



FEDERAZIONE | AUTONOMA | BANCARI | ITALIANI

COORDINAMENTO PROVINCIALE DONNE - VERONA

Vicolo Ghiaia, 5 - 37122 VERONA - Telefono 0458006114 - Fax 0458009165
donnefabi@fabiverona.org - www.fabiverona.org



"FOCUS DONNA"

rassegna stampa al femminile: famiglia, lavoro e pari opportunità

N. 1/2015

SPECIALE PAPA'

Sommario

| | |
|--|----|
| Essere padre..... | 2 |
| Come essere un bravo papà: 5 regole sul ruolo del padre..... | 4 |
| “Spero che dirai che bello essere padre”..... | 6 |
| Genitorialità: e' il “mammo” la nuova figura materna?..... | 9 |
| Letture consigliate e link utili..... | 11 |



Essere padre

da paginemamma.it

Papà si diventa. Quante volte abbiamo sentito dire che il papà non riesce davvero a rendersi conto di ciò che sta accadendo (all'interno della coppia e in se stesso) finché **non prende suo figlio tra le braccia** per la prima volta? In effetti è proprio così.

Mentre la mamma ha tutto il tempo della gravidanza per sviluppare, lentamente, una nuova identità di madre e per assorbire e metabolizzare i cambiamenti derivati dalla nuova condizione, per il papà è diverso. Per lui i sentimenti possono essere contrastanti e le difficoltà sono dietro l'angolo. Ma niente paura! **I nuovi papà sono dinamici, forti, collaborativi e molto, molto teneroni.**

Uno studio pubblicato sul *Journal of Consumer Research* ha mostrato che in Gran Bretagna è in aumento il numero di padri che sceglie di restare a casa con il bebè. E non scelgono di trasformarsi in '**mammi**', ma, anzi, danno un'impronta del tutto personale e nuova allo **stile educativo**, alle **abitudini familiari**, ai **ritmi della giornata**: i papà stanno, quindi, cambiando il modello familiare, rendendolo più libero, gioioso e tecnologico.

Inoltre è in crescita in tutta Europa la tendenza da parte dei papà a non **sacrificare alla carriera** l'intera vita familiare: spesso i media riportano casi di professionisti o politici che scelgono di lavorare meno – guadagnare meno- per stare più tempo con i propri figli.

paginemamma.it li festeggia con tante notizie e informazioni a loro dedicate: dai consigli su come affrontare i cambiamenti nella coppia e nella sessualità, alla presenza durante il parto e alla maturazione della nuova dimensione di papà.

I nuovi papà Collaborativi, molto affettuosi e impegnati nell'educazione e nella crescita dei figli. Sono i nuovi papà! Ma attenzione a non perdere di vista qual è la funzione paterna.



Come sono cambiati i papà rispetto alle passate generazioni: a figura paterna ha subito enormi cambiamenti soprattutto dal punto di vista emotivo. Se trent'anni fa il padre era soprattutto una figura forte, a volte severa, deputata a preparare i figli alle difficoltà della vita, oggi i padri hanno riscoperto un aspetto più amorevole e protettivo.

Cosa prova il papà Gioie e dolori. L'arrivo di un bambino non è solo rose e fiori. Spesso sconvolge completamente le abitudini e il ritmo di vita e ciò può avere implicazioni emotive e psicologiche sullo stato d'animo dei neogenitori.

Papà in sala parto Anni fa il parto era una questione tra donne. Un rito segreto e miracoloso al quale i padri non avevano accesso. Oggi sempre più spesso i papà accompagnano la mamma durante il travaglio e in sala parto, tagliano il cordone ombelicale, assistono alla visita neonatale e al primo bagnetto.

La depressione post parto può colpire anche i papà Si calcola che 5 uomini su 100 soffrono di depressione dopo la nascita di un figlio.

Sette modi per salvare la relazione dopo i figli Il sesso dopo il parto può diventare un tabù e il neonato, con i suoi ritmi, può essere davvero invadente per la coppia che rischia di non trovare più la sua intimità. Sono problemi diffusi che possono essere affrontati e risolti

La coppia che cambia Prima eravamo in due e oggi siamo in tre! Il passaggio da coppia a famiglia può non essere facile e immediato. L'importante è restare uniti, essere solidali e non smettere di comunicare l'uno all'altra paure ed emozioni.

Quanto è sexy essere padre I papà che si impegnano con i figli hanno per le donne un **sex appeal** maggiore rispetto ai manager rampanti.

La festa del papà Quando nasce e quali sono le tradizioni di questa ricorrenza.



