



## IL BELLO DELL'ESSERE COMPORAMENTI

«Che padre sarò?». È la domanda che ciascun uomo si pone quando sa dell'arrivo di un figlio.

È successo anche a Alberto Pellai, psicoterapeuta. E la sua risposta è diventata un libro, che è una presa d'atto dell'«analfabetismo emotivo», principalmente maschile, di fronte ad un evento che cambia per sempre la vita.

Che fare dunque? A differenza del passato, Pellai indica le tre dimensioni forti su cui è necessario oggi costruire la relazione con i figli: la responsabilità, la disponibilità emotiva e il coinvolgimento.

Ne ha parlato con una filosofa. Ecco il risultato del loro incontro



L'autore Alberto Pellai, medico, psicoterapeuta e ricercatore all'Università di Milano, si occupa di prevenzione in età evolutiva

«Di fronte al test di gravidanza positivo, l'uomo rimane imbambolato, congelato. Nessuno gli ha insegnato il linguaggio emotivo»



Quando nasce un figlio, vengono alla luce un padre e una madre che non esistevano

# 35

anni

l'età media in cui gli uomini italiani diventano padri per la prima volta. Per le donne è 31,8 (fonte Istat)

La copertina

«Da uomo a padre, il percorso emotivo della paternità» è il libro di Alberto Pellai pubblicato da Mondadori



# I TRE PILASTRI DELLA NUOVA PATERNITÀ

di **Laura Campanello**

**C**osa succede nella mente di un uomo quando diventa padre? È una domanda che ci poniamo tutti, uomini e donne che ci troviamo a desiderare e vivere l'esperienza spazzante e meravigliosa di diventare genitori. La donna si chiede con curiosità e tenerezza: come sarà questo compagno di vita quando un neonato entrerà nella nostra esistenza? E l'uomo si chiede, in cuor suo, se è pronto a diventare padre e che padre sarà. Le risposte a quelle domande sono molte, perché ogni padre è diverso dall'altro, ci sono molti padri, tanti quanti sono gli uomini sulla faccia della terra, perché ogni uomo — come ogni donna — declinerà il suo essere genitore in base alle sue caratteristiche individuali, alla sua storia di vita, ai suoi desideri e ai suoi timori e si misurerà con quel bambino che avrà delle precise caratteristiche e non altre.

Si dice — ed è vero — che quando nasce un figlio nascono i suoi genitori, vengono alla luce un padre ed una madre che fino ad allora non esistevano e che non potevano sapere che mamma e che papà sarebbero stati. E questa relazione nuova e unica col figlio si modellerà e si cesellerà giorno dopo giorno, anno dopo anno, arricchendosi nel tempo il proprio ruolo di genitore. E quindi questo padre che nasce metterà le radici nelle sue precedenti esperienze di bambino

che fu, di figlio che avrà ricevuto più o meno affetto dal proprio padre e dalla propria madre, che avrà goduto di un padre più o meno presen-

te, che avrà giocato con lui o che sarà stato solo portatore di regole e punizioni o che avrà ricoperto il ruolo di procacciatore di stipendio per sostenere economicamente la famiglia, senza occuparsi né dell'educazione né dell'affettività dei figli.

Il padre «è il primo uomo che entra nella nostra vita — dice Alberto Pellai, psicoterapeuta e autore di molti testi per genitori, educatori e ragazzi —. Per alcuni è l'uomo più importante della vita. Per altri, è l'unico uomo della vita. Per altri ancora, un uomo che ha deluso. Anche se non si diventa genitori, tutti abbiamo a che fare con la paternità. Perché tutti abbiamo o abbiamo avuto un padre. Anche chi è cresciuto con la sola mamma ha avuto un padre "fantasma" con cui confrontarsi dentro di sé». Pellai è tornato da poco in libreria con *Da uomo a padre – Il percorso emotivo della paternità* (Mondadori), scritto proprio allo scopo di esplorare cosa accade con l'avvento delle paternità nell'uomo, dal punto di vista delle emozioni. È scritto per aiutare uomini e donne a capire come mai, ad esempio,

di fronte al test di gravidanza che viene guardato con trepidazione quando risulta positivo, la donna è entusiasta, commossa, pronta ad esprimere smarrimento e desiderio con lacrime e parole, al colmo della felicità, «mentre l'uomo — dice Pellai — rimane imbambolato, attonito, paralizzato tra lo stupore e il panico perché non possiede gesti e parole per riconoscere ed esprimere ciò che sente; infatti non sapendo bene cosa dire o come reagire resta, il più delle volte, congelato e inebetito, come se l'hard disk si fosse inceppato e la donna, in questo caso la futura madre, che vorrebbe condividere con lui le sue emozioni, resta disorientata e confusa vedendo certe reazioni che sembrano tradire indifferenza, panico o assenza di felicità al cospetto di un evento che cambierà per sempre la loro vita».

