

I PADRI SONO CAMBIATI: COME E PERCHE' I PADRI DI OGGI VOGLIONO ESSERE AUTOREVOLI MA NON AUTORITARI

Di Alberto Pellai – Medico, Psicoterapeuta Dip.Scienze Biomediche Università degli Studi di Milano

a) Foto di famiglia

Le foto dei padri con i propri figli rappresentano un'ottima testimonianza di come si è trasformata ed evoluta la paternità nel corso degli ultimi cento anni.

Le foto di inizio '900 rappresentano quasi sempre un padre a fianco del proprio figlio, bambino o giovinetto. Entrambi guardano la fotocamera, stando in piedi. Non vi sono punti di contatto tra loro due; eventualmente, a volte la mano del padre viene appoggiata sulla spalla del figlio. Niente di più.

Le foto dei padri degli anni '70, quelli appena usciti dalla rivoluzione del '68 mostrano qualcosa di completamente diverso: papà in salopette che spingono il passeggino oppure che portano il proprio bambino appoggiato sul proprio corpo, spesso all'interno di un marsupio.

Le foto dei padri di inizio terzo millennio sono invece foto molto tenere e affettive. Il papà tiene tra le mani il proprio bambino e lo guarda negli occhi. Le sue mani fanno stringersi intorno al corpo di quel neonato comunicandogli protezione e amore.

In queste tre differenti immagini ci sono tre modi di concepire la paternità che hanno comportato una radicale rivoluzione della relazione tra un padre e suo figlio.

b) Pater familias o padre padrone?

Fino a metà del '900 il padre era una figura depositaria della norma: dettava le regole, si assumeva la responsabilità della sopravvivenza e della crescita dei figli, fornendo loro un'educazione basata su principi rigidi e valori incontestabili. La legge del padre era la legge di tutta la famiglia. La sua autorità era indiscussa e riconosciuta dagli altri membri della famiglia. Il potere del padre derivava dal suo essere responsabile della sussistenza e della sopravvivenza materiale dell'intero nucleo familiare grazie al suo lavoro e stipendio. Le donne in casa a fare le mamme, gli uomini fuori casa a lavorare. I figli trovavano nell'abbraccio materno il calore e l'affetto e nello sguardo del padre l'autorità che definiva una regola che non poteva essere trasgredita. L'obbedienza e il rispetto verso il pater familias erano spesso la conseguenza del timore che egli incuteva nei figli, di cui poteva decidere la sorte e il destino. Una figlia veniva data in sposa solo dopo che il fidanzato otteneva il consenso dal padre di lei. Un figlio di frequente veniva indirizzato a uno specifico mestiere solo se il padre lo autorizzava e lo riteneva adatto. Per esempio, si racconta che Maria Montessori, la grande pedagogista che con il suo metodo ha rivoluzionato l'approccio all'educazione moderna, pur volendo studiare Medicina, abbia ottenuto dal proprio padre per lungo tempo il diniego più assoluto, visto che lui auspicava che la figlia intraprendesse la carriera di insegnante. Il pater familias si relazionava con i propri figli con una autorità così soverchiante da diventarne un vero e proprio "padre padrone" (come raccontato nel bellissimo romanzo di Gavino Ledda poi trasformato in film dai Fratelli Taviani) oppure un giustiziere implacabile non attento ai bisogni emotivi della propria prole che spesso sottoponeva ad abusi e violenze per ottenerne la remissività incondizionata, come racconta in modo doloroso e sconcertante M.Hanecke in "Il nastro bianco", uno dei suoi film più riusciti. Questa paternità totalmente autoritaria tanto da divenire anaffettiva e abusante ha forse il suo momento letterario più alto nella famosa "Lettera al padre" in cui Kafka scrive al proprio genitore per testimoniargli come la lontananza, l'incomprensione, il senso di non amabilità da lui sperimentati nella relazione con il proprio padre si siano trasformati in dolore allo stato puro, generando una sorta di zavorra emotiva un vero e proprio macigno sul cuore, impossibile da rimuovere nel corso di un'intera vita. In questa lettera, Kafka racconta di aver sempre

sentito un senso di terrore irrisolvibile verso suo padre, causa di “un senso di nullità” da cui non si è più riuscito a liberare nonostante lo straordinario successo personale raggiunto. C’è un dolore struggente nel suo scritto: Kafka dice al padre che avrebbe avuto bisogno di ottenere da lui “qualche incoraggiamento, un po’ di gentilezza, che mi si aprisse un poco il cammino” senza mai riuscirci. Kafka appare nella sua lettera come un uomo/figlio destinato a pensare per tutta la vita a se stesso come a una vittima di questa relazione in cui il troppo potere della figura adulta ha tolto a lui la possibilità di essere veramente e felicemente ciò che desiderava essere.

