



## Il bimbo è nato – la famiglia si riorganizza

Le statistiche mostrano che in Svizzera, circa due terzi del lavoro non retribuito (principalmente il lavoro familiare e domestico) è svolto dalle donne. Le stesse indagini mostrano anche che è proprio dopo la nascita di un bambino che gli uomini sono meno propensi a stare a casa, lasciando la madre a fare la maggior parte del lavoro per il bambino.

Purtroppo, ci si abitua rapidamente a questi schemi, e quando il suo congedo di maternità è finito, la donna trova il suo ritorno al lavoro ostacolato da una montagna di lavoro domestico. Si tratta di dividere più equamente il lavoro retribuito e il lavoro domestico. Questo foglio informativo vi aiuterà a farlo.

Dopo la nascita di un figlio, le donne possono tornare a lavorare e, al contrario, gli uomini possono passare più tempo con i loro figli? Sì, è possibile!

Non ci sono ricette pronte. Ma **mamagenda.ch** vuole incoraggiarla a discutere la divisione del lavoro in casa con il suo partner. L'obiettivo è quello di ottimizzare questa divisione e poi implementarla.

Per iniziare la vostra discussione, rispondete semplicemente al questionario separatamente per una parte e insieme per l'altra parte (vedi allegato). Segui le istruzioni e cerca di rispondere nel modo più onesto possibile. Se imbrogiate, state attenti a non farvi beccare!

### Alcuni consigli utili per la discussione tra partner (genitori)

#### Appartatevi

Discutete dove non sarete disturbati ...né ascoltati: nelle discussioni serie, talvolta, occorre anche poter alzare la voce.

**Formulate chiaramente e distintamente le vostre richieste** il partner può tener conto delle vostre richieste solo se chiaramente espresse.

#### Pensate in grande

I bambini possono rivoluzionare tutti i vostri programmi; prevedete quindi sufficienti margini di manovra per far fronte agli imprevisti.

### Cominciate con gli aspetti più facili

Elencate dapprima le cose che funzionano e quelle la cui soluzione può essere facilmente trovata; solo dopo affrontate i problemi più spinosi.

### Procedete in ordine di preferenze

Determinate funzioni restano “sospese in aria”; annotatele – ciascuno per conto suo – su una lista, cancellandole in ordine di preferenza e ripartitevele successivamente.

### Fissate delle priorità

Per creare capacità supplementari, non potete fare altro che sacrificare qualche attività del tempo libero. Classificate in ordine di preferenza e necessità: a cosa potete rinunciare senza problemi, almeno per un tempo determinato, o di tanto in tanto?

### Non pianificate per l'eternità

I figli crescono in fretta, la situazione cambia ogni momento. Non decidete quindi per l'eternità misure da adottare per la vostra vita privata e professionale.

### Stabilite le responsabilità.

La persona che si assume un compito ne risponde interamente; l'altra, per contro, si astenga dall'elargire ogni tipo di consiglio e di fare il ritornello di come essa lo farebbe.



### **Fissate delle norme standard**

E' possibile economizzare molto tempo lasciando da parte attività inutili; le stoviglie si asciugano anche da sole e si conciliano con biancheria non stirata. Si ha pure il diritto – di tanto in tanto – di mettere sulla tavola un piatto preconfezionato.

### **Parlate con conoscenti e vicini**

Se non c'è spazio al nido, è possibile che qualcuno dei vostri conoscenti possa occuparsi del bambino?

Oppure, con genitori del vicinato è possibile occuparvi a turno dei vostri bambini? Il bambino non potrà che approfittarne, visto che avrà l'occasione di incontrare altre persone.

### **Non lasciatevi scoraggiare**

E' possibile che condividiate un lavoro che il vostro partner sa fare molto meglio; non mollate: nella vostra vita avete dovuto imparare altre cose molto più difficili rispetto allo stirare una camicia o a lavare i vetri.

### **Guardatevi intorno**

Le possibilità di aiuto dall'esterno sono numerose, ma spesso a pagamento. Riflettete bene su ciò che intendete delegare e ciò che la delega rappresenta per voi. Accettate le offerte di aiuto da parte dei vostri familiari ed amici.



