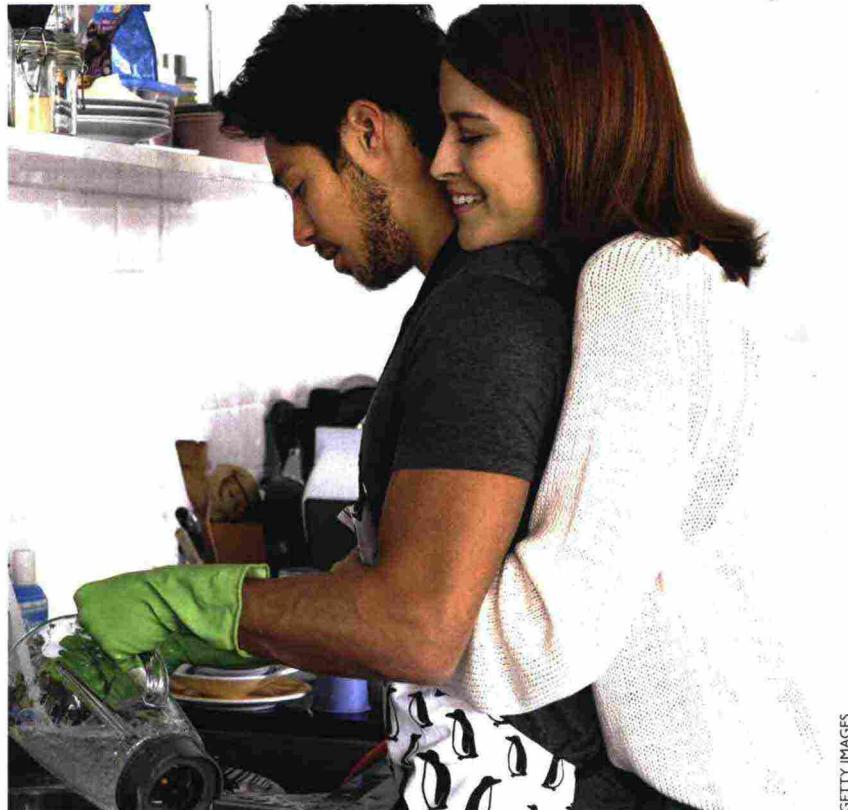


# In coppia

*Di Benedetta Sangirardi*

SMONTA L'IDEA CHE TU SIA LA REGISTA DELLA CASA E DELLA FAMIGLIA E LUI L'ASSISTENTE. RINEGOZIATE RUOLI E COMPITI. E LASCIAGLI SPAZIO QUANDO NON "SEI DI TURNO". TRE ESPERTE CI SPIEGANO COME CONDIVIDERE CON IL PARTNER L'ORGANIZZAZIONE FAMILIARE. E NON AVERE TUTTO IL CARICO SULLE NOSTRE SPALLE



GETTY IMAGES

# VUOI CHE DURI PER SEMPRE? FAGLI LAVARE I PIATTI

IL 58 PER CENTO DI UOMINI E DONNE italiani pensa che nelle faccende domestiche siano più adatte le donne (Istat). E così restiamo al palo, con il carico mentale che ci schiaccia, tra fornelli, spesa, gestione dei figli, riunioni a scuola e lavoro. È ora di far lavorare anche lui a 360 gradi nell'organizzazione familiare. I nostri alleati si chiamano: morbidezza, flessibilità, sostegno. Il binomio dunque è possibile, come ci spiegano tre esperte, e parecchio dipende da noi. Come sempre.



**CLAUDIA MANZI**  
DOCENTE DI PSICOLOGIA SOCIALE ALL'UNIVERSITÀ CATTOLICA DI MILANO



Aiutalo a ripensarsi "casalingo" quanto te

**Ha coordinato lo studio internazionale How Care per indagare su lavoro da casa e distribuzione dei compiti familiari durante la pandemia. Come è andata?**  
L'emergenza sanitaria è stata un duro colpo per i lavoratori. Dalle analisi condotte in Italia tra aprile e luglio si evidenzia un peggioramento sia per la salute mentale (in termini di stress) sia di conciliazione tra lavoro e famiglia da parte di tutti i lavoratori. Le donne sono risultate più in difficoltà, tra attività domestiche e doveri genitoriali.  
**Quali sono le radici psicologiche di questa diseguaglianza?**  
Sono profonde e si radicano in una cultura ancorata a stereotipi sui ruoli di genere. L'Istat ha documentato che ►

## In coppia

più del 30 per cento degli italiani è in accordo sul fatto che per l'uomo più che per la donna è importante la realizzazione professionale, e che gli uomini sono meno adatti a occuparsi delle faccende domestiche. Il grosso problema è che sono parecchie le donne in Italia a pensarla così.

### Ci spieghi meglio.

Molte donne tendono ancora a conformarsi, anche in maniera inconsapevole, con lo stereotipo della "donna italiana, mamma e cuoca" e vivono con grande conflitto interiore la realizzazione di identità professionale e familiare. E invece l'una non esclude l'altra. Voglio dire che per prime sono le donne a dover essere consapevoli che il ruolo "casalingo" può benissimo essere suddiviso con il partner.

### Come si fa, concretamente, a coinvolgerli?

Riflettendo insieme sui modelli di ruolo. Provando, seduti attorno a un tavolo, a ridisegnare un'organizzazione più equilibrata. Qualche esempio: se il partner non collabora chiedersi insieme perché non lo fa. Stendere una lavatrice lo mette in crisi, perché? Buttare l'immondizia invece no, perché? Perché mio marito non va alle riunioni della scuola? Perché crede non siano cose da uomini? Insomma, serve aiutare il partner a ripensarsi come uomo, con l'obiettivo di non farlo andare in tilt se si trova con l'aspirapolvere in mano.

### I giovani partner sono più collaborativi?

Solo in parte. Risulta che solo il 21 per cento delle madri tra i 45 e 55 anni, durante il lockdown, ha potuto contare sull'aiuto del partner nella gestione dei figli. La percentuale sale al 34 per cento per le madri tra i 35 e i 45 anni. Un lieve miglioramento, ma la strada da fare è ancora molto lunga.

### Educare i figli alla collaborazione è la chiave della futura equità?

Crescere in una casa dove c'è collaborazione tra generi nella gestione dei carichi familiari è un'influenza potentissima.

**Con Sara Mazzucchelli ha scritto *Famiglia e lavoro. Intrecci possibili* (Vita e pensiero editrice). Qual è l'intreccio vincente?**

Da psicologa dico che il più importante è quello che riusciamo a costruire dentro di noi, nella nostra identità. Con il sostegno del partner.

Negoziate sui vari compiti, senza usare la bilancia



CHIARA SARACENO

SOCIOLOGA E FILOSOFÀ, È UNA DELLE MASSIME ESPERTE ITALIANE DI FAMIGLIA E DIRITTI DELLE DONNE

### Professoressa, come si raggiunge l'equilibrio nella sfera familiare?

Non esiste una ricetta "magica". Per la equa redistribuzione dei compiti, tra gestione dei figli e faccende domestiche, l'aspetto più importante è non dare per scontate scelte stereotipate, su ciò che è maschile e ciò che è femminile, paterno e materno. Al contrario, la chiave di tutto è mettersi nelle condizioni di trattare, di

confrontarsi, non misurare tutto con la bilancia. Ed essere disponibili a cambiare, se si capisce che c'è troppo squilibrio, prima che questo si consolidi.

### Stabilire regole precise è un buon metodo?

Troppa rigidità fa male, ma definire chiaramente compiti e aspettative, rinegoziandole quando la situazione cambia, è utile.

### Padri affettivi con i figli, più che fattivi nella sfera casalinga?

I padri oggi sono presenti, ci sono, e la cura e l'espressione della tenerezza sono entrate a far parte della paternità, mentre si è indebolito il modello autoritario. Questo preoccupa qualcuno, che sceglie il termine derogatorio "mammo". Al contrario, io vedo molti padri che stanno "inventando" una modalità di essere insieme autorevoli e non timorosi della tenerezza e dell'intimità. Per la cura della casa, invece, il compagno o marito si pone spesso in un atteggiamento passivo e resta ad aspettare che gli si chieda di occuparsi di qualcosa.

### Che fare, allora?

Renderlo partecipe, in tutto e per tutto. Il più delle volte la donna resta sola a pensare a tutto, quasi una tendenza storica del "faccio tutto io". Ma l'inclinazione si invertirà quando le donne impareranno a fare un passo indietro, lasciando spazio all'iniziativa dell'altro, senza rifare subito o giudicare negativamente le cose che ritengono malfatte. Se non desiderano che l'altro sia un mero esecutore di ordini, occorre accettare sia ►

**Basta con il "faccio tutto io". Solo se fai un passo indietro lui può IMPARARE a destreggiarsi (con i suoi tempi e i suoi modi)**

## In coppia

l'autonomia sia i tempi di apprendimento. Anche perché non è detto che i propri standard siano sempre i migliori. Altrimenti l'altro ha buon gioco a lasciare sia la responsabilità sia l'esecuzione a chi si pone come l'unica competente in materia.

### **Una buona politica di conciliazione lavoro/famiglia per gli uomini può essere determinante?**

Certo. Perché gli uomini vengano percepiti e si percepiscano come soggetti che devono conciliare responsabilità familiari (anche di lavoro familiare, non solo di procacciamento di reddito e di un po' di presenza) e lavorative. Ma occorre anche un cambio culturale diffuso: tra gli uomini e le donne, nel costruirsi come coppia, tra i datori di lavoro, gli insegnanti, in tutti i contesti in cui si definisce e costruisce la "normalità" maschile e femminile.

**Scrivete insieme le vostre regole**



**SVEVA MAGARAGGIA**  
DOCENTE DI  
SOCILOGIA  
DELLA FAMIGLIA  
ALL'UNIVERSITÀ  
BICOCCA DI  
MILANO



**Come si dà una svolta all'idea che le donne debbano occuparsi di tutto?**  
Intanto dicendo una volta per tutte alle donne ma anche agli uomini che si tratta di uno stereotipo, e quindi una visione distorta e semplificata della realtà, che ci imbriglia, ci blocca e limita la possibilità di cambiare. Il fatto che la donna sia la regina della casa, tra pulizie e gestione dei figli, è culturalmente cosa diffusa e che appare normale, ma non ha nulla di naturale.

### **Come si fa, praticamente?**

Smontando l'idea che ci sia la regista (la donna) e l'aiutante (l'uomo), aspetto presente in tutte le nostre ricerche sulle famiglie. Non funziona così. Ma ci si siede attorno a un tavolo e si dice: ci sono queste dieci attività, tu sei il regista di queste cinque, io delle altre cinque. Si chiama suddivisione dei ruoli, non dei compiti.

### **Un discorso da fare al primo incontro, subito dopo aver ordinato l'aperitivo...**

Già da quando la relazione inizia a essere stabile serve gettare la base della condivisione quotidiana, seppur nella fase iniziale dell'innamoramento di per sé è irrazionale. Consiglio alle donne uno

sforzo di razionalità che permetta di scappare dallo stereotipo di donna, madre, crocerossina. Le regole vanno scritte subito: dobbiamo darci da fare in due, in casa si lavora in due. Solo così possono garantirsi un futuro migliore delle loro madri e nonne.

### **Ma qualcosa sta cambiando?**

Molto poco. C'è ancora parecchio disequilibrio nel lavoro domestico non retribuito, parliamo di tre ore di differenza a discapito delle donne. Semmai stanno cambiando i padri, che si dedicano molto di più ai figli di un tempo. Confido nelle nuove generazioni, riusciranno ad abbattere parecchi stereotipi casalinghi.

### **Come si educa un figlio maschio per un futuro di reale collaborazione?**

Con il gioco dello specchio. Chiedendo loro che cosa vedono. Che cosa fa la mamma? E il papà? La loro "testimonianza" ci dirà se in casa c'è equilibrio oppure se qualcosa va cambiato. E poi, banalmente, mettendogli una mazza in mano o lo straccio per spolverare. E la tavola si apparecchia a turno, perché tutti fanno tutto. Regalate ai bambini pentole e fornelli perché da grandi preparino la cena, senza diventare omosessuali come, ahimè, in troppi pensano. Ma, soprattutto, ai figli maschi non si deve dire mai, mai, non piangere e non fare la femminuccia.

### **L'uomo che si sostituisce alla donna in casa è la soluzione per la parità?**

Non direi, è la condivisione e non la sostituzione la chiave della parità. Sei stanca e non hai voglia di cucinare? Ok, faccio io. O magari ordiniamo una pizza. Fare la spesa ti piace perché scegli i prodotti che ti piacciono di più? Va bene così. Le differenze sono un valore aggiunto, fino a quando non diventano diseguaglianze.

### **Quali sono altre azioni concrete da mettere in atto per ridistribuire al meglio i compiti familiari?**

Paternità obbligatoria di sei mesi, perché i padri, alla stessa maniera delle madri, devono avere il tempo di entrare nel nuovo ménage familiare, imparare e vincere le paure. E corsi pre-parto in cui si insegni a fare i genitori. Dobbiamo prendere la patente per guidare la macchina, e nessuno ci insegna come si diventa padri e madri? F

**L**a suddivisione dei ruoli va fatta all'**INIZIO** della relazione. Dicendosi: tu sei il regista di queste cose, io di queste altre