c) Il movimento del '68 e la caduta del padre

E’ proprio contro questo potere assoluto del padre, fortemente radicato anche in una visione del potere centralistica e non democratica, che si struttura la rivolta che attraversa il mondo alla fine degli anni '60. I giovani si alleano e coalizzano per ribaltare le leve del potere che governano il mondo, i luoghi della società in cui convivono, la famiglia in cui sono nati e cresciuti. E’ una battaglia che in ogni famiglia vede i figli ribellarsi all’autorità paterna, chiedendo spazio di autonomia e autodeterminazione, ribaltando la priorità che mette la norma davanti agli affetti. E’ una rivoluzione che porta ad una trasformazione radicale della vita in famiglia e nella società, promuovendo l’emancipazione femminile, il concetto di pari opportunità, l’idea che in ogni casa debbano esistere pari diritti e pari doveri all’interno della coppia coniugale. Compiono così per la prima volta uomini che sollecitati dalle proprie compagne di vita, si prendono concretamente cura dei propri bambini: fanno il bagnetto, cambiano il pannolino, spingono carrozzina e passeggino. Non lo fanno ancora perché si sono appropriati di una vera e propria identità affettiva paterna. Lo fanno soprattutto perché le loro compagne li spingono in questa direzione. La rivoluzione però è in corso. Nessuno aveva mai visto un bambino addormentarsi nelle braccia del proprio papà. Così come nessuno aveva mai previsto la presenza dei neo-padri in sala parto. Eppure queste rivoluzioni accadono, una dopo l’altra. Trasformano la percezione che la società ha del ruolo paterno, ma anche quella che gli uomini stessi hanno di sé, mettendo in gioco nuove abilità e competenze nel momento in cui si apprestano a trasformarsi in padri.

d) Una nuova cultura di genere

Negli anni '80 e '90 la paternità diviene un’esperienza in cui gli uomini si interrogano e riflettono. Va a contaminare la cultura di genere e propone un’idea di virilità e mascolinità non più declinata in termini di potere e successo professionale, ma anche costruita intorno alle proprie relazioni famigliari, ad un’identità paterna che va a trasformare l’immagine pubblica di uomini che muovono le leve dell’economia e del potere. Se della vita privata dei politici e dei manager di successo non si sapeva nulla fino alla fine degli anni '90, a partire dal nuovo millennio si assiste ad una svolta epocale di cui forse Barak Obama è il rappresentante più evidente. Fin dalle sue prime apparizioni pubbliche il Primo presidente di colore degli Stati Uniti è anche il primo presidente che si racconta alla sua nazione nelle vesti di padre attento e premuroso. L’uomo più potente del mondo diventa un esempio di competenza emotiva ed educativa che aiuta a proporre al mondo maschile l’idea che il successo personale debba essere perseguito integrando vita pubblica e vita privata in un continuum che non costringa a scegliere l’una o l’altra cosa, bensì a contaminare le due dimensioni continuamente, spalancando anche per gli uomini l’importantissimo tema della conciliazione famiglia e lavoro. I media raccontano casi eclatanti, impensabili solo dieci anni prima di uomini che giunti all’apice della propria carriera professionale e politica, mollano tutto per dedicarsi alla propria vita privata e non rinunciare ad abitare la propria esperienza paterna con tutta l’energia e la dedizione che essa richiede. E’ una vera rivoluzione perché mostra non solo la dedizione degli uomini verso la propria “mission” paterna, ma anche il loro bisogno di non rinunciare nella vita a mettersi in gioco su una

dimensione profonda trasformativa e nuova per l'identità di genere maschile: ovvero la competenza emotiva.

e) Diventare padre o essere padre?

