



SUDDIVISIONE DEI RUOLI IN FAMIGLIA

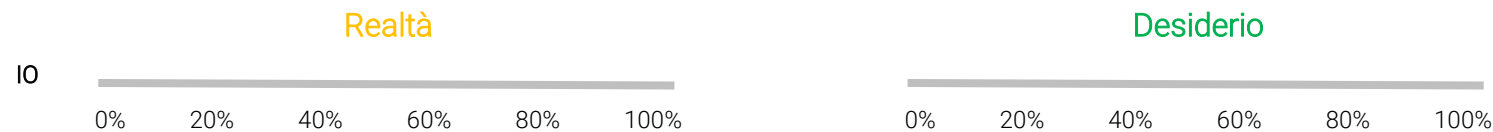
La ricetta magica per una buona conciliabilità vita-lavoro? Non esiste! Ognuno di noi deve trovare la soluzione che si adatti meglio alla sua situazione familiare e lavorativa.

Le soluzioni inoltre possono cambiare nel tempo in base a vari fattori, come per esempio la situazione lavorativa, gli interessi personali e l'età dei bambini. Gli aiuti esterni alla famiglia (es. nonni, asili nidi, centri diurni o extra scolastici etc.) e la flessibilità concessa dal datore di lavoro (es. lavoro da casa, orari flessibili, congedi etc.) giocano sicuramente un ruolo di fondamentale importanza per la famiglia ma, da soli, non sono sufficienti. Avere una buona conciliabilità vita-lavoro implica anche un'equa suddivisione dei ruoli all'interno della famiglia, in particolare della coppia.

Ti invitiamo a svolgere il seguente sondaggio e a proporlo anche al/alla tuo/a partner (pagina 3)... sarà un'ottima occasione per discutere dei risultati ottenuti e per iniziare un dialogo costruttivo che vi aiuti ad essere più sereni.

1. Come vi suddividete i ruoli domestici all'interno della coppia?

Per ruoli domestici s'intendono la responsabilità, gestione e mantenimento delle attività quotidiane (pulizia e organizzazione, spesa e menu settimanale, preparazione dei pasti, bucato, manutenzione casa / giardino / auto, gestione burocrazia e finanze, cura animali domestici, organizzazione impegni familiari ecc.).



2. Come vi suddividete i ruoli educativi all'interno della coppia?

I ruoli educativi si riferiscono alla responsabilità di guidare, insegnare e sostenere lo sviluppo intellettuale, sociale ed emotivo dei membri della famiglia (educazione formale e informale, attività educative e ricreative per i bambini, aiuto nei compiti, partecipazione a colloqui, sviluppo delle competenze di vita, ecc.).





3. Come vi suddividete le **attività di cura** all'interno della coppia?

I ruoli di cura comprendono una serie di attività che mirano a soddisfare i bisogni di base (fisico, emotivo e psicologico) e a promuovere il comfort e il supporto reciproco tra i membri della famiglia (cura fisica, supporto emotivo, assistenza nei momenti di malattia, badare ai bambini, accompagnamento a visite mediche ecc.).



Realtà I tuoi risultati della tua percezione combaciano con quelli del/la tuo/a partner?

Se così non fosse, ascoltatevi l'un l'altra per comprendere meglio cosa intendete. Le attività di cura, educative e i lavori domestici, non sono sempre così facili da vedere, identificare e su cui confrontarsi. Abbiate cura del dialogo, mentre lo affrontate 😊.

Desiderio Una volta chiarita la realtà, ecco la prossima sfida, come rispondere ai desideri di entrambi i partner? Qui, entrano in gioco gli aiuti esterni (nonni, amici, scambio accudimenti con altri genitori, mamme diurne, asili nido, ecc.). Non trascurabili sono anche le convinzioni che è bene chiarire a se stessi e all'interno della coppia (i bambini hanno più bisogno della mamma, un bravo papà ..., una brava mamma..., ecc.)

Vi auguriamo un buon e amabile dialogo!

Non sei soddisfatto del tuo equilibrio vita privata-lavoro? Esplora la pagina [RISORSE](#) e trova tanti consigli interessanti.

Sito web: www.profamiliasvizzeraitaliana.ch/famiglie/risorse

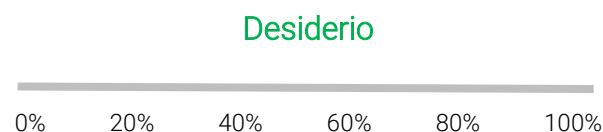
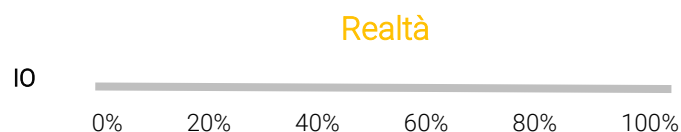




DA FAR COMPILARE AL/ALLA PROPRIO/A PARTNER:

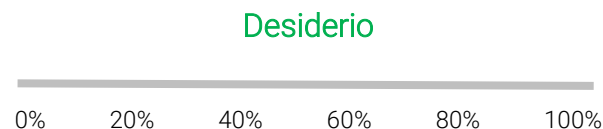
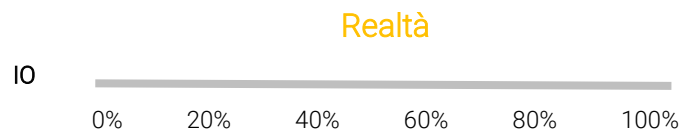
1. Come vi suddividete i **ruoli domestici** all'interno della coppia?

Per ruoli domestici s'intendono la responsabilità, gestione e mantenimento delle attività quotidiane (pulizia e organizzazione, spesa e menu settimanale, preparazione dei pasti, bucato, manutenzione casa / giardino / auto, gestione burocrazia e finanze, cura animali domestici, organizzazione impegni familiari ecc.).



2. Come vi suddividete i **ruoli educativi** all'interno della coppia?

I ruoli educativi si riferiscono alla responsabilità di guidare, insegnare e sostenere lo sviluppo intellettuale, sociale ed emotivo dei membri della famiglia (educazione formale e informale, attività educative e ricreative per i bambini, aiuto nei compiti, partecipazione a colloqui, sviluppo delle competenze di vita, ecc.).



3. Come vi suddividete le **attività di cura** all'interno della coppia?

I ruoli di cura comprendono una serie di attività che mirano a soddisfare i bisogni di base (fisico, emotivo e psicologico) e a promuovere il comfort e il supporto reciproco tra i membri della famiglia (cura fisica, supporto emotivo, assistenza nei momenti di malattia, badare ai bambini, accompagnamento a visite mediche ecc.).