FEDERAZIONE | AUTONOMA | BANCARI | ITALIANI

COORDINAMENTO PROVINCIALE DONNE - VERONA

Vicolo Ghiaia, 5 - 37122 VERONA - Telefono 0458006114 - Fax 0458009165
donnefabi@fabiverona.org - www.fabiverona.org



Come essere un bravo papà: 5 regole sul ruolo del padre

da www.nostrofiglio.it -di Francesca Ame'

Papà si nasce o si diventa? Steve Biddulph, terapeuta familiare con vent'anni di esperienza e best-seller venduti in mezzo mondo, detta le cinque regole d'oro sul ruolo del padre

Come essere dei bravi papà? Ecco le 5 regole d'oro di Steve Biddulph, terapeuta familiare con vent'anni di esperienza e best-seller venduti in mezzo mondo.

Dopo averci spiegato [come fare per crescere figlie femmine](#) «Crescere figlie femmine» (Tea editore) e [come crescere figli maschi](#) («Crescere figli maschi», edito da Tea, appena ristampato), ecco le cinque regole d'oro della paternità.

1 Cominciate a fare il papà dalla gravidanza

Partecipate alla gravidanza, parlate delle vostre speranze riguardo al bambino, siate coinvolti nella cura del neonato fin dall'inizio. Questo atteggiamento "accende gli ormoni": i padri possono diventare i massimi esperti nel riaddormentare i bambini nel cuore della notte! Siate orgogliosi di queste capacità.

2 Trascorrete tempo con il vostro bambino

Anche se avete un lavoro che vi assorbe molto, sfruttate i week-end o le vacanze per dedicarvi completamente al vostro bambino. Dai due anni in poi, invitate ogni tanto la mamma del vostro bimbo a ritagliarsi del tempo per sé e a lasciarvi soli con il piccolo. Ve la caverete alla grande, non temete. (Leggi la storia di mammenellarete: [le prime uscite con papà](#))



FEDERAZIONE | AUTONOMA | BANCARI | ITALIANI

COORDINAMENTO PROVINCIALE DONNE - VERONA

Vicolo Ghiaia, 5 - 37122 VERONA - Telefono 0458006114 - Fax 0458009165
donnefabi@fabiverona.org - www.fabiverona.org



3 Abbracciatelo e ditegli bravo quando lo merita

Abbracciare, accogliere, fare il solletico e giocare alla lotta sono basilari per un buon rapporto con i figli (anche quando crescono). Imparate a essere espansivi e a complimentarvi con i vostri figli.

4 Pensate a come divertirvi con lui e poco alla competizione

Godetevi i vostri figli: la storia della "qualità del tempo" è un falso mito. I bambini hanno davvero bisogno di voi, e a lungo: sforzatevi di trovare delle attività che divertano entrambi, ma sgomberate il campo dalla smania da competizione (con altri bambini o padre e figlio) che impoverisce il divertimento.

5 Fate anche 'il lavoro sporco': colloqui con le maestre, visite dal pediatra ecc

Non fate i papà "da tempo libero", lasciando tutto il lavoro duro alla madre (leggi: colloqui con maestre, con pediatra, accompagnamento a scuola o alle attività). Siate coinvolti nelle decisioni, sorvegliate attentamente i compiti e i lavori a casa. Soprattutto, imparate a lavorare 'in team' con la mamma del vostro bambino.



FEDERAZIONE | AUTONOMA | BANCARI | ITALIANI

COORDINAMENTO PROVINCIALE DONNE - VERONA

Vicolo Ghiaia, 5 - 37122 VERONA - Telefono 0458006114 - Fax 0458009165
donnefabi@fabiverona.org - www.fabiverona.org



"Spero che dirai che bello essere padre"

blog di Claudio Figini – da IIFattoQuotidiano.it

Non pensavo che i contributi che hanno dato vita a questa sezione ad hoc nel mio blog sarebbero stati così numerosi, invece continuo a ricevere **testimonianze sul ruolo del padre**. Anche se non riesco a pubblicarli tutti, questi racconti dei padri sono il sale per noi che siamo partiti mossi dal desiderio di trovare una direzione, una spiegazione. Dovevamo dirci se è vero che è bello essere padri, partendo da una certezza: quella del padre è una figura, al giorno d'oggi, decisamente **in crisi**. Se riusciremo a progredire nella nostra riflessione iniziale e a condividere con voi un nuovo scritto sarà anche e soprattutto per i preziosi spunti ricevuti in oltre quattro mesi, a prescindere – ovvio – che questi abbiano o meno trovato spazio sul blog. Quella che segue è l'ultima testimonianza che pubblichiamo. L'ha scritta Matteo due giorni dopo aver sperimentato la **gioia della paternità**, un'esperienza che, tra l'altro, lo ha portato a riscoprire – "incosciente, ma consapevole" – il rapporto con suo padre. (CF)

Eppure pensavo di essermi preparato bene. Ho seguito con mia moglie il corso in preparazione al parto dell'ospedale, in cui ci veniva spiegato, per filo e per segno, cosa sarebbe successo e come poter essere di aiuto nel momento clou.