Questo testo prende il via dalla presa d'atto che c'è un analfabetismo emotivo che gli uomini scontano nel loro essere padri — e anche compagni di una donna — perché spesso, loro per primi, hanno avuto dei padri che non erano abituati o non erano in grado di esprimere la loro affettività e non gli hanno insegnato un linguaggio e una possibilità di vicinanza o di espressione emotiva che adesso loro devono inventarsi, scoprire, allenare e arricchire per rendere funzionale alla relazione amorosa, prima, ed educativa, poi. «Quale che sia il padre che ci ha messo al mondo — riprende Pellai — tutti i figli devono comunque imparare a farci i conti. Il padre che abbiamo, che abbiamo avuto, che ci ha generato — anche se magari poi se n'è andato — ci ha lasciato in dono molte cose, oltre il suo patrimonio genetico. Questo vale per tutti, uomini e donne. Ma per noi uomini, la questione è molto più complessa».

A tal proposito, lo psicoterapeuta indica in modo chiaro tre dimensioni forti sulle quali

l'uomo deve sentirsi interpellato quando diventa padre: la responsabilità, la disponibilità emotiva e il coinvolgimento. Questi sono i tre pilastri che gli uomini dovrebbero mettere a disposizione del figlio ed è proprio quando si confronta con il suo passato che l'uomo scopre, il più delle volte, di aver sperimentato da parte del proprio padre solo la presenza del pilastro della responsabilità, mentre sono stati più carenti, se non addirittura assenti, quello della disponibilità emotiva e quello del coinvolgimento: queste ultime due aree chiedono ora di essere interpretate, messe in gioco, apprese o inventate cercando di sperimentarle senza pudore o vergogna — questo è un passaggio sociale e culturale cruciale — ma con quella disponibilità che viene dalla comprensione profonda che è in gioco il rapporto con sé stessi, con la propria compagna e soprattutto, con i propri figli che apprenderanno a loro volta ad essere uomini ed eventuali futuri padri nella culla di questa relazione fondamentale.

È bene quindi che questo libro, come dovrebbe fare ogni percorso di sostegno alla genitorialità, si muova nella linea del tempo — passato, presente, futuro — entro cui un genitore (in questo caso un padre) nasce e si sviluppa.

Pellai racconta anche della sua paternità, ripre-

correndo la sua autobiografia di figlio e di padre, tenendo ferma la convinzione che i padri sono indubbiamente maestri, persone che lasciano il segno, con parole, esempi, presenze e spesso assenze che creano vuoti con cui si fanno i conti per molti anni e forse per tutta la vita perché è con questo bagaglio, prezioso e pesante insieme, che arriviamo ad essere i genitori, i padri o le madri che saremo o che siamo già ora.

Così «è il libro più faticoso che ho scritto finora — racconta — un lavoro di immersione che, nonostante la familiarità con la scrittura, è stato molto complesso perché mi ha richiesto una profonda esplorazione e una grande sintesi del mio pensiero sulla paternità, che mi riguarda sia professionalmente che personalmente e che ho scritto nell'anno in cui il primo dei miei 4 figli diventava maggiorenne». Un libro che guarda al suo oggetto da molte angolazioni differenti per ampliare al meglio la prospettiva e la sua utilità: i racconti autobiografici, l'uso della narrativa psicologicamente orientata, parti di saggistica, proposte di film che suggeriscono percorsi e stimoli per approfondire la questione paterna a 360 gradi.

Perché, come ci ricorda ancora Pellai, è chiaro che il nostro passato non lo possiamo cambiare: possiamo solo rileggerlo, provare a comprenderlo, cercare di perdonarlo, mentre invece pos-

siamo davvero scegliere come vivere il nostro presente e cercare di definire sempre meglio chi vogliamo essere da ora in avanti, per non rimanere intrappolati nel nostro passato e concederci un buon presente e un apprezzabile futuro, specie se il nostro futuro prenderà forma anche nei nostri figli che ci chiederanno conto — come facciamo noi ora — del nostro modo di essere stati padri, madri, uomini o donne.

© RIPRODUZIONE RISERVATA

## Il libro in pillole

### LA NOSTRA STORIA DI FIGLI

«Diventare padri per noi uomini significa non solo accogliere dentro di noi infinite trasformazioni, ma anche andare a rivisitare la nostra storia di figli. Andare a rivedere il bambino che siamo stati a fianco dei genitori che ci hanno cresciuto»

### CHI È E COSA FA UN MASCHIO

«Per un maschio, il padre non è stato solo il papà. Ma la persona che ci ha aiutato a capire chi è e che cosa fa un maschio. Che ha instillato in noi quel modo di essere e di agire che condiziona chi siamo e quello che facciamo nella e della nostra vita»

