricerche*

di Maria Cristina Valsecchi



FOCUS
relazioni d'amore

Il coinvolgimento emotivo di un padre che accudisce il suo bimbo fin dalla più tenera età, e vive con sicurezza il proprio ruolo di partner e di genitore, aiuta il figlio a crescere più sereno ed equilibrato, meno propenso a disturbi del comportamento in età preadolescenziale. Lo dimostra una ricerca della Oxford University pubblicata sul *British Medical Journal*, condotta su oltre 6.000 bambini britannici. "L'empatia, la disponibilità e l'attenzione ai bisogni emotivi del piccolo da parte di entrambi i genitori hanno un peso enorme sul suo sviluppo e sul suo benessere", osserva la psicologa Maggie Redshaw, una delle autrici dello studio. "Fino ad ora, la ricerca si era dedicata principalmente ad analizzare il rapporto tra madri e figli. I padri sono altrettanto importanti: un padre coinvolto e attento può mitigare anche gli effetti negativi di una depressione materna".

Nell'accudimento, tempi e modi sono diversi

Anche i padri vivono con piacere il tempo trascorso con i figli e con soddisfazione la propria esperienza genitoriale. Perfino più delle madri, secondo un lavoro della Cornell University e dell'Università del Minnesota, pubblicato sull'*American Sociological Review*. Perché gli impegni legati alla maternità comportano per le donne una dose maggiore di stanchezza e stress. "La differenza è dovuta probabilmente al genere di attività che padri e madri svolgono con i bambini, alla diversa disponibilità di tempo libero da dedicare a se stessi e alle aspettative sociali molto elevate nei confronti del ruolo materno, che possono generare ansia da prestazione", spiegano le autrici dello studio. "Le donne trascorrono con i figli più tempo rispetto ai partner e sono loro a svolgere le incombenze meno soddisfacenti, come pulirli, nutrirli, svegliarsi di notte. Nel tempo che i padri dedicano ai bambini prevalgono invece le attività ludiche". Se è vero, infatti, che la presenza e il coinvolgimento dei papà e delle mamme sono altrettanto importanti per lo sviluppo e il benessere dei figli, è altrettanto vero che c'è un'asimmetria nei tempi e nei modi in cui gli uni e le altre si prendono cura dei piccoli. Forse i padri (o, almeno, alcuni di loro) hanno la tendenza a riservarsi la parte più divertente del lavoro, lasciando alle madri le incombenze più frustranti e il ruolo di "poliziotto cattivo" nell'educazione? Oppure l'asimmetria è fisiologica e riflette gli specifici ruoli educativi paterno e materno? E in che cosa consiste oggi questa specificità? In che modo i due genitori possono collaborare per il bene e la soddisfazione di tutta la famiglia?

Madri e padri: due ruoli distinti o convergenti?

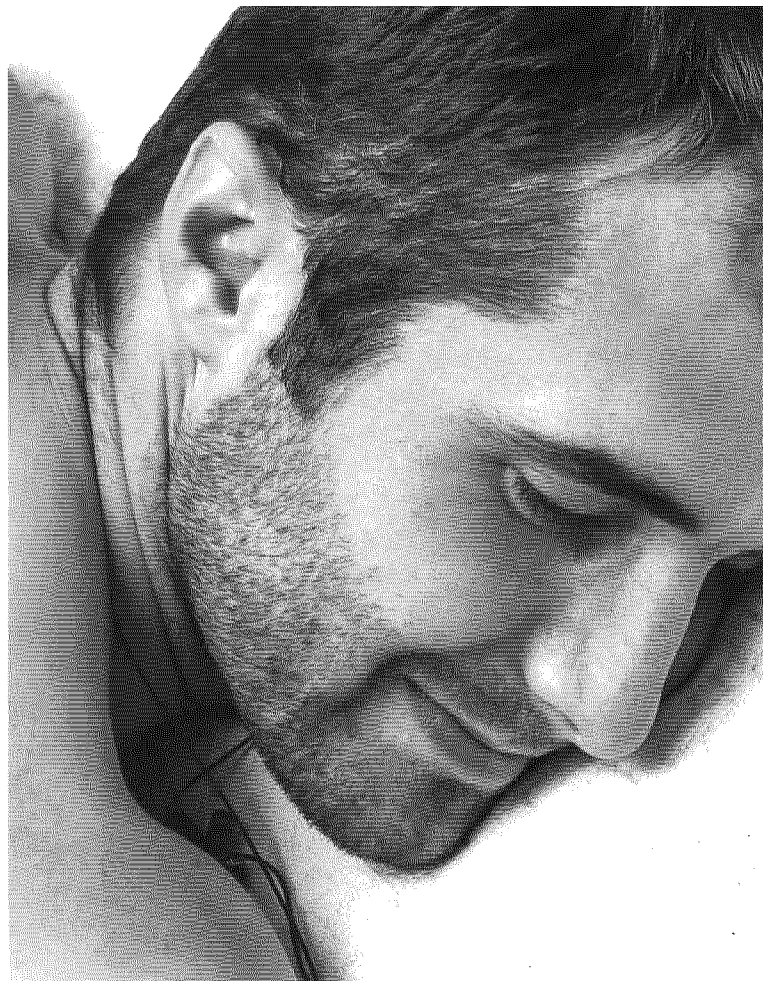
"Un papà emotivamente coinvolto nella cura del bambino fin dai primi giorni di vita permette al piccolo di stabilire con lui un legame di attaccamento sicuro, come