Ho preso in biblioteca e letto svariati libri che raccontano di **padri in gravidanza**, descrivono la gioia di essere padri, proclamano la fatica e la rivalutazione del ruolo di padre.

Ho visto un bellissimo spettacolo teatrale chiamato Vitanuova, monologo sulla **paternità**.



Ho assorbito con trasporto e un pizzico di invidia positiva i racconti degli amici già padri, delle loro emozioni e dell'unicità che comporta la nascita di un figlio. E per non farmi mancare nulla ho tenuto in braccio i miei nipoti, sostituito colleghe educatrici in servizi per la prima infanzia e riscoperto le fiabe dei fratelli Grimm.

Eppure sono stato travolto dalla vertigine **dell'emozione più enorme della mia vita** e alla fine ero secco come una ghianda.

Tornando all'inizio, due sensazioni hanno accompagnato la splendida gravidanza di Emilia: l'incosciente, ma consapevole, **riscoperta di mio padre** e un nostro nuovo innamoramento e fidanzamento. Sono riemersi, come in una sorta di preparazione alla missione di genitore, tanti ricordi di episodi vissuti con mio padre: escursioni in montagna, levatacce all'alba per andare a funghi, le prime lezioni di nuoto al mare, un salvataggio sul sentiero delle cinque terre quando ero caduto in mezzo agli spini, sull'orlo di un dirupo, piccoli lavori domestici di riparazione. Mio papà, uomo di poche parole e tanti fatti, la persona che mi ha trasmesso stabilità e serenità, profondità e mitezza, equilibrio e responsabilità e quel senso di libertà e ricerca del bello che mi spinge ad amare la vita.

E poi la luce nuova nei nostri occhi di coppia. Occhi ancora lucidi per il recente matrimonio costruito e vissuto come noi desideravamo, con immediato lungo viaggio di esplorazione del Sudamerica, occhi soddisfatti nella condivisione quotidiana di gioie e fatiche, e ora colmi di gratitudine per un futuro che si allarga con l'arrivo di una nuova creatura.

Ma questi occhi non erano assolutamente preparati a lasciar fuoriuscire tutte le lacrime consumate in sala parto, sorprendendosi nuovamente umidi decine di volte in questi ultimi due giorni.

Dall'altro ieri **sono il papà di Gioele**, 3.650 grammi (10 grammi per ogni giorno dell'anno, come ha detto un mio amico), due guance paffute, una testolina piena di capelli, venti dita secchine e gracili, due palline rosso fuoco. E una vitalità cui non sono ancora del tutto preparato.



FEDERAZIONE | AUTONOMA | BANCARI | ITALIANI

COORDINAMENTO PROVINCIALE DONNE - VERONA

Vicolo Ghiaia, 5 - 37122 VERONA - Telefono 0458006114 - Fax 0458009165
donnefabi@fabiverona.org - www.fabiverona.org



Voleva nascere guardando il mondo Spruzzo (l'abbiamo chiamato così per tutta la gravidanza, da un sogno premonitore della zia e non sapendo se sarebbe stato maschio o femmina), occhi rivolti all'uscita stretta e angusta, e non di capoccia come vuole la normalità, e la questione ha complicato un poco la faccenda, specialmente per la mamma. La sua tenacia, la fatica dipinta sul suo volto, l'enorme sofferenza delle ultime ore mi accompagneranno per tutta la vita, insieme al grande senso di impotente vicinanza che mi ha visto comprimario nell'emozione più grande finora vissuta.

"Spero che dirai che è bello essere padre" è il titolo di questa sezione del blog. Ammetto che, se questo è l'inizio dell'avventura di essere padre, posso solo dire che è già meraviglioso. Dopo due giorni.

Matteo con Gioele



Genitorialità: è il 'mammo' la nuova figura materna?

di Erica Vecchione

Lo scorso settembre, a Denver in Colorado, un gruppo di cento **papà** si è incontrato per il ritrovo annuale organizzato dal Network Nazionale dei 'Mammi' (non esiste una traduzione migliore per l'inglese at-home dad). In **America**, secondo uno studio dello scorso giugno, i papà che restano a casa ad accudire i **figli** rappresentano il 16%, e questo dato non tiene conto di quelli che, nonostante siano i principali caretakers, lavorano part-time. Per il 70% è una **scelta**, e non una conseguenza della crisi economica. Da uno studio del Boston College, la maggior parte dei padri che lavora a tempo pieno resterebbe volentieri a casa, se solo lo stipendio delle moglie lo consentisse.

