

STEFANIA ANDREOLI

PAPÀ, FATTI SENTIRE

**Come liberare le proprie emozioni
per diventare genitori migliori**



STEFANIA ANDREOLI

**PAPÀ, FATTI
SENTIRE**

**Come liberare le proprie emozioni
per diventare genitori migliori**

BUR
Rizzoli

Publicato per



da Mondadori Libri S.p.A.
Proprietà letteraria riservata
© 2018 Mondadori Libri S.p.A., Milano

ISBN 978-88-17-09980-6

Prima edizione BUR Parenting: marzo 2018

Realizzazione editoriale: studio pym / Milano

Seguici su:

Twitter: @BUR_Rizzoli www.bur.eu Facebook: /RizzoliLibri

Papà, fatti sentire

Ad Achille, il padre di mio padre
Arturo, mio padre
Cristiano, il padre delle mie figlie

*Quante immagini ci inseguono,
ci premono, ci affollano!
Come faremo a dire tutto?*
Mario Tobino

Introduzione

*La disciplina della Terra
sono i padri e i figli.*

IVANO FOSSATI, *LA DISCIPLINA DELLA TERRA*

Con i padri non si sa da che parte cominciare. Mentre per un figlio l'esperienza con la sua mamma – anche con una mamma difficile – è «cosa nota», la storia delle relazioni con i padri parla da sempre di un mistero.

No, certo che non intendo ignorare il «divino mistero della maternità», ma io lavoro con gli esseri umani, e a loro mi capita a volte di dover ricordare di non prendersi troppo sul serio perché, sì, la genitorialità è una gran cosa ma, no, non sono onnipotenti come credono (quando pensano di fare bene) o temono (quando pensano di fare irrimediabilmente male).

Dunque, in questo libro si parlerà di genitori che di divino hanno solo il coraggio.

Che mettere al mondo dei figli non sia facile, nonostante disponiamo di una serie di strumenti e facilitazioni, oggi è più vero che mai.

Benché non ci fossimo ancora, siamo in grado di dire che c'è stato un tempo in cui essere genitori era sì dura come

adesso, ma meno sfidante. Si faceva di sicuro più fatica fisica (si moriva spesso di parto, si mangiava in dieci con il lavoro di uno, si lasciavano precocemente sulla strada degli orfani di guerra), ma non si metteva in discussione cosa competesse rispettivamente a una madre e a un padre. Semplicemente non era una questione.

C'era spesso in gioco la vita, a quei tempi, ma non come viverla.

Cosa dovessero fare le mamme è antico come la storia dell'umanità: le mamme da sempre devono garantire la sopravvivenza dei figli. Nella Preistoria, quando conquistammo l'andatura eretta e i fianchi femminili si strinsero mentre in modo inversamente proporzionale si ingrossavano le teste dei feti, questo significò distinguere gli uomini dagli animali anche attraverso l'evidenza che i primi danno alla luce i loro cuccioli prematuramente, dato che la circonferenza cranica piccola e molle – dunque in condizione di favorire la fase espulsiva del parto – si accompagna con il non pieno sviluppo di molti dei sistemi funzionali del neonato.

Se infatti un cucciolo di cane a tre settimane di vita comincerà a cercare il cibo nella ciotola dei croccantini e un castoro fin da cucciolo parteciperà attivamente alla costruzione della diga per fare la tana, i bambini nascono inermi e per anni non solo il sostentamento ma la loro stessa vita dipenderà dalle cure del *caregiver*. Perché un nuovo essere umano viva, deve esserci qualcuno lì per lui.

Non mi sto riferendo tuttavia alla sola sopravvivenza fisica. Se è vero che, come disse una volta la pediatra delle mie figlie in occasione di una mia assenza di tre giorni per lavoro che mi avrebbe costretta a lasciare a casa una bambina di sei mesi: «Signora, la bimba è piccola. Che le dia da mangiare lei

o una scimmia, l'importante è che in quei tre giorni qualcuno la nutra», è anche vero che quando i nostri figli crescono e il pericolo non è più quello che sbattano la testa cadendo dal fasciatoio, hanno bisogno che la cura nei loro riguardi si faccia sempre più raffinata.

Servirà sempre meno infilare compulsivamente le maglie intime nelle mutande (anche perché poi ci accorgeremo che è una preoccupazione superflua), ma occorrerà sempre di più essere: essere presenti, essere vivi, essere adulti, essere sani di mente.

Quando diventi madre non puoi più morire: non solo nel corpo, ma neanche nello spirito. Sopravvivere per tuo figlio significherà non solo avere un motivo in più per guidare con prudenza e fare gli screening preventivi, ma anche reggere alla fatica, alla responsabilità, alla delusione delle aspettative; saper distinguere cosa è importante da cosa non lo è; individuare per cosa preoccuparsi e per cosa no; superare l'ormai vetusto *habitus* della mamma sacrificata e andare a farsi la piega dal parrucchiere, ma senza scordarsi il bambino a scherma; fare le coccole anche al figlio di diciassette anni che con la febbre alta torna nel lettone; non trascurare la carriera; tenere sempre un cerotto in borsa; dimenticare sì ogni tanto di comprare il latte per la colazione della mattina dopo, ma se possibile non scordare mai una cosa di cui tua figlia ti ha parlato perché le è piaciuta: significa che per lei è stata importante.

Insomma: con le mamme non sbagli.

Da che mondo è mondo, alle mamme tocca tutto, dall'inizio alla fine. Poi naturalmente nessuna fa tutto (se ne conoscete qualcuna che invece lo fa, allungatele il mio biglietto!), ma chiudi gli occhi, punta il dito a caso sulla linea del tempo che va dal pensiero di avere un figlio fino alla telefonata fatta