### SILENZIO SUI PASSAGGI CHIAVE

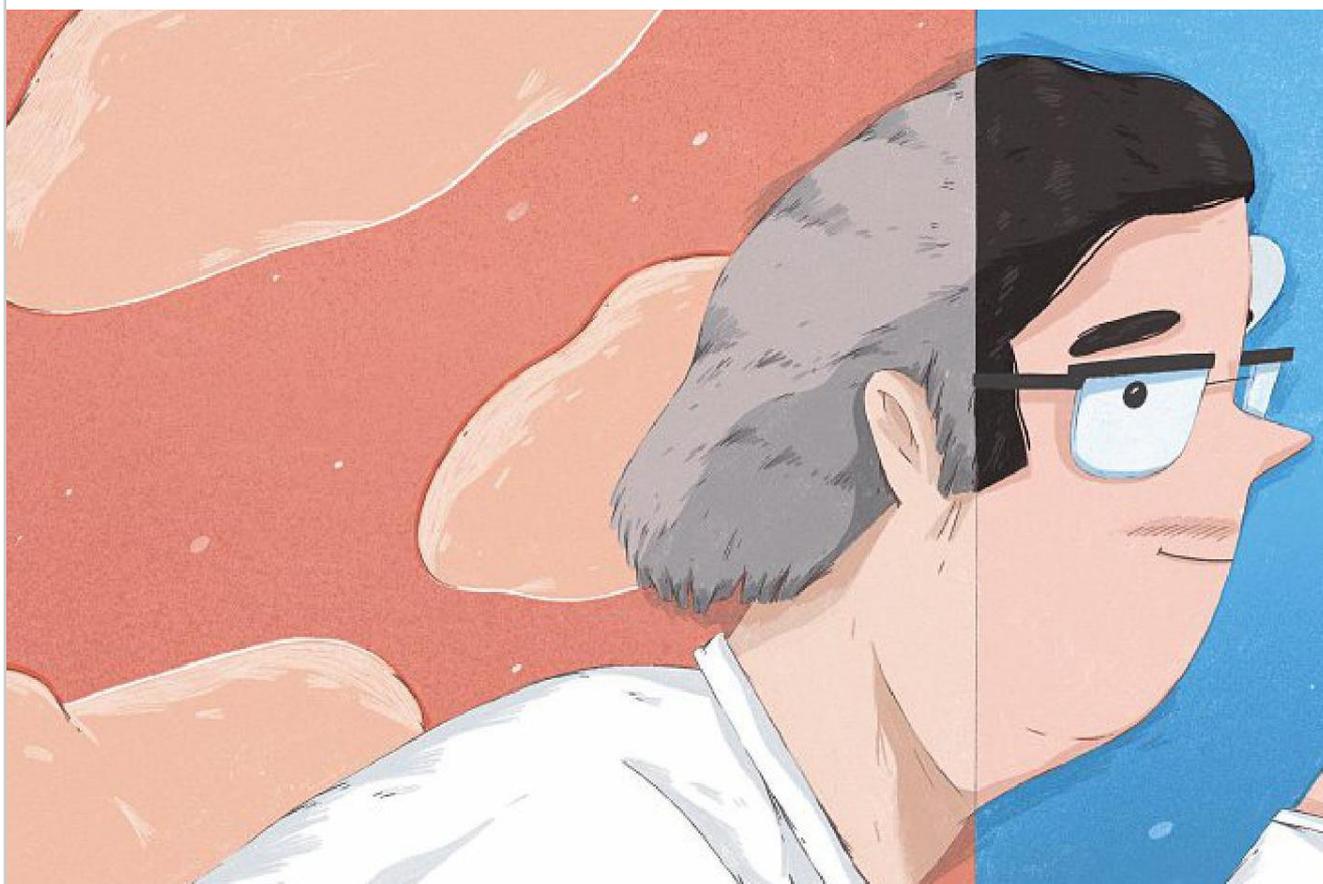
«Mentre la maternità è stata studiata in tutti i modi possibili, dei padri oggi si sa poco. Noi uomini manchiamo di un'analisi che descriva le nostre trasformazioni profonde, emotive e cognitive in relazione ai passaggi chiave della nostra vita»

### PROIETTARSI NEL FUTURO

«Un figlio è prima di tutto questo: alzare lo sguardo e spostarlo in avanti, proiettandolo in una dimensione che ancora deve essere. Un figlio è lasciare tracce di sé alla vita e al mondo, tracce che sopravvivranno a noi stessi»

### LE 3 DIMENSIONI DELL'ESISTENZA

«Riflettere sulle trasformazioni del passaggio da uomo a padre comporta una riflessione che ha a che fare con le 3 dimensioni temporali della vita: la nostra storia attuale, quella verso cui tendiamo e quella da cui proveniamo»





ILLOZOO/ YEV HAIMAMAKA

La proprietà intellettuale è riconducibile alla fonte specificata in testa alla pagina. Il ritaglio stampa è da intendersi per uso privato