

Especial

Aprender a exercer a paternidade

Além das dificuldades de exercer papel de pai e mãe de uma só vez, o machismo costuma ser mais um obstáculo. Se, por um lado, os homens que exercem a paternidade sozinhos são chamados de heróis, por outro, recebem questionamento sobre a capacidade de cuidar de um bebê ou uma criança tão bem quanto a mãe cuidaria.

Para a psicóloga e psicoterapeuta Silvia Oliveira, o machismo atrapalha que os homens sejam preparados para funções que deveriam ser comuns a todas as pessoas, como cozinhar, faxinar e cuidar dos filhos. O homem que sabe exercer essas funções ainda é considerado diferente, e muitos deles sofrem quando precisam assumir esses papéis, pois nunca aprenderam a fazer o que precisam. Isso afeta muito quem se torna pai solo de uma hora para a outra.

Silvia menciona, ainda, a importância de que esse pai cuide da própria saúde mental e emocional, para que possa estar presente de todas as formas para o filho, que precisa de um apoio para lidar com a falta da mãe, independentemente do que motiva essa ausência.

“Ele vai cumprir o papel dele e mais um, o da mãe, então precisa estar bem para oferecer esse espaço de escuta e de acolhimento para os filhos. Ninguém nasce pronto, ele precisa se cuidar e se preparar para viver esse papel”, comenta.

Para os pais de menina, Silvia sugere que esses homens busquem uma rede de apoio com mulheres que possam orientá-lo a lidar melhor com questões da saúde feminina. Assim, ele estará informado e livre de constrangimentos quando as filhas o procurarem. “É importante que elas encontrem esse suporte no pai.”