quello che sviluppa con la madre", osserva Alberto Pellai, psicoterapeuta dell'età evolutiva, specialista di Igiene e Medicina Preventiva dell'Università di Milano. "Il vantaggio è evidente: avere due figure di riferimento che gli dedicano attenzione e gli dimostrano affetto rende il bambino più sicuro di sé, lo fa sentire protetto, sereno". L'amore dei padri per i figli non è una novità. "Non è che un tempo tutti i padri fossero freddi e non provassero sentimenti nei confronti dei loro bambini. L'elemento di novità è il modo in cui oggi lo esprimono", dice Massimo Ammaniti, ordinario di psicopatologia dello sviluppo dell'Università La Sapienza di Roma. "Ormai nella società italiana le coppie fanno figli sempre più in là con gli anni e sono sempre più numerose quelle che ne fanno uno solo. Di conseguenza aumenta l'investimento affettivo ed emotivo che entrambi i genitori fanno nei confronti di quell'unico figlio. E i padri non aspettano più che il bambino sia cresciuto, sia entrato nell'età della ragione, per dimostrargli interesse, come spesso accadeva un tempo. Oggi gli dedicano attenzione e impegno fin dalla nascita".

C'è chi interpreta questo nuovo approccio come una pericolosa sovrapposizione tra i ruoli materno e paterno: se il papà si comporta come una mamma, culla il bimbo, lo cambia, lo coccola, rischia di perdere la propria identità di padre, la propria funzione di educatore? "È possibile

Dedicando al piccolo attenzioni fin dai primi momenti a casa, si favorisce la nascita di un rapporto veramente speciale



COME COLLABORARE CON EQUILIBRIO? STOP ALLE RESISTENZE

Ciascuno dei genitori dovrebbe assumersi la sua quota di attività piacevoli con il bambino e la sua quota di attività meno appaganti.

"L'asimmetria nella divisione dei compiti di cura del figlio tra i genitori, ancora presente nel nostro Paese e che mette in difficoltà tante donne lavoratrici, dipende da alcune resistenze tipiche della mentalità maschile", dice Alessandro Rosina, docente universitario. "Ritengo, inoltre, che un cambiamento culturale positivo potrebbe essere favorito da politiche di welfare più accorte e vicine alla famiglia. Congedi di paternità obbligatori più lunghi, per esempio, favorirebbero l'attaccamento tra padre e figlio nelle prime settimane dalla nascita e quindi un rapporto emotivo più solido per tutto il resto della vita".

che il papà che ha stabilito un rapporto di profondo affetto e vicinanza con il figlio abbia timore di guastare la magia con le regole e abbia paura di dire di no per non inimicarsi il bambino", osserva Federico Ghiglione, pedagogista e formatore, presidente dell'associazione Professione Papà.

"Se così accadesse, sarebbe un errore", commenta Ammaniti. "Ma non è affatto detto che un padre presente e attento sia un padre debole. Si possono benissimo coniugare manifestazioni di affetto e autorevolezza. Bisogna imparare a conciliarle".

Parola d'ordine: flessibilità

In che cosa consiste, quindi, il ruolo specifico del padre nell'educazione dei figli? Negli ultimi decenni la nostra società è lentamente, ma profondamente, cambiata. I mutamenti avviati con l'ingresso massiccio delle donne nel mercato del lavoro hanno avuto riflessi inevitabili sulla struttura della famiglia.