Forse parlare di nuovi padri implica anche interrogarsi su cosa significa abbracciare a tutto tondo l'esperienza della paternità nella vita degli uomini. Perché se diventare padri, dal punto di vista anagrafico è relativamente semplice e comporta attribuire ad un figlio che nasce il proprio cognome, farlo invece contemplandone le infinite implicazioni emotive, affettive ed educative sottese al ruolo paterno è infinitamente più complesso. Ed è proprio questo ciò a cui aspirano i nuovi padri: essere abitanti della propria storia genitoriale in cui mostrarsi affettivi, coinvolti, disponibili emotivamente verso il proprio bambino. Assolvere al compito di crescere un figlio non solo assumendone le responsabilità giuridiche ed economiche, ma anche abbracciandone le componenti affettive ed emotive.

Così facendo i nuovi padri, quelli che nelle fotografie guardano teneramente il proprio bambino negli occhi sostenendolo in modo fermo e delicato allo stesso tempo, si immergono nella loro vicenda paterna facendola divenire un'occasione straordinaria per crescere essi stessi nella propria umanità, per affinare le proprie competenze emotive e spirituali. Ed è così che, per l'uomo del terzo millennio, un figlio rappresenta anche una straordinaria occasione di crescita ed evoluzione personale.

f) Nella mente del padre: la neurobiochimica della paternità

Per diventare tale, l'uomo comincia a coinvolgersi fin dalle prime settimane di gravidanza nel percorso che vedrà nascere il suo bambino. Mentre la mamma lo fa crescere nel proprio corpo, l'uomo accetta l'idea di accoglierlo nel proprio cuore e nella propria mente, generandolo in uno spazio interiore con cui prende contatto anche con le trasformazioni che avvengono dentro di sé e che lo preparano a diventare genitore. Va detto che quando nasce un figlio, quello stesso figlio fa nascere anche il proprio genitore.

Accompagnando la futura mamma alle visite prenatali, condividendo con lei il percorso nascita e la preparazione al parto, predisponendo la cameretta del futuro bambino dentro casa (tutte operazioni sconosciute ai padri normativi del passato) il futuro padre impara a costruire la propria nuova identità genitoriale, evento che culmina con il suo ingresso in sala parto, evento che come affermano le neuroscienze ha un correlato di enorme valore anche sul piano neurobiologico. Infatti, la ricerca scientifica ha rivelato che il cervello di un uomo che vede nascere il proprio bambino, vive proprio lì, di fronte a quell'evento una potente trasformazione di natura neurobiochimica e intrapsichica che tende a mantenersi e consolidarsi nelle giornate e settimane seguenti. Quanto più il papà resta presente sulla scena familiare, redendosi disponibile all'accudimento del proprio neonato e sostenendo la neomamma nel periodo neonatale, tanto più il suo sistema nervoso centrale aumenta la produzione di prolattina e ossitocina, ormoni che facilitano l'accudimento tenero e affettuoso verso il "cucciolo d'uomo". Contemporaneamente, si assiste ad un calo del testosterone, l'ormone che influenza la forza muscolare dell'uomo e il suo desiderio sessuale. E' come se l'interazione precoce tra il papà e il suo neonato, lo spingesse verso la ricerca di una vicinanza intima e tenera con lui, riducendone invece i bisogni esplorativi e di permanenza nello spazio esterno al nido domestico. Le neuroscienze sembrano dimostrare quello che l'evoluzione ha probabilmente selezionato per i papà della specie umana, unici nel regno vivente: chiede loro di stare lì dove c'è il proprio figlio, di instaurare con lui una relazione sin dai primi istanti che non si sostituisce a quella materna, ma che la integra e completa. Tra l'altro, le ricerche evidenziano che il padre coinvolto e presente nelle prime settimane di vita del proprio figlio è uno straordinario stabilizzatore emotivo della neo-mamma,

permettendole di attraversare più facilmente l'ansia e la paura associate ai nuovi compiti di accudimento, favorendo l'attaccamento e l'allattamento tra lei e il neonato e riducendo il suo rischio di depressione post-partum.