## Allegato: FAIRPLAY-AT-HOME

### Un aiuto per giovani padri e giovani madri. E per coloro che desiderano diventarlo.

Desiderate avere un figlio o lo avete già. Malgrado le gioie legate alla sua presenza, la paternità e la maternità comportano anche un notevole impegno. Il bambino vuole non solo essere coccolato e intrattenuto, ma anche essere nutrito, fasciato, portato a letto. O magari vuole che trascorriate un'intera notte al suo fianco. Oltre alla normale giornata lavorativa vi attendono dunque altri compiti assai impegnativi.

Ed è proprio qui che desidera inserirsi FAIRPLAY-AT-HOME: per mostrare come fare a ripartire in modo più equo il lavoro retribuito e non retribuito, per mostrare che le donne possono esercitare la loro professione anche dopo il parto e che gli uomini possono trascorrere più tempo con i loro pargoletti.

FAIRPLAY-AT-HOME non intende affatto proporvi delle soluzioni preconfezionate, perché non ne esistono; ma vorrebbe stimolarvi a discutere insieme su come ripartire i compiti in casa, stimolarvi a trovare il giusto equilibrio e, da ultimo, stimolarvi a concretizzare i propositi nella pratica.

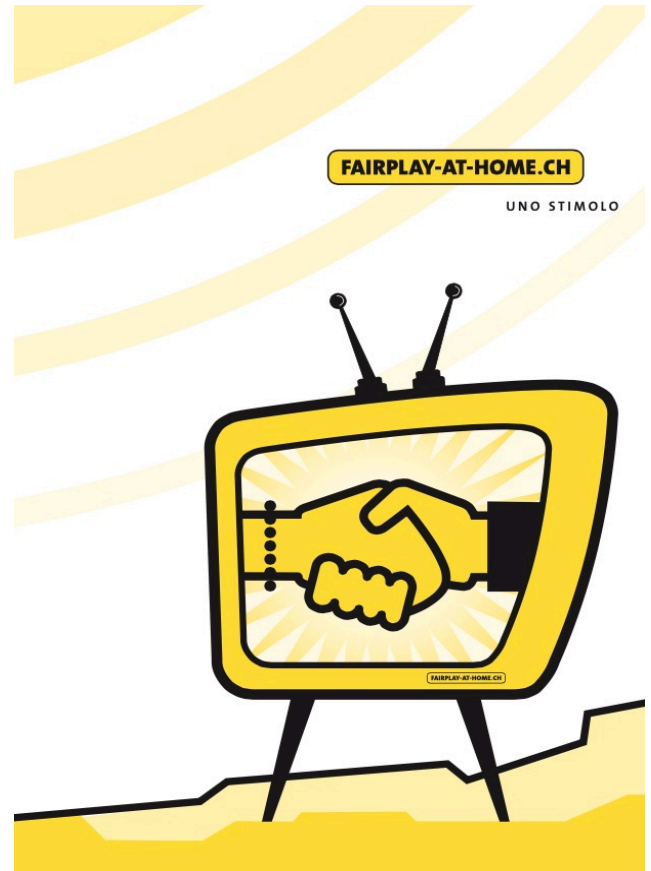
Il primo passo non potrebbe essere più facile: clicca sull'immagine per scaricare l'opuscolo!

**La pianificazione non è per sempre.** Ridiscutetelo regolarmente in base alle vostre esperienze. Pensate in grande in modo da poter incorporare anche l'inaspettato. Avete trovato una buona distribuzione?

Congratulazioni! Affiggete il questionario FAIRPLAY-AT-HOME sul frigorifero e cercate di rispettarlo. Se non state andando troppo bene con i vostri piani, parlatene insieme o ripassate l'esercizio...

Non siete riusciti a mettervi d'accordo?

È tutt'altro che facile occuparsi di un lavoro, di una casa e di bambini allo stesso tempo. Non perdetevi d'animo! Avete già fatto un grande passo discutendo questo tema difficoltoso della divisione del lavoro in



casa, condividendo i vostri desideri l'uno con l'altro e - soprattutto - riconoscendo i problemi che entrambi affrontate.

Si dice sempre che "dove c'è una volontà, c'è una via". Beh, no. A volte si ha bisogno degli altri, anche quando si è in due. Chiedete aiuto e consigli.

- ➡ Approfondimenti: [Family Score](#) di ProFamiglia Svizzera, valutazione dei datori di lavoro dal punto di vista della riconciliazione.
- ➡ Da leggere: BD d'Emma, "[Fallait demander](#)" (Album "Un autre regard 2", sul carico mentale delle donne. Edizioni Massot, in francese.