

---

# LA “NASCITA” DEL PADRE TRA BIOLOGIA E PSICOLOGIA

## Paternità problematiche: storia di Milo

### INDICE:

Introduzione

#### Parte teorico-esplicativa

1. Definizione di padre e paternità
2. Le difficoltà correlate alla paternità
3. L'identità paterna
4. Verso la genitorialità: cambiamenti "in arrivo"
5. Nuovi genitori: oltre la suddivisione dei ruoli
6. Costruire la paternità: tra crisi e nuovi sviluppi
  - 6.1 Dal padre biologico al padre psicologico
  - 6.2 Le solitudini del padre
  - 6.3 Paternità attiva e intercambiabilità dei ruoli
7. Da coppia a famiglia: la gestazione di una genitorialità consapevole
8. Lavori in corso in una società in trasformazione
9. La paternità nel ciclo vitale di un uomo

#### Parte pratico-applicativa

La paternità difficile

Un racconto evocativo: "Il gabbiano di scogliera"

La storia di Milo: presentazione del caso

Ricostruire la paternità

Il gioco dell'oca

"Il padre ritrovato"

Il vissuto di Milo

Il supporto psicologico

Definizione di psicoterapia supportiva

Applicazione della terapia supportiva nel caso di Milo

Brevi note sul caso

Considerazioni conclusive

Riferimenti bibliografici



## Introduzione

L'articolo si divide in due parti: una **teorico-esplicativa** in cui si analizza il ruolo del padre oggi, iniziando con il distinguo tra "padre" e "paternità", e una pratico-applicativa. Nella prima parte viene messo in evidenza l'affermarsi di una nuova figura paterna che, in una società in trasformazione come quella attuale, riporta in auge il concetto di famiglia in parte bistrattato da non unioni, separazioni e divorzi.

In un contesto sociale altamente disorganizzato dal punto di vista relazionale, si può dire che è *nata una stella* incarnata in una **figura paterna più attiva rispetto al recente passato**.

Il padre oggi vive "l'evento nascita" a partire dalla gestazione, con vitalità e preparazione.

Dopo aver trattato queste tematiche in modo approfondito, mettendo in evidenza le numerose difficoltà che caratterizzano il processo trasformativo dell'essere padre, l'articolo prosegue con una **parte pratico-applicativa** dedicata alla paternità difficile.

Questa seconda parte si articola nella descrizione di un caso clinico volto a rendere meglio fruibile il concetto di paternità difficile. Inoltre viene definito il "contesto" relazionale di quegli uomini che, loro malgrado, hanno trovato difficoltà nel poter vivere la paternità in modo sano e fluido.

Tutti questi passaggi sono racchiusi in un articolo che vuole mettere in primo piano la **costruzione della paternità**, intesa come *processo* che porta un uomo a diventare e a *sentirsi padre*.

## Parte teorico-esplicativa

Ritengo vi sia una sostanziale differenza tra l'essere "padre" e la "paternità", pertanto inizieremo con l'approfondire il significato di questi due termini.

### 1. Definizione di padre e paternità

**Il padre** è quell'uomo che, insieme a una donna, procrea un figlio oppure quell'uomo che, facendo richiesta insieme alla propria consorte, ottiene dalla legge l'affido e/o l'adozione di un minore.

**La paternità** invece è un processo inter e intra-soggettivo che si costruisce prima sul rapporto intrapsichico del padre nei confronti del figlio, poi nella relazione interpersonale che egli instaura con la prole.

Possiamo pertanto affermare che la paternità inizia con la gestazione della compagna, o comunque con l'attesa del figlio; ad esempio quando non è un figlio naturale la paternità si costruisce a partire dal principio dell'iter burocratico (facendo domanda di affido e adozione).

L'uomo prossimo a diventare padre non "vive" le modificazioni corporee legate alla gravidanza.

Tuttavia, dal momento in cui riceve la comunicazione dell'attesa del nascituro, comincia a percepire che il figlio "cresce" dentro di sé.

È nel solco di questa attesa che va via via costruendosi la paternità.

Il momento della nascita del figlio (o dell'incontro con lo stesso in caso di affido e adozione) coincide, e determina, la **nascita del padre**.

In altri casi ancora, il padre è solamente biologico, ovvero colui che contribuisce alla procreazione, senza poi assumersi altre responsabilità sul piano relazionale. Sono questi i casi in cui un padre non vive la propria paternità.



## 2. Le difficoltà correlate alla paternità

Per anni si è parlato della "depressione post partum" della madre.

Ben poco però finora è stato detto e fatto a proposito del vissuto del padre a seguito della nascita del figlio.

Tutto cambia, dagli orari interni alla famiglia all'organizzazione relazionale sia di coppia che con la famiglia estesa. Dunque anche l'uomo va in contro a una forte **ridefinizione del sé**, che va contenuta e sostenuta. Sarebbe quindi importante che anche nell'uomo venisse accolto questo passaggio che segna il cambiamento da una fase del proprio ciclo vitale a un'altra.

Psicologi e operatori del materno infantile troppo poco si occupano e pre-occupano delle emozioni e dei disagi vissuti dall'uomo che va incontro all'evento paternità.

Forse perché in passato la nascita era un evento che coinvolgeva la donna molto di più rispetto all'uomo e che comportava ben poche modifiche nello stile di vita di quest'ultimo.

Oggi non è più così.

I padri, a partire dalla sempre più frequente presenza anche in sala parto, sono molto più coinvolti e attivi al fianco delle loro donne. Molto più presenti e partecipi allo schiudersi e al crescere di una nuova vita.

Andrebbero comunque prese in seria considerazione da parte degli esperti addetti ai lavori (assistenti sociali, psicologi, antropologi, psichiatri, nonché medici di base) le difficoltà che, accanto all'indubbia gioia, pervadono la paternità.

Si tratta principalmente di difficoltà connesse alla **responsabilità di una nuova vita**, che può far scaturire sensi di inadeguatezza. Sono anche paure del cambiamento, ansie di invischiamento, gelosie nei confronti della compagna o difficoltà legate all'assunzione di un nuovo e complesso ruolo che va lasciandosi alle spalle la leggerezza della giovane età.

L'uomo di oggi sta facendo passi da gigante nel proprio modo di vivere la paternità e diventare padre, vincendo l'atavica ritrosia a prendere contatto con i propri sentimenti ed emozioni.

## 3. L'identità paterna

In passato la famiglia era strutturata in modo gerarchico.

Chi era detentore di potere, atto quindi a istituire regole relazionali in famiglia, era il "pater familias".

Questi non necessariamente era il padre dell'ultima generazione, ma la persona più adulta e considerata saggia.

Nell'attuale scenario sociale i picchetti della paternità si sono spostati "un po' più in là".

Questi oggi segnano nuovi e più ampi confini nel rapporto tra padre e figlio.

Diversamente dal passato, la paternità ha tempi di "gestazione" ben più brevi e il rapporto padre-figlio prende corpo e si radica sin dai primi momenti della gravidanza, che questa sia biologica o adottiva.

Assistiamo così alla stesura di un **nuovo capitolo nella storia della famiglia**.

La paternità oggi non è più esclusivamente definita e costretta all'interno di una rigida separazione dei ruoli.

Il padre attuale assolve a molteplici funzioni molto più articolate e complesse, che non si limitano né si esauriscono nella sola funzione punitivo-educativa o ludico-ricreativa, ma si estendono a una dimensione di cura densa di connotazioni emotive, attenzione e ascolto.



In questo modo è stata messa al bando la figura del *padre fantasma*, il cui stile relazionale si caratterizzava per l'assenza nel rapporto con il figlio. Questo ectoplasmatico padre entrava "in gioco" solo quando il bambino, progredendo nella crescita, diventava più attivo e reattivo nei confronti dell'ambiente. La maggior reattività del piccolo agevolava quindi l'interazione del padre adulto con questi, ora in grado di parlare, camminare, giocare a due etc.

Nasce così una **nuova paternità: immediata, partecipe e attiva.**

#### 4. Verso la genitorialità: cambiamenti "in arrivo"

Miliardi di persone nella storia dell'umanità sono diventate padri e madri. Eppure, ogni volta, questo evento assume per quell'uomo e quella donna (almeno per chi veramente sente la propria maternità e paternità) una valenza davvero unica. Forse, anche questo fa parte del mistero della nascita!

La nascita infatti comporta una **tempesta di emozioni**, sensazioni, dubbi, problemi, felicità e preoccupazioni. La nascita di un bambino è un piccolo grande evento, sempre unico.

Diventare genitori significa affrontare una **costellazione di cambiamenti** che riguardano se stessi, la coppia e la famiglia di origine.

Nel **rapporto con se stessi** vanno emergendo nuove responsabilità: d'ora in poi non si crescerà più solo per se stessi ma lo si dovrà fare anche "nel nome del figlio". Questa nuova e piccola vita dipenderà totalmente da noi.

Il **rapporto di coppia** cambia pelle, da diadico diviene triadico. Lo spazio relazionale si arricchisce di un "terzo" che determina l'assunzione di un nuovo ruolo da parte dei due partner: quello di padre e quello di madre.

Il rapporto tra i due diverrà più articolato e complesso, muovendosi lungo le direttrici dell'essere genitori e dell'essere coppia, nella consapevolezza che l'equilibrio tra i due ruoli non deve mai vacillare (né i confini sfumare).

Infine nel **rapporto con la propria famiglia d'origine** vanno rimodulati gli assetti relazionali. D'ora in poi non si è più solo figli ma anche genitori a propria volta. Tale passaggio evolutivo richiede nuovi "spazi di manovra" in quanto ad autonomia e maturità.

I neo-genitori dovranno quindi **trovare e attivare in se stessi le risorse utili** a dare "corpo e dignità" a questo nuovo ruolo, che li accompagnerà per sempre.

#### 5. Nuovi genitori: oltre la suddivisione dei ruoli

La tendenza attuale è quella di una famiglia orientata a un **interscambio di ruoli**, molto più flessibili rispetto al passato. La rigidità delle funzioni ha lasciato spazio alla collaborazione all'interno della coppia genitoriale.

La donna alla pari dell'uomo ha un lavoro e, allo stesso tempo anche l'uomo collabora in casa nelle faccende quotidiane. Diversamente dal passato in cui erano rigidi i ruoli tra la donna impegnata in casa e l'uomo scarsamente collaborativo tra le mura domestiche.