g) Attaccamento e delega

John Bowlby, lo psicologo che formulò la teoria dell'attaccamento, ha dimostrato come il bambino necessiti, per garantirsi il benessere psicofisico, di avere a fianco a sé adulti capaci di rispondere ai suoi bisogni innati di attaccamento, adulti in grado di fornirgli cure e accudimento, di sintonizzarsi emotivamente con lui. Le mamme rispondono in modo istintivo e immediato a questi bisogni, ma spesso – nel farlo – si sentono stanche, isolate, affaticate. È qui che il padre interviene, offrendo una triangolazione supportiva che sostiene sia la mamma che il bambino e che si rivela fondamentale proprio nella fase precoce di vita del neonato, quella da cui il “pater familias” del passato è stato sempre escluso, per tradizione intergenerazionale. È anche vero che la mamma fino alla metà del secolo scorso aveva a disposizione una famiglia allargata che interveniva sulla scena, nel momento in cui le nasceva un bambino. Un “plotone” al femminile composto da nonne, suocere, cognate e vicine di casa realizzava una sorta di “microsocietà” tutta al femminile che, automaticamente, rendeva impossibile la contemporanea presenza del padre, che da una parte vedeva “fisicamente” bloccato l'accesso al proprio bambino e d'altro canto percepiva di non poter giocare alla pari con la competenza e l'adeguatezza con cui le donne “sapevano prendersi cura” del neonato. Ne derivava una sorta di automatica e implicita delega rispetto alle funzioni di cura, un processo che unito alla cultura di genere che assegnava al ruolo paterno altre funzioni – diverse da quelle dell'accudimento – rendevano presso che impossibile agli uomini diventare padri accudenti e presenti. Del resto, riuscire in tale compito diventa un enorme fattore di protezione per il bambino e per il suo successo evolutivo. La ricerca dimostra che un padre che si coinvolge in fase precoce nella vita del proprio bambino, diventa un padre efficace e autorevole anche in tutte le successive fasi dell'età evolutiva. L'adolescenza dei figli è più protetta dal rischio comportamentale e meno soggetta a forme di disagio emotivo e psicologico se il padre rimane sulla scena della loro crescita, mescolando le tre dimensioni alla radice del suo ruolo e funzioni: responsabilità, disponibilità emotiva e coinvolgimento attivo.

h) Dall'autorità all'autorevolezza

Se la responsabilità paterna si basa sulla capacità che il padre ha di provvedere economicamente e concretamente alla cura del proprio bambino, la disponibilità emotiva invece genera tra un padre e il suo bambino una connessione profonda. Il padre non è percepito come una figura che gli incute terrore (come accadeva al padre “normativo”) ma come una risorsa cui fare affidamento in ogni momento di bisogno e difficoltà. Una figura che con autorevolezza può dare regole, limiti e aiuto per imparare a tollerare la frustrazione e a demandare la gratificazione immediata, ma che al tempo stesso sa come intervenire per confortare la tristezza e affrontare la paura, per sopravvivere a una sconfitta o riparare un errore. È nella disponibilità emotiva che i nuovi padri rivelano la vera differenza con la generazione dei padri del passato: grazie a questa attitudine aiutano un figlio a comprendere il proprio sbaglio (e a ripararlo) senza però indurgli la percezione di essere lui stesso “sbagliato”. È così che i nuovi papà hanno compiuto la transizione da figure autoritarie a figure autorevoli nella vita dei loro figli. Figli con cui trovano anche il piacere del coinvolgimento, scoprendosi contenti nello stare al loro fianco, riservando tempo ed energie per svolgere attività che gli permettono di stare accanto al proprio bambino, trovando piacere in tutto questo.