"Il modello di divisione netta di compiti in cui l'uomo 'porta il pane a casa' e la donna si dedica totalmente alla cura dei figli è superato", dice Alessandro Rosina, ordinario di demografia dell'Università Cattolica di Milano. "Dalla divisione rigida dei ruoli si è passati a modalità sempre più flessibili che possono variare da coppia

a coppia, da situazione a situazione, con un aumento dei casi in cui il lavoro prevalente è quello di lei ed è il padre, soprattutto, a occuparsi dei figli".

Caduti i modelli di riferimento rigidi del passato, dunque, la situazione si è fatta fluida. "Nella mia esperienza quotidiana a sostegno dei genitori, vedo che questo stato di cose ha generato un po' di confusione e qualche resistenza", dice Federico Ghiglione, "ma soprattutto ha generato una positiva ricerca di nuovi equilibri personalizzati.

Ogni famiglia cerca il proprio assetto sulla base del tempo a disposizione e degli impegni di ciascuno, delle aspettative, delle preferenze, delle storie personali. D'altronde, la nascita del primo figlio è uno shock, un momento di rottura degli equilibri preesistenti, che richiede elasticità e spirito di adattamento".

Non esiste, quindi, un modello unico di buon papà. Quel che conta veramente, secondo gli esperti, è la diversità dalla figura materna. "Il ruolo del padre è di insegnare al figlio, fin da piccolo, che c'è qualcos'altro oltre alla mamma", dice Pellai. "E glielo può insegnare compiendo gli stessi gesti che compie la mamma, cambiandogli il pannolino o coccolandolo, ma in modo inevitabilmente differente. Quando un papà culla il suo bambino per farlo addormentare, il suo corpo non odora di latte, la sua ninna nanna ha un tono più basso, le sue mani sono più grandi, i movimenti diversi. In questi momenti il pic-

ISTOCK

FOCUS
relazioni d'amore



Tenerezza e fermezza: due facce della stessa medaglia che devono convivere nel ruolo educativo dei padri d'oggi

VUOI APPROFONDIRE?

Ecco tre letture utili sul ruolo del papà e sui mutamenti in atto all'interno della famiglia.

♦ **Il mestiere più difficile del mondo (genitori)**, di Massimo Ammaniti e Paolo Conti, pubblicato dal Corriere della Sera nel 2016 in formato ebook e acquistabile in rete.

♦ **Nella pancia del papà. Padre e figlio: una relazione emotiva**, di Alberto Pellai, Editore Franco Angeli, 2009.

♦ **I papà vengono da Marte, le mamme da Venere**, di Alberto Pellai, Editore Franco Angeli, 2016.

colo impara che anche al di fuori del raggio materno ci sono sicurezza, amore e protezione”.

Differenziarsi dalla mamma è un passo necessario al bimbo per costruire la propria individualità. “Intorno all'anno di età avviene un primo distacco tra madre e figlio”, spiega Ammaniti. “Il padre può favorire questa separazione con la sua presenza e il suo supporto amorevole. Anche in seguito, col passare degli anni, il padre pone paletti e regole che permettono al bambino di costruire la propria personalità, di formarsi come individuo, anche attraverso l'opposizione e la resistenza ai dettami paterni”.

L'importante è il lavoro di squadra

A proposito di regole, così necessarie alla crescita del bambino: spetta al papà il compito di darle? “A nessuno piace giocare il ruolo del poliziotto cattivo e non è necessario che sia il papà o la mamma ad assumerselo interamente”, commenta Ammaniti. “Al di là dei rispettivi ruoli, **esistono un codice paterno e uno materno, il primo normativo, il secondo della cura e dell'accoglienza. Entrambi possono convivere in ciascuno dei genitori.** C'è il momento di essere pazienti e accoglienti e il momento di dire di no sia per la mamma che per il papà”. È la collaborazione tra i genitori che permette a ciascuno dei due di fare davvero un salto di qualità.

“Ottenere il rispetto delle regole passando dall'imposizione autoritaria all'autorevolezza”, aggiunge Pellai. “È molto meglio se un bambino osserva le regole date dai genitori perché si fida di loro e li ama, piuttosto che per paura della punizione”.

Questo grado di collaborazione non lo si ottiene per caso. “Servono consapevolezza e la condivisione di un piano educativo”, dice Ghiglione. **“I genitori, cioè, devono parlare tra di loro, aprire un discorso educativo e perseguire il loro piano con coerenza ed equilibrio, coniugando manifestazioni di affetto e regole. E, cosa importantissima, davanti al piccolo devono sempre mostrarsi concordi”.**

ISTOCK