Nella maggior parte dei casi entrambi i genitori lavorano tanto fuori casa quanto nella cura quotidiana della famiglia e della casa stessa. Ciò è stato possibile non solo a seguito dei **mutamenti socio-economici**, ma anche grazie a una maggiore presa **di coscienza** da parte dei padri.

L'erronea convinzione, frutto di secolari condizionamenti, secondo la quale solo la madre è in grado di occuparsi di un bambino - specie se molto piccolo - ha fatto sì che per lungo tempo il padre rappresentasse una sorta di "entità genitoriale" secondaria, come fosse un parente di secondo grado rispetto alla madre.

Oggi questo **schema "parentale" e relazionale** sta sempre più vacillando.

Il cambiamento in atto rende le competenze genitoriali dell'uomo e della donna equivalenti. Non di rado oggi possiamo apprezzare genitori orientati alla mutua e reciproca collaborazione nella cura dei figli e della famiglia. Genitori quindi collaborativi anziché diversi e distanti.

## 6. Costruire la paternità: tra crisi e nuovi sviluppi

Nei paragrafi precedenti si è evidenziato come il ruolo del padre si stia trasformando nel corso degli ultimi anni. Di seguito verrà posto l'accento su come si realizza tale cambiamento, quali sono i passaggi salienti che lo caratterizzano.

### 6.1 Dal padre biologico al padre psicologico

È importante dare spazio ai genitori perché si preparino ad accogliere il figlio che sta arrivando, fornendo all'uomo gli strumenti per diventare padre e alla donna quelli per diventare madre. Infatti, la preparazione all'accoglienza del bambino è funzionale all'arricchimento del rapporto genitori-bimbo già da prima della sua nascita.

Il padre, già dal periodo prenatale, svolge un suo importante ruolo educativo nel tessere le prime trame relazionali che contribuiranno alla costruzione del rapporto con il figlio.

Il fatto di creare una vicinanza affettiva e significativa al bambino, parlandogli ad esempio attraverso la pancia della compagna o cantando delle canzoncine con cui il feto lo identifichi, consentono di porre le basi per un legame solido a tre: papà, mamma e bambino.

È in questo modo che **si prepara lo spazio emotivo e affettivo per accogliere il piccolo** in una famiglia.

La presenza del futuro padre accanto alla sua compagna, durante la gestazione, mette in evidenza come la famiglia nella sua organizzazione si stia trasformando.

Tali cambiamenti hanno a che fare proprio con uno spostamento dei riflettori: dal profilo biologico a quello psicologico.

Il **biologico** prevede che la maternità sia territorio esclusivamente riservato al femminile.

L'asse **psicologico** invece sposta l'attenzione dall'individuo "madre" alla coppia madre-padre.

In questa **nuova configurazione familiare** il padre diventa coprotagonista, insieme alla madre nello stabilire regole intrafamiliari e nella scelta del tipo di educazione da impartire al figlio.

Certo è che questo nuovo approccio alla "nascente genitorialità" che coinvolge entrambi i genitori, sin dai primi momenti della gravidanza, deve essere sostenuto e supportato anche dall'informazione.

È necessario quindi il contributo dei mass-media e delle istituzioni affinché ciascun uomo possa avere l'opportunità (e il diritto!) di scegliere con consapevolezza come vivere la propria paternità.



## 6.2 Le solitudini del padre

Il padre di oggi, emotivamente e fisicamente più presente e partecipe fin dal principio nei confronti dei figli, non trova nel proprio padre e nel rapporto avuto con lui uno stile relazionale imitabile, che funga cioè da modello di riferimento.

Diventare padri è frutto di un percorso psicologico che si compie attraverso la **costruzione del ruolo genitoriale**. Questo si tratteggia sulla base di un processo di apprendimento.

In tale contesto apprendere significa acquisire modelli comportamentali e far proprie capacità interattive e di pensiero.

**L'apprendimento** può avvenire attraverso l'insegnamento, nel rapporto "padre-figlio" o "maestro-allievo", oppure per prove ed errori, quindi per tentativi.

Mettersi alla prova e imparare dai propri errori per acquisire comportamenti adeguati.

Inoltre si può apprendere per imitazione. Prendere spunto da quanto visto fare da qualcun per replicare il "modello osservato".

Nel corso del tempo la paternità si è principalmente sorretta sul **modello imitativo**:

*"Sono con te, quello che è stato con me mio padre".*

Oggi questo modello di paternità non è più realizzabile in quanto anacronistico.

Certamente la nuova generazione dei padri sta sensibilmente prendendone le distanze. D'altro canto la **mancaza di un modello di riferimento esterno** (e interiorizzato) da imitare comporta un importante vissuto di solitudine per il neo padre.

## 6.3 Paternità attiva e intercambiabilità dei ruoli

Il padre che svolge la sua funzione paterna in modo ottimale è colui che fa sentire al figlio la propria presenza, sia fisica che emotiva, instaurando un rapporto empatico.

Per rapporto empatico si intende la capacità del padre di riuscire a entrare in contatto con le emozioni e le esigenze primarie che il piccolo vive e manifesta, di saperle cogliere e rispondervi in maniera puntuale e adeguata. Diventa sempre più importante pertanto parlare di due aspetti: paternità attiva e intercambiabilità dei ruoli genitoriali.