i) Il padre che ho avuto, il padre che sono diventato

Nel libro “Da Uomo a padre” ho provato a raccontare questa transizione del modello e del ruolo paterno, utilizzando anche molte testimonianze raccolte dagli uomini che hanno aderito ad un progetto di ricerca-sviluppo con il duplice intento di comprendere quali sono i processi intrapsichici che accompagnano la transizione verso la paternità e come tale dimensione viene declinata nella vita degli uomini alla luce dell’esperienza che hanno fatto nella prima parte della loro vita, quando loro erano figli accanto al padre che li ha cresciuti. C’è una lettera che un uomo ha scritto al proprio padre che, con parole intrise di sofferenza e consapevolezza, ci mostrano come la storia da cui veniamo possa diventare la base per produrre il cambiamento che possiamo operare nel qui ed ora della nostra vita adulta. Ecco il testo in questione: *“Caro papà, non sono mai riuscito a dirti davvero quello che avevo nel cuore perché mi hai sempre fatto paura. Temevo il tuo giudizio, le tue mani sulla mia faccia (quante sberle mi hai dato), il tuo sguardo a volte ironico, a volte sprezzante. Avevo sempre paura di essere qualcosa di diverso da ciò che tu avresti invece desiderato. E infatti sono diventato davvero differente da come tu avresti voluto. Ho scelto un lavoro che disprezzavi, una donna che non ti piaceva, ho cresciuto i miei figli con la gioia nel cuore e soprattutto con la voglia di padre, quella che io non ho mai avuto per te e con te. E ora che ti vedo incamminarti verso la vecchiaia mi rendo conto che la solitudine con cui mi hai cresciuto è la solitudine con cui tu sei cresciuto e hai vissuto sempre. Non avevi altro modo per essere ciò che sei stato e la mia rabbia nei tuoi confronti è diventata tristezza. Tristezza perché ho capito che hai rincorso molte cose nella tua vita, senza mai afferrare, forse, la più bella: il mio amore di figlio. Non l’ho cancellato il mio amore per te: l’ho nascosto in un angolo del mio cuore. Chissà che questa lettera mi aiuti a rendertelo visibile. Ciao papà”¹.*

Queste sono le parole, dolorosissime ma lucide, di un uomo che divenuto padre comprende quanto l’autorità del proprio padre abbia “congelato” e reso “impossibile” una connessione emotiva nella relazione con lui, quando era nei panni del figlio. Da questa consapevolezza, è originato il suo personale percorso genitoriale, in cui, sapendo cosa gli aveva procurato dolore e fatica, ha messo in atto un modo completamente differente di crescere i propri figli e “abitare la vita”. E’ una testimonianza vivida e intensa che ci insegna quanto i nuovi padri stiano provando a distanziarsi dall’immagine castigatrice e giudicante che connotava molti padri del passato, per testimoniare oggi un nuovo modo di essere papà: autorevoli ma non autoritari, affettivi e non solo normativi, accoglienti e non respingenti.

I) Dalla società senza padri alla genitorialità sociale

Molte ricerche rivelano che questo tempo di pandemia da Covid, che ha visto molti padri convivere 24 ore su 24 con i propri figli, ha migliorato in molti casi il loro coinvolgimento e il modello di co-genitorialità condivisa in famiglia. La reclusione forzata e la convivenza ininterrotta ha permesso, in molti casi, di renderli presenti ed attivi molto più di prima.

Il dibattito intorno alla paternità, alla sua valenza educativa, alla capacità che questo passaggio nel ciclo di vita degli uomini può apportare alla cultura di genere e al ruolo di genere maschile, oggi è più che mai aperto. E’ un dibattito vivo e interessantissimo perché viene scritto dai copioni degli uomini contemporanei, uomini che vogliono essere buoni padri non solo per garantire ai loro figli una crescita felice e amorevole, ma anche perché comprendono che farlo rappresenta l’occasione più importante che la vita mette a loro disposizione per diventare uomini migliori. Inoltre, rinforzare e sostenere gli uomini, supportandone le funzioni genitoriali con specifiche politiche e norme di legge (si pensi a quanto negli ultimi anni si è modificato nella giurisdizione italiana il congedo di paternità), potrebbe rivelarsi protettivo non solo per i loro figli, ma per l’intera collettività. Sociologi e psicologi hanno più volte descritto i pericoli di una società senza padri. E un padre capace di essere un buon genitore per il proprio figlio potrebbe rivelarsi

¹ Tratto da “Da padre a uomo. Il percorso emotivo della paternità” di A.Pellai (Mondadori ed.)

un grande promotore di quella genitorialità sociale, declamata da più parti, come un bisogno assoluto del mondo moderno.

BIBLIOGRAFIA

F.Kafka Lettera al padre Garzanti ed., 2016

Pellai A. Nella pancia del papà. Padre e figlio, una relazione emotiva. Franco Angeli editore, 2016

Pellai A. Tamborini B Zittà. Le parole per fare pace con la storia da cui veniamo. Mondadori ed, 2018

Pellai A. Da uomo a padre. Il percorso emotivo della paternità. Mondadori editore, 2019

John Bowlby Una base sicura. Applicazioni cliniche della teoria dell'attaccamento Cortina ed., 1996

Daniel Siegel Errori da non ripetere Come la conoscenza della propria storia aiuta a essere genitori. Cortina ed., 2016