

Data Stampa 3041-Data Stampa 3041

Data Stampa 3041-Data Stampa 3041

PSICOLOGIA



L'opera *Guys and Gulls* dell'artista Lee Heinen.

TI INSEGNERÒ A EMOZIONARTI

Il mito del maschio che non sente, non cade, non si ferma è duro a morire. Anche tra gli adolescenti, che vorrebbero la libertà di essere fragili, ma non riescono a conquistarla. Un padre psichiatra prova a invertire la rotta

di **Benedetta Sangirardi**

«PAPÀ, IO NON TI HO MAI VISTO PIANGERE», dice Gabriele, 14 anni, una sera sul divano mentre guarda un film insieme al padre, lo psichiatra e psicoanalista Leonardo Mendolicchio, che da anni si occupa di adolescenza. Una frase semplice, pronunciata senza tono accusatorio. Solo con quella disarmante sincerità che i figli sanno avere, quando ti aprono gli occhi su cose che non avevi mai davvero guardato. «Mi ha spiazzato. Perché se penso all'idea

che ho di me come padre, non mi riconosco in un uomo distante dalle emozioni. E poi perché in almeno un paio di occasioni mio figlio mi aveva visto piangere». Perché non lo aveva ricordato, o interiorizzato? Nasce da questo equivoco l'idea di *Diventerai uomo. Crescere un figlio oltre il mito della virilità*, per indagare cosa significhi essere maschi oggi, tra corpo e desiderio, vulnerabilità e modelli culturali, fragilità e trasformazioni.

Che cosa ha compreso attraverso la considerazione di suo figlio?

Che per lui era intollerabile vedere il padre piangere, era accaduto ma lo aveva probabilmente rimosso. Mi ha aperto a domande che non potevo più ignorare: quanto pesa ancora, sui nostri figli, quel modello di maschile che non cede mai, che non si fa scalfire? Quella cultura che parla sottovoce ma incide forte? Che insinua idee dure a morire, anche quando in casa proviamo a raccontare e mostrare altro? Le risposte sono state tutte analoghe.

Cioè?

Il seme persiste nonostante gli sforzi e le grandi trasformazioni, i nostri figli continuano a essere esposti a un altro modello, quello del maschio che non sente, non cade, non si ferma. Che «non deve chiedere mai», e men che meno mostrare il dolore. Un'idea che si insinua dappertutto: nei cartoni, nei fumetti, nei videogiochi, nei social, tra i banchi di scuola. Una cultura invisibile ma potente, che esalta la durezza e mette al bando la fragilità. Nel libro cerco di spiegare la presenza così forte di questo lato maschile, che dobbiamo comprendere, vedere, ma soprattutto con cui dobbiamo confrontarci. Emanciparsi dagli stereotipi socio-culturali non è semplice. L'idea è quella di offrire una nuova strategia educativa, che aiuti gli adulti - genitori, insegnanti, educatori - ad accompagnare i ragazzi verso una virilità più libera, capace di accogliere le emozioni senza vergogna.

Sono tanti i ragazzi «che non ce la fanno più». Perché?

Perché sono vittime di una serie infinita di cliché che si cuciono addosso senza volerlo. Mettono un blocco alle emozioni perché pensano di non poterle esprimere, se ne vergognano profondamente. Li ascolto mentre mi spiegano che sentono di dover mettere in scena il maschio virile, forte, quando in realtà hanno bisogno di più spazio, vogliono l'alternativa, un uomo che possa avere paura, perdere, essere vulnerabile, cadere. Vogliono la libertà di essere fragili ma non riescono a conquistarla.

Parla di tre forze che hanno peso nella costruzione della corazza.

Il potere, la presunzione e la performance. Tre «P» che ci hanno formati, spesso senza che ce ne rendessimo conto. Nel tempo, e le vittime principali sono proprio i nostri figli, al virile si è aggiunta la richiesta neanche tanto implicita di essere iperperformante, vincente, aspetto che ritengo uno dei più dannosi del nostro tempo. E così, le aspettative, le paure si trasformano in silenzi e gli fanno perdere la bussola. Il risultato finale è che, pur rifiutando queste richieste o le aspettative sociali, il figlio sente di non poter deludere, il paziente arriva in terapia dopo un burnout a vent'anni, il giovane atleta si spezza pur di superare se stesso, il diciottenne si vergogna di piangere per una storia finita, il ventenne vede nel suicidio l'unica via d'uscita da una prestazione fallita.

Come possono spogliarsi dei ruoli e dei modelli imposti?

Bisogna partire dall'esempio del padre, che ha un enorme valore pedagogico-educativo. Nel rapporto con la moglie, collaborando negli impegni familiari e avendo un dialogo fatto di rispetto e comprensione, con i figli mostrando le proprie fragilità, emozionandosi e accogliendo il fallimento, che è parte della vita. Il padre che sa educare è quello che accompagna senza giudicare, che non punisce per un brutto voto ma incoraggia, sa esserci senza occupare tutto lo spazio, non pretende di sapere già chi dovranno diventare i propri figli, sa ascoltare senza imporre. L'educazione non è sincronizzare i tempi, ma

« Il padre che sa educare è quello che accompagna senza giudicare »

gazzi, insistendo anche se ci sembra difficile, con pazienza e decisione, come sto cercando di fare con mio figlio.

In che modo?

«Gabriele, come stai?

Che cosa c'è che non va?», gli chiedo. L'ascolto del figlio, nel rispetto dei silenzi adolescenziali, è indispensabile per permettere loro di imparare a esternare le emozioni, a parlare di sé. Siamo noi a dover innescare la rivoluzione, dire a un figlio che può essere tutto, anche ciò che il mondo gli ha detto di non essere mai. Solo così possiamo emancipare i nostri ragazzi dalla strettoia psicologica che spesso associa la virilità alla violenza. C'è un compito ancora più urgente: mostrare ai nostri figli che si può contare anche senza dominare.

Un ultimo consiglio per i ragazzi?

Ascoltate quella parte reazionaria che c'è in voi, la vedo tutti i giorni, e iniziate a coltivare il sano dubbio che sia una sovrastruttura che non serve, perché proprio non vi fa stare bene. Criticate i presupposti storici, ribattele senza paura, perché siete proprio voi che potete e dovete fare la differenza. **F**



Diventerai uomo di Leonardo Mendolicchio (Mondadori, 18,50 euro) è una riflessione sull'educazione del maschio.