Per **paternità attiva** si intende un padre che entra in relazione in modo competente con il proprio figlio già dalla fase fetale.

L'**intercambiabilità dei ruoli** attiene i genitori e consiste nel saper assumere di volta in volta ruoli diversi e complementari, in modalità non rigida, funzionali alla collaborazione e al sostegno reciproco.

Ad esempio, se la mamma va ad accompagnare il bambino al nido, il padre lo va a riprendere e viceversa; oppure se la mamma prepara la pappa il papà fa il bagnetto al piccolino, etc.

Con il padre vecchio stampo (fino a circa 15/20 anni fa) tutto ciò era irrealizzabile.

Di fatti i "compiti" del maschile e del femminile in casa erano nettamente distinti e assolutamente non intercambiabili, escluse le rare eccezioni.



## 7. Da coppia a famiglia: la gestazione di una genitorialità consapevole

Da alcune osservazioni da me effettuate all'interno degli asili nido, insieme agli operatori e con la supervisione dello psicologo, ho potuto riscontrare che il padre è in grado di accudire il piccolo sin dai primissimi mesi di vita, in maniera corretta ed efficiente.

Alcuni anni fa ho condotto gruppi di gioco all'interno di tre asili nido, al fine di valutare la collaborazione relazionale tra madre e padre. Uno degli scopi di tali gruppi era quello di aiutare i genitori a evitare triangolazioni rigide (alleanze di un genitore con il figlio come espressione di problemi irrisolti nella coppia) nei confronti del figlio.

Nel lavoro con i genitori mi sono riferita al modello di Haley.

*Jay Haley* (padre della Psicoterapia familiare statunitense che, nel 1973, ha introdotto il concetto di *ciclo di vita familiare* nell'ambito della terapia) propone il modello del "**triangolo perverso**" come ipotesi esplicativa dell'insorgenza di comportamenti psicopatologici.

All'interno di questo triangolo si costituiscono "alleanze" relazionali asimmetriche per generazioni: un adulto e un bambino si alleano perversamente contro l'altro adulto.

In questo modo il bambino viene utilizzato in uno spazio relazionale per far sentire un genitore (quello alleato) più forte, svantaggiando l'altro che viene isolato.

Tutto questo non comporta un rapporto familiare sano, né una crescita sana del **bambino** in quanto **viene privato di un rapporto armonico** con i genitori e, successivamente, nella crescita personale può trovare difficoltà a uscire da questi incastri e ricatti emotivi che si sono creati nel corso degli anni.

In altri termini, è importante che entrambe i genitori sappiano interagire con il proprio figlio e tra loro rispetto al piccolo, anche in semplici giochi (liberi o strutturati) senza che si creino alleanze rigide tra madre e bambino o tra padre e bambino, escludendo l'altro genitore.

Tornando alla mia esperienza negli asili nidi, conducendo colloqui clinici con le coppie neogenitoriali ho potuto constatare che gli uomini sembrano sempre più responsabilizzati e precocemente coinvolti, trovando in loro stessi lo slancio nell'esserci e nel fare.

Questo atteggiamento viene accolto positivamente dalla compagna.

Anche la cultura attuale privilegia il rapporto triadico (madre, padre e bambino) nella preparazione a diventare padri, sin dai primi momenti della gravidanza della partner.

Si realizza così un valido aiuto, non solo all'individuo ma anche alla coppia e alla futura famiglia che verrà.

Non solo il futuro padre si sente meglio integrato nel suo ruolo, ma sviluppa e infonde senso di sicurezza alla futura mamma; al contempo il feto cresce avvertendo la vicinanza armonica del papà e della mamma "*incinti*" di lui.

A differenza del passato, in cui si pensava che solo la mamma avesse bisogno di un supporto psicologico in preparazione al parto, ci si è resi conto che anche nell'uomo il desiderio di diventare padre va di pari passo con un forte bisogno di accompagnamento psicologico.

Nella mia esperienza lavorativa considero molto utile e di fondamentale importanza questa parte pedagogico-supportiva, che consiste nell'offrire supporto e sostegno psicologico alla "**nascente**" **coppia genitoriale** in attesa del primo figlio.



Buona parte del lavoro con e sulla coppia, in preparazione a diventare genitori, è dedicata ad allargare lo spazio relazionale sia fisico che emotivo: **da una relazione bidimensionale a una tridimensionale**.

L'identità della coppia cambia parallelamente all'emergere dei nuovi bisogni individuali e delle nuove difficoltà legati alla "gestazione" di ciascuno dei due partner.

La donna necessita di un supporto orientato alla comprensione delle trasformazioni che accompagnano la gravidanza: tanto quelle corporee quanto quelle psicologiche.  
Specularmente l'uomo deve essere aiutato a comprendere e accettare le trasformazioni della compagna.

È poi importante che lo psicologo lavori anche sull'intrapsichico dell'uomo, partendo dal suo vissuto di bambino. Nell'**approccio sistemico** per favorire questo tipo di lavoro è utile impiegare la **tecnica dei "salti temporali"**.

Si invita la persona a immaginare cosa provasse e pensasse suo padre quando era in attesa della sua nascita. Si risalgono le origini per poi ridiscendere nell'oggi esplorando aspettative, pensieri e paure connessi al suo diventare padre. In questo modo l'uomo si sente coinvolto nel ruolo di padre e inizia a vivere la propria paternità.

Toccare la pancia, avvicinarsi con la bocca per parlare con il feto, significa iniziare a **costruire** un rapporto e **uno spazio relazionale a tre**.

## 8. Lavori in corso in una società in trasformazione

### Anche nei casi di divorzio qualcosa sta cambiando...

Ancora una volta il paragrafo inizia con l'ormai nota frase "diversamente dal passato"... non esiste più una sola tipologia di famiglia e, spesso, purtroppo accade che quando i figli sono ancora molto piccoli i genitori si separino e formino nuovi nuclei familiari. Sono le sempre più diffuse famiglie ricostituite o allargate.

Fino a qualche anno fa, nella percentuale più elevata dei casi, i minori sono sempre stati affidati alle madri. I padri, lontani dai figli, si ritrovavano a vivere vuoti profondi.

Oggi il nuovo modello di paternità vede uomini a volte più responsabili e presenti nei confronti dei figli di quanto lo siano alcune madri. È proprio in questa direzione che sta iniziando a guardare anche la legge.

In altre parole quando non si è di fronte a una separazione consensuale non è più automatico l'affidamento giuridico dei figli alla mamma. Si parla infatti oggi di affidamento congiunto, sancito dalla **Legge 8 febbraio 2006 n. 54**, secondo la quale:

*«[...] anche in caso di separazione personale dei genitori il figlio minore ha diritto di mantenere un rapporto equilibrato e continuativo con entrambe i genitori».*

La valutazione delle risorse personali e genitoriali dei due ex-coniugi viene minuziosamente condotta e non sempre a rimanere "sconfitto" dalla sentenza giudiziaria è il padre.



## 9. La paternità nel ciclo vitale di un uomo

Con la paternità l'uomo va incontro a una **crescita emotiva** sostanziale che magari il semplice trascorrere degli anni non consente in egual misura.

Ogni Psicologo sa bene che la maturità di una persona non sempre equivale all'età anagrafica. Ci sono infatti persone "cosiddette adulte" immature e persone "giovani" mature cioè già in grado di assumersi responsabilità.

Diventare padri da un punto di vista biologico ha poco a che fare con la maturità psicologica di un uomo.

Assumere invece con consapevolezza il ruolo paterno sancisce il passaggio verso la maturità e l'**affermazione della propria condizione adulta**.

In altri termini, il fatto di diventare padre, assumendosi pienamente le responsabilità del proprio ruolo, caratterizza per un uomo la "transizione": il passaggio da una fase del ciclo vitale a una successiva.

La giovinezza, intesa come fase spensierata, cede il passo all'adulthood, che si caratterizza per il raggiungimento di maturità e senso di responsabilità.

Nei casi in cui ci siano delle patologie comportamentali tale transizione diventa difficile, come vedremo nella seconda parte di questo articolo.

### Parte pratico-applicativa

Da qui in avanti sarà raccontata la storia di Milo: un padre deprivato.

### La paternità difficile

Con il termine "paternità difficile" intendo riferirmi a quella categoria di padri che non riesce a svolgere il proprio ruolo paterno. Uomini che rimangono bloccati a quello che è il primo livello nella relazione padre-figlio, ovvero all'aspetto biologico - l'essere diventato padre - senza però riuscire a vivere a pieno la propria paternità.

A rendere difficile tale **passaggio padre** → **paternità**, possono contribuire diversi fattori.

Ad esempio (ma è solo uno dei tanti che si potrebbero fare) in caso di divorzio di una coppia con un figlio piccolo, la paternità può essere ostacolata dall'affido esclusivo alla madre e dalla sussistenza di un aspro conflitto tra i genitori, che impedisce loro un confronto costruttivo finalizzato alla collaborazione.

Tutto ciò a volte comporta il desistere del padre dal proprio ruolo.

In questo caso ci riferiamo a quei padri che non per una loro volontà, ma a seguito dell'effetto di una loro "deviante" condizione di vita - quale ad esempio la **tossicodipendenza** - non riescono ad assumere e a portare avanti la propria funzione genitoriale in modo efficace e continuativo.

Essere tossicodipendenti infatti, equivale a una certa incompetenza a provvedere al proprio sostentamento e di conseguenza, **non garantisce all'individuo condizioni di lucidità per assolvere a importanti funzioni** come appunto quella relativa alla paternità.

Ogni caso poi è un caso a sé e, anche se la tossicodipendenza è il comune denominatore per la categoria di chi vi appartiene, certo è che ciascuno riporta una propria esperienza di vita.



