

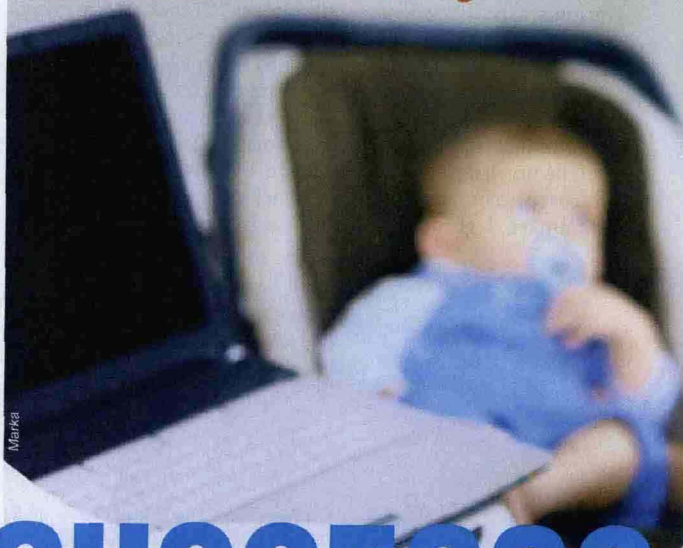
di Achille Perego

Società

Tra casa, famiglia e lavoro, sembra che per riuscire a far tutto, e bene, il tempo proprio non basti. Ma le donne, lo ha rilevato una recente ricerca della **Camera di Commercio** di Milano, riescono, quasi con un miracolo, ad allungare la giornata. Come? Associando nel 92% dei casi (contro l'83% degli uomini) più occupazioni nello stesso tempo. Il luogo ideale per mettere in pratica questa strategia è il posto di lavoro, visto che quasi il 60% delle donne ammette di sfruttare come minimo telefono e computer in contemporanea. A seguire viene la pausa pranzo, che per 1 signora su 10 (ben il doppio dei colleghi) è anche un momento di lavoro. Insomma, la giornata delle donne sembra durare 27 ore: parlare al telefono e intanto lavorare al computer, mangiare e lavorare insieme, vestirsi e cucinare ascoltando

4% degli ambasciatori, il 15% dei prefetti, il 12% dei primari e il 17% dei professori universitari. E addirittura quasi il 27% delle donne lascia il lavoro dopo il primo figlio dando l'addio ai sogni di successo nel lavoro. Ma essere vincenti nella vita non significa solo fare carriera, avere un ricco stipendio o (come va tanto di moda) diventare in qualche modo un personaggio televisivo. Amore, famiglia e amici, lo dice più di un sondaggio tra i giovani, restano sempre al primo posto. Certo, anche nel mondo degli affetti, non mancano le sconfitte. L'importante, come hanno scoperto due ricercatori americani (Earl Miller del *Mit* e Mark Histed di *Harvard*) è imparare proprio dalle sconfitte e sapere che i nostri neuroni hanno una loro personalissima memoria. E più abbiamo successo, più si allenano per ottenerne un altro...

Sono tante coloro che riescono a coniugare famiglia e lavoro e a occupare posti di rilievo. Ma si può essere vincenti nella vita anche dedicandosi alla casa e ai figli...



Quando il SUCCESSO

do le notizie o, ancora, smaltire il lavoro arretrato nel week end, fa sì che ciascuna di loro riesca a mettere da parte in media 3 ore in più al giorno, una in più rispetto agli uomini.

LA STRADA, PERÒ, È ANCORA IN SALITA

Tanto lavoro, però, non sembra sempre bastare per avere successo nella vita. Perché non è facile coniugare famiglia e lavoro e ancora più difficile è conquistare posti di prestigio e di responsabilità. Il tasso di occupazione femminile resta ancora inferiore del 22% a quello maschile e anche in fatto di retribuzioni rimane una differenza in busta paga di circa il 20%. E se le donne hanno ormai superato gli uomini sul fronte degli studi (la quota di donne diplomate è superiore dell'1,7% e addirittura del 28% nelle università) ai vertici delle aziende (soprattutto quelle pubbliche) e delle professioni sono ancora poche. Appena il

La testimonianza

Una manager di successo. Consulente per le grandi multinazionali e responsabile per anni di progetti internazionali di sviluppo delle risorse umane, change management, marketing strategico e comunicazione. «Per un po' ho vissuto come il George Clooney del film *Tra le nuvole*, in viaggio da un aeroporto all'altro, con nel portafoglio le carte oro e platinum...». Far carriera, racconta la quarantenne **PAOLA POLI**, è eccitante. Si è gratificati dai riconoscimenti, dai premi economici. Ma il successo di una donna non si misura solo con il lavoro. Dipende dalle attitudini e dagli obiettivi personali. Ed è scandito anche dai tempi della vita. Così viene

il momento, come ha fatto lei, di rinunciare un po' ai ritmi stressanti della carriera per dedicarsi alla famiglia e ai figli (2 splendide bambine). Ma, con una laurea in Psicologia con una tesi sulle strategie di cambiamento e tanti anni d'impegno nel valutare le risorse umane, tanto da presentare un articolato program-

ma di supporto alle donne manager per l'**Aidai, Associazione lombarda dirigenti industriali**, Paola ha deciso di scattare una fotografia delle donne fatta di dati e storie vere che possa aiutare sia chi sta facendo carriera sia chi si affaccia sul mondo del lavoro. È nato così il libro **Donne che cambiano - Carriera, famiglia, qualità della vita: dati e storie vere** (FrancoAngeli, 14 €). Ma a che punto è questo cambiamento delle donne?

«Negli ultimi anni il cambiamento ha subito un'accelerazione rispetto al passato nel mercato del lavoro per le donne - esordisce Paola. - Ma questo grande cambiamento è stato comunque inferiore rispetto a quello che è avvenuto all'estero. Nel 2000 la quota di donne dirigenti in Italia era del 10%. Oggi si è raddoppiata al 20%. Ma in Francia, Germania, Stati Uniti siamo oltre il 40%. Questo significa che gli altri sono stati più bravi di noi».

Quindi, in Italia c'è ancora molto da fare per la parità uomo-donna rispetto al lavoro e alla carriera?

«Se le donne dirigenti non sono più come una volta una mosca bianca, esistono ancora condizioni di lavoro e fattori culturali che penalizzano le donne che vogliono e devono co-



I CONSIGLI DEL LIFE COACH

Vuoi avere successo nella vita? Chiedi aiuto al tuo coach. Nato all'inizio degli anni Novanta negli Stati Uniti, il *life coaching* si sta sviluppando anche in Italia. E vede sempre più allenatori (psicologi e psicoterapeuti) far crescere i propri campioni. Che poi sono i clienti (aziende o privati) che cercano, con un allenamento personale e professionale, di essere vincenti nella vita. «Un coach è un libero professionista che si occupa di essere l'allenatore che prepara una persona ad aver successo», racconta **Laura Cuttica Talice**.

Laura è stata una delle prime coach italiane a prendere a Genova la **Evergreen International** (www.nlp-evergreen.com) in cui lavora con Marialaura Oddone per fare da coach in Italia e all'estero (collegandosi anche via computer con Skype e web-cam) a chi vuole diventare un campione. L'importante è affidarsi al coach giusto (meglio se iscritto all'**International coach federation**, (www.coachfederation.org o www.icf-italia.org), con una preparazione professionale e non, come succede in tutte le nuove attività, a qualche allenatore improvvisato...

«Il coach - spiega Laura Cuttica - firma un contratto con il proprio cliente e stabilisce il numero di incontri per cercare di risolvere i suoi problemi

in ben 12 aspetti della sua vita: la famiglia, la carriera, il denaro, la casa, gli amici, le relazioni, il divertimento, la salute, l'aspetto fisico, la crescita personale, lo sviluppo spirituale e la disponibilità verso gli altri. E cerca di risvegliare le abilità che pensa di non avere più. Lo affianca e lo facilita nella strada verso il successo».

Ma come si misura il successo nella vita?

«Non è indispensabile diventare milionari o personaggi da copertina delle riviste. Tutti possono sentirsi realizzati nella vita, a prescindere dalla professione, dalla scala sociale. Fondamentale è avere fiducia in se stessi e saper comunicare con gli altri. Essere sicuri e competenti in quello che si fa».

Da che cosa si deve partire per diventare delle campionesse?

«Bisogna vedere quello che non si vede e modificare gli atteggiamenti sbagliati, volersi bene e avere stima di se stesse. Purtroppo è più facile mettersi a dieta per avere un aspetto fisico migliore che non cambiare profondamente dentro di noi. E dimostrare, questa è la cosa più importante, sempre un aspetto positivo verso la vita. Guardare sempre il lato positivo di quel che ci succede attorno è il primo passo per costruire una vita di successo».



è donna

niugare lavoro e famiglia. Allarma, infatti, sapere che ancora oggi oltre il 20% delle mamme lascia il posto di lavoro dopo la nascita del figlio e che 7 donne su 10 pensano che la maternità sia un ostacolo alla carriera. Se andiamo avanti così, altro che crescita zero!».

Eppure, all'inizio, le donne sembrano più brave, più competenti dei maschi...

«È vero. Basti pensare che oggi il 60% dei laureati sono donne. Ma spesso, anche le donne di successo si arrestano di fronte alla nascita dei figli, hanno un rallentamento o un vero e proprio arresto nella carriera».

Insomma, coniugare il successo in famiglia e quello sul lavoro non è facile.

«La realtà è un po' a macchia di leopardo. Da una parte ci sono donne che riescono, attraverso negoziazioni e soluzioni creative, a essere mamme e manager, dall'altra tante che lasciano dopo la nascita del figlio. Per una vera parità bisognerebbe modificare il mondo del lavoro introducendo quella flessibilità, soprattutto di orari, che esiste già in molti altri Paesi dove, per esempio, è più diffuso anche il lavoro da casa. Bisogna cambiare una cultura aziendale che impone, magari inutilmente, di restare fino a tardi la sera. È chia-

ro che se devi rimanere fino alle 21 in ufficio, e a casa ci sono i bambini che ti aspettano per la cena, è difficile essere una buona madre e una buona manager».

Il successo di una donna però non si misura solo sulla carriera...

«Certamente. Il grande cambiamento che c'è stato per le donne in questi anni è che oggi, rispetto al passato, hanno davanti moltissime possibilità di scelta: carriera, interessi artistici o culturali, politica. Ma poter fare tutto richiede oggi a una donna una maggiore consapevolezza dei propri obiettivi, delle proprie inclinazioni. Perché all'aumento delle possibilità di scelta non è corrisposto un maggiore livello di felicità, come è emerso da una ricerca americana. Anzi, molte donne che inseguono i miti della carriera, della super efficienza, del successo nel mondo dello spettacolo, scoprono che questa vita non è adatta e subiscono una forte stress. Per questo il consiglio è capire fin da subito le proprie potenzialità e attitudini per disegnare un percorso di vita che ci renda felici. Per una donna viaggiare continuamente, avere la responsabilità di guidare team di lavoro o presentare progetti da milioni di euro può essere il

massimo della vita, per un'altra, che invece preferisce la famiglia e restare nella sua città, può diventare un incubo! Del resto, in America, dove sono sempre un po' più avanti di noi, hanno scoperto che il livello di felicità delle donne non è migliorato con i successi sul lavoro rispetto a quando si dedicavano solo alla famiglia e ai figli. Per questo bisogna stare attente a scegliere i percorsi che vanno bene per noi e non quelli di moda. A chi si sente pronta per la carriera, consiglio di frequentare corsi di formazione e di confrontarsi con gli altri colleghi per acquisire quelle capacità di leadership e di comunicazione che permettono di avere successo nel lavoro».

Un'ultima domanda: secondo lei, la bellezza può essere un vantaggio?

«Direi che è più un elemento da gestire perché può comportare sia situazioni positive, in quanto la bellezza ben dispone, sia negative. Basti solo pensare al fatto che, se sei bella, aumentano i tentativi di seduzione, le battutine, le chiacchiere, mentre quello che è importante è il contributo che sei in grado di dare. Nelle aziende meritocratiche se alla fine sei affascinante ma non porti risultati, essere bella non fa fatturato!».