E' un cambiamento dalle vaste proporzioni che sfida il pregiudizio sociale. Ancora oggi è opinione diffusa che un papà non sia in grado di badare ai figli (per lo meno non bene quanto la **mamma**) o che quando lo fa, ci sia lo zampino della madre a dirigere i lavori da lontano.

Molti sono convinti che un uomo non sia in grado di cambiare pannolini, sia una frana a scegliere i vestiti per sua figlia, scordi facilmente un ingrediente nel preparare la pappa.

Nella sfera lavorativa le cose non stanno meglio. L'università di Toronto ha recentemente rivelato che quando le donne parlano al lavoro dei propri figli non vengono considerate **lavoratrici peggiori** di quelle che non lo fanno, ma **donne migliori**; mentre se lo fa un uomo, viene valutato inferiore sia come impiegato che come uomo in sé. Peccato. Perché le ricerche recenti mostrano che le figlie di padri presenti e disposti a partecipare in misura paritaria al ruolo di genitori, risultano più sane e con maggiore autostima.



Almeno in America (in Italia non esistono grandi statistiche in merito e si fatica anche solo per stare a casa una manciata di giorni dopo la nascita) l'immagine dell'**uomo in carriera** capace di essere anche un **padre partecipe** sta prendendo piede, **come dimostrano le nuove politiche lavorative di aziende come Facebook o Change.org, che prevedono nei contratti generosi congedi parentali.**

Come vivono le donne questo cambiamento? Quando le donne rimanevano a casa a dirigere il focolaio domestico, non era – per la maggioranza dei casi – una loro scelta. Nell'America degli anni '50 e '60 la politica di tumulare le donne come casalinghe (trasformandole nel 75% del potere d'acquisto) partiva già dalla scuola, e le pubblicità erano piene di donnine felici dentro il loro "castello" in attesa del marito-principe di ritorno dal lavoro.

Gli uomini di oggi scelgono di starci, il che pone la loro posizione in tutt'altra prospettiva, quella della **libera scelta** appunto.

Posto che tutti siano soddisfatti nello scambio 'donne fuori e uomini dentro casa'... possiamo dire di essere all'alba di un inaspettato happy ending? Le donne sono pronte a non vedersi più come riferimento dei propri figli, l'angelo dal quale tutti corrono quando c'è un problema? Molte, ancora no.

Pur contente del proprio ruolo di lavoratrici, quando il bambino è ammalato, vogliono essere loro a portarlo dal dottore, anche se il marito sarebbe ugualmente in grado di farlo. L'attacco a uno status quo consolidato nei secoli, può minare le certezze (anche illusorie) con le quali hanno convissuto uomini e donne. Un uomo in grado di cucinare meglio di una donna non è certo visto con troppa simpatia in alcuni ambienti domestici; e d'altro canto, quando le donne cominciano a scalare le posizioni aziendali, i colleghi cominciano a sentirsi mancare la terra sotto i piedi.

Ma il **progresso sociale e culturale** non può essere fermato e allora meglio smollare le antiche convinzioni per crearne di nuove siglate da entrambe le parti.

Stasera intanto, cucina mio marito.



FEDERAZIONE | AUTONOMA | BANCARI | ITALIANI

COORDINAMENTO PROVINCIALE DONNE - VERONA

Vicolo Ghiaia, 5 - 37122 VERONA - Telefono 0458006114 - Fax 0458009165
donnefabi@fabiverona.org - www.fabiverona.org



Letture consigliate dalla redazione di pagine mamma.it:

Manuale di sopravvivenza del padre contemporaneo' *di Gianni Biondillo*

Storia della Paternità *di Maurizio Quilici*

Nella pancia del papà. Padre e figlio: una relazione emotiva''
di Alberto Pellai

Dove andiamo, papà? Vivere, piangere, ridere con due figli diversi dagli altri di Jean-Louis Fournier

Nuovi padri? Mutamenti della paternità in Italia e in Europa'
di Francesca Zajczyk ed Elisabetta Ruspini

Link utili:

www.fabi.it/public/documenti/altre-pubblicazioni/Tutela%20maternita%20paternita%202013.pdf

www.inps.it/portale/default.aspx?itemdir=5804

www.paternitaoggi.it