## Un racconto evocativo: "Il gabbiano di scogliera"

*Il gabbiano marrone è in mezzo al mare su di uno scoglio, un po' in piedi e un po' seduto a riposare, trascorrendo così ore immutabili. Lo sguardo è fisso davanti a sé a guardare il punto di demarcazione, dove l'illusione percettiva consente al cielo di toccarsi con il mare.*

*«Cosa fa quel gabbiano lì fermo, è triste, pensa o è innamorato?» - chiede il bambino al nonno e il nonno risponde: «È un gabbiano di scogliera Mimmi, è normale che trascorra il suo tempo così, è la sua natura».*

*Sono passate molte ore, il sole è quasi al tramonto. I nonni stanno preparando per tornare a casa dalla spiaggia; il nonno raduna i giocattoli in un borsone, mentre la nonna veste Mimmi. Nel frattempo, sullo scoglio, plana un altro gabbiano, di colore bianco e si congiunge alla compagna.*

*Mentre Mimmi s'incammina per mano con i nonni, i due gabbiani, con la loro maestosa apertura d'ali, volano in alto verso l'orizzonte. Mimmi si volta a guardare il volo dei gabbiani e dice: «Guarda, anche loro vanno via, ora ho capito: lo stava aspettando!».*

Questa storia piaceva molto a Milo, era appesa al muro racchiusa in una cornice a giorno. L'avevo scritta qualche anno fa e un gruppo di ragazzi della comunità *M. B.* (comunità per tossicodipendenti presso la quale lavoro in qualità di educatrice) ne fece un quadro, affisso nella sala riunioni.

Lo leggeva e ci si identificava, Milo, pensando che un giorno il **ricongiungimento** con sua figlia ci sarebbe stato e a quel punto avrebbe voluto volare in alto insieme a lei. Pensava che sarebbe stato lui a doverla cercare. Una volta che fosse diventata maggiorenne, a quel punto, la sua lunga attesa sarebbe potuta finire.

### La storia di Milo: presentazione del caso

Milo è un uomo di 44 anni che inizia la costruzione della sua paternità quando la propria figlia ha 17 anni e mezzo. In passato Milo aveva rinunciato alla paternità che gli era stata negata dal padre della compagna.

Aveva conosciuto Silvia, la mamma di sua figlia, in un giro di prostituzione. Quando Silvia rimase incinta suo padre la tolse dal marciapiede. Alla nascita della bimba (Chiara, questo il suo nome) il nonno paterno fece allontanare da sua figlia e dalla neonata nipotina Milo perché tossicodipendente. Il nonno inoltre sottopose la piccola Chiara al test del DNA per accertarsi che fosse veramente figlia di Milo, a cui comunque non venne data la possibilità di riconoscerla.

Dal canto suo Milo continuava a compiere reati e a drogarsi. L'ultima volta in cui vide sua figlia Chiara, la bimba aveva soli quattro mesi. Di lì a poco Milo tentò il suicidio. Cosparses i propri abiti di benzina e si diede fuoco. A salvarlo fu il fratello che, trovandosi nella stanza a fianco, fortunatamente intervenne in modo tempestivo.

Milo riportò gravi lesioni che lo costrinsero a una lunga degenza ospedaliera. Da questo momento in poi 17 lunghi anni di silenzio, come se quella figlia non fosse stata sua.



## Ricostruire la paternità

Così come nel caso di Milo ci sono paternità difficili che vanno ricostruite, ripristinando i tasselli più importanti di un puzzle di vita familiare. Milo oggi vive un'affettività "sopravvissuta" alla separazione dalla figlia e alla frustrazione da essa scaturita.

Anni e anni di eroina sulle spalle, impressi nei solchi sulle braccia, hanno devastato le sue vene rendendo il suo corpo fragile e malato, non hanno però messo fine a un bisogno profondo: quello di un padre ora pronto a voler lottare per la sua paternità.

## Il gioco dell'oca

A Chiara il gioco dell'oca lo regalò sua mamma quando aveva 5 anni.

Lo aveva poi conservato accuratamente negli anni e un giorno lo tirò fuori per giocare con un'amichetta.

Aveva 16 anni e quel pomeriggio successe un evento magico: nel procedere del gioco, a un certo punto, si imbatté nella regola che prevedeva di tornare indietro tre caselle.

Da bambina Chiara lo aveva percorso tante volte quel circuito di cartone, ma questa volta si soffermò su quel dover fare tre passi indietro.

Fu così che confidò un segreto alla sua amichetta.

*«Nella vita - disse Chiara - non sempre si deve andare avanti, ma si può anche tornare indietro ed è quello che farò io quando avrò 18 anni. Mia madre, né nessun altro, mi potrà fermare. Io voglio incontrare mio padre. Non voglio aspettare ancora».*

Dopo qualche mese Chiara parlò del suo progetto con la madre, la quale non la scoraggiò ma non fece sconti sulla tempistica: doveva diventare maggiorenne, solo allora conoscere il padre sarebbe stata una sua libera scelta.

Tante foto aveva visto di suo papà da ragazzo, che la mamma aveva conservato, e tanti racconti si integrarono alle immagini.

## "Il padre ritrovato"

Milo era in comunità da quasi un anno quando ricevette un'importante telefonata: una delle sue 5 sorelle gli comunicava che Silvia, la sua ex-compagna, l'aveva cercata per informarla che Chiara di lì a 6 mesi avrebbe compiuto 18 anni e aveva espresso il desiderio di conoscere suo padre.

Milo, che dall'allontanamento imposto dal nonno di Chiara, non viveva più nella stessa città di Silvia, non aveva avuto modo di vedere sua figlia, neanche di sfuggita.

Apprese le intenzioni della figlia, non stava più nella pelle per l'emozione. Milo sentiva che non si sarebbe tirato di certo indietro.



Le sequenze che scandirono la paternità di Milo possono essere così riassunte:

- **La paternità negata**  
Il suo allontanamento coatto dalla figlia, quando la piccola aveva solo 4 mesi.
- **La rabbia e l'opposizione violenta**  
Il perpetrare il suo comportamento deviante -tra uso di sostanze e furti -facendo anche violenza contro se stesso, come reazione a tale strappo.
- **La separazione definitiva**  
Gli anni della lontananza.
- **Il ricongiungimento annunciato**  
6/7 mesi prima dell'incontro con Chiara, in attesa che la figlia raggiungesse la maggiore età.

L'incontro padre figlia fu preceduto da una "fase preparatoria" che durò circa 7 mesi.  
Milo iniziò a lavorare sulla possibilità di instaurare una relazione di conoscenza e avvicinamento a Chiara.

Tutto avvenne, in modo graduale, attraverso lettere, telefonate e qualche e-mail.

C'è sempre bisogno di un "tempo di attesa" per costruire la propria paternità e diventare padre.  
È quanto accadde a Milo, in quella che era la sua seconda possibilità!  
Questa volta non si voleva far trovare impreparato.

## Il vissuto di Milo

Milo viveva questo periodo "magico" della sua vita **tra un'immensa felicità e una profonda insicurezza**.

Felice perché sua figlia lo aveva cercato dopo che, 17 anni prima, il nonno lo aveva allontanato negandogli la possibilità di vivere la paternità.  
Insicuro perché temeva di non essere, ancora una volta, all'altezza.

Tanti erano i timori di Milo, non solo emotivi, ma anche legati al suo aspetto fisico.  
Anni di eroina avevano depredato il suo corpo: gli mancavano i denti e ciò gli impediva di esprimersi in maniera fluente. Milo si vergognava profondamente di sé.

Milo e Chiara stabilirono i primi contatti (telefonici e mail) diversi mesi prima dell'incontro.  
Sin da questi primi scambi Milo era tormentato da paure. Temeva di non essere all'altezza della situazione.  
Temeva, soprattutto, di non piacere a sua figlia.

**Si tormentava** all'idea di non piacerle.

Consapevole del proprio aspetto fisico malridotto temeva che Chiara potesse vergognarsi di lui.  
Temeva che lei potesse giudicare le sue scelte di vita e che gli fosse quindi preclusa la possibilità di trasmetterle i valori riscoperti e soprattutto l'amore per lei.

Milo ragazzo forte e audace non si scoraggiò.  
Certo è che noi dello staff operativo della comunità lo aiutammo a vivere al meglio quanto gli stava capitando!

## Il supporto psicologico

Utilizzammo le nostre competenze professionali in senso "supportivo", finalizzando cioè i colloqui con il nostro utente al supporto, al **sostegno personale** e quindi alla **gestione del momento evolutivo** che stava vivendo.

Milo doveva **costruire la sua identità paterna** e la terapia supportiva sembrava a noi quella più indicata.

## Definizione di Psicoterapia supportiva

Nella relazione terapeutica supportiva (intesa come approccio psicoterapeutico), il terapeuta trae empaticamente le informazioni dal paziente entrando cioè in contatto con le sue emozioni e i suoi vissuti.

Attraverso le emozioni evocate nel terapeuta, viene fornita una **restituzione efficace al cambiamento**.

In altri termini il terapeuta, partendo da quanto provato in relazione al paziente, favorisce nello stesso una rilettura delle emozioni e dei vissuti provati e descritti, offrendogli una possibilità verso il cambiamento.

In tal modo il paziente acquisisce fiducia nel terapeuta.

Diventa consapevole della sua disponibilità, riconoscendolo come figura su cui poter contare nei momenti di crisi e di cui potersi fidare.

Mediante un **approccio** anche **educativo**, il terapeuta fornisce al paziente una spiegazione razionale della situazione che sta vivendo, promuovendo un **comportamento correttivo** finalizzato al raggiungimento di uno stato emotivo meno doloroso.

Ad esempio: la sofferenza di un paziente a seguito di un abbandono può essere affrontata lavorando sul vissuto dell'abbandono stesso.

In tal modo si aiuta il paziente a gestire il dolore, **trasformando la sofferenza** e la denigrazione **in energie positive**, spendibili per la ricostruzione della propria integrità emotiva. In altri termini l'evento frustrante non va negato, ma affrontano per poi trovare soluzioni alternative a esso.

Con la terapia supportiva non solo si guarda nel profondo del paziente, ma si cerca anche una strategia risolutiva, quanto pratica, al problema emerso.

Il paziente dunque viene guidato all'interno del suo ambiente sia fisico che relazionale, assistito nelle varie fasi della sua giornata, guidato nelle scelte e decisioni.

Con la terapia supportiva, il terapeuta fornisce un **aiuto** concreto, quanto **diretto alla soluzione del problema** comportamentale manifestato dal paziente.

Con questa tecnica, il paziente viene guidato verso una maggiore adeguatezza e sicurezza nello svolgimento di funzioni, senza generare dipendenza, ma favorendo l'acquisizione di competenze che lo facciano sentire forte e capace di affrontare le difficoltà inizialmente manifestate.

Nello specifico, le **funzioni della terapia** supportiva sono:

- Aiutare il paziente a sostenere il suo stato d'animo e a raggiungere una prospettiva più ottimistica, rafforzando aspettative di aiuto e di speranza per il futuro.
- Porre traguardi che siano realistici e raggiungibili per il paziente.
- Sostenere il paziente ad affrontare le esperienze di vita e i contatti interpersonali che spesso possono risultare "autolimitati".



## Applicazione della terapia supportiva nel caso di Milo

Il supporto che abbiamo fornito a Milo è stato fin dall'inizio quello di incoraggiarlo, senza mai desistere, nel prosieguo della conoscenza di sua figlia.

**Si lavorava sui momenti più difficili e dolorosi**, quando ad esempio Chiara gli faceva domande sulla sua scomparsa, sul perché non l'aveva mai cercata in questi lunghi anni, magari imponendosi sul nonno.

Quello che lei si aspettava da Milo, non era una giustificazione, ma essere aiutata a comprendere la sofferenza provocata dal vivere senza il padre.

E ancora, quando Chiara gli disse che riusciva a chiamarlo solo "Milo" e non papà. Anche questo fu un duro colpo, una speranza che si era di nuovo spenta. Dovevamo comunque andar avanti, non farci fermare dalle emozioni negative.

*«Il tempo e solo il tempo, può riuscire a tessere delle buone relazioni»*, gli dissi un giorno.

Insieme preparavamo il modo di porre domande a Chiara per quando si sarebbero sentiti al telefono; oppure come Milo avrebbe dovuto rispondere a domande specifiche che la ragazza poteva fargli, in maniera tale che le risposte potessero alleviare la sofferenza della giovane.

Al termine di ogni singola telefonata, **analizzavamo insieme quanto fosse emerso sia a livello di contenuti che di emozioni provate**.

A volte Milo veniva sopraffatto dalla paura di perdere questo "filo relazionale" che lo aveva ricongiunto dopo tanti anni a sua figlia.

La fase che ricordo come momento fortemente emotivo è stata una telefonata (quando ormai era già da tempo che si sentivano) in cui Chiara lasciò a suo padre il proprio numero di telefono.

Era arrivato il momento in cui Chiara iniziava, un po' per volta, a fidarsi di suo padre e al tempo stesso a metterlo alla prova.

Questo passaggio significava che Milo poteva decidere quando chiamare sua figlia, capire quando era il caso e quando no. In questo modo, **la paternità di Milo si stava sviluppando** nella direzione di poter gestire tale relazione da padre, assumendosi responsabilità.

Ad esempio, era importante che Milo imparasse a ricordare le interrogazioni di sua figlia e chiamarla poi dopo la scuola per sapere come fossero andate, dando così dimostrazione di interesse e collaboratività.

Milo iniziò così a chiamare sua figlia a fine giornata per informarsi su come avesse trascorso le sue ore a scuola, sulle interrogazioni, e come procedesse il rapporto con sua mamma.

Dimostrava così il suo **interesse nei confronti del quotidiano** e della crescita di Chiara che, fino ad allora, era stata per suo padre un'estranea.



### Brevi note sul caso

Milo molti anni prima, era stato costretto a rinunciare alla sua paternità e, oggi, la sta ricostruendo accrescendo consapevolezza ed emozioni nel *hic et nunc* (qui ed ora).

Si sente padre, le sue sicurezze sono aumentate, sia nel rapporto con sua figlia sia nella sua vita. Anche il comportamento in comunità ha subito una vera e propria **trasformazione**.

Milo è molto più attivo, brillante nei colloqui e soprattutto è aumentato il suo spirito di collaboratività con il resto del gruppo.

Milo ora vuole riprendere la sua vita in mano tessendo, giorno dopo giorno, la relazione con sua figlia, in attesa della data in cui hanno stabilito il loro primo incontro!

### Considerazioni conclusive

Quella del padre è una figura in evoluzione.

I padri "di oggi" sembrano molto meno disposti, rispetto al recente passato, a latitare nei primi mesi di vita del figlio, in attesa che questi diventi più autonomo e che sia più facile stare in relazione con lui.

Cresce il desiderio di non essere esclusi dal periodo dell'attesa del figlio al pari della mamma.

Per i padri che vogliono "esserci" sin da subito è impossibile pensare di affrontare l'esperienza della paternità modellandosi sul proprio padre.

Nelle precedenti generazioni molti padri trovavano, dietro agli impegni di lavoro, giustificazione alle loro ripetute assenze. Era un motivo di virilità per un verso, per l'altro induceva il figlio a vedere nel proprio padre una figura da conquistare.

Ci auguriamo che questa **nuova figura paterna** continui a evolversi e si arricchisca nel corso delle generazioni, diventando un **modello di apprendimento costantemente perfettibile** da parte dei padri che verranno!

Altro aspetto da tenere in considerazione è quello di fornire un valido supporto a quelle che abbiamo definito "paternità difficili", per aiutare questi padri a rimettersi in carreggiata e poter recuperare quanto perduto della loro paternità.

### Riferimenti bibliografici

- Malagoli Togliatti M., Telfener U., "Dall'individuo al sistema", Bollati Boringhieri, Torino, 1991
- Marchetti T., "Diversi colori del ruolo genitoriale", Kappa Editore, Roma, 2001
- Andolfi M., "Il Padre ritrovato. Alla ricerca di nuove dimensioni paterne in una prospettiva sistemico-relazionale", Franco Angeli, Milano, 2001