

---

## La parità nella coppia

**Autore:** Serena Scotto d'Abusco

**Fonte:** Città Nuova

**Trovare un equilibrio non consiste nel dedicare lo stesso numero di ore a fare una determinata attività, bensì condividere il peso delle fatiche quotidiane in modo che non ricadano in maniera disuguale su un solo membro nella coppia**

Monica e Gianni sono sposati da 5 anni e dopo la nascita del primo figlio **è iniziato un lungo periodo di crisi coniugale causata principalmente dalla gestione della vita quotidiana**. Monica è convinta che Gianni si dedichi solo al lavoro collaborando pochissimo all'interno dell'ambiente domestico. Gianni dal canto suo ritiene già di fare molto, sente di dare già il massimo e non riuscirebbe proprio a trovare il tempo di fare altro. Delega alla moglie la totale gestione della quotidianità ed è più presente esclusivamente nel weekend. Monica dal canto suo, ha dovuto limitare molto la propria attività professionale per poter gestire la famiglia e questo, unito al fatto che spesso si sente sola nella vita quotidiana, le crea rabbia e frustrazione. **Entrambi si trovano sconfortati e stanchi a causa delle continue litigate e del clima di tensione che oramai caratterizza gli unici momenti in cui trascorrono del tempo insieme la sera**. I ruoli e le funzioni che ciascuno svolge all'interno della propria famiglia e della propria coppia sono il risultato di **lunghi processi di adattamento tra vari fattori**. La nostra storia familiare, la storia familiare del partner, le idee attuali che si sono sviluppate nel processo di crescita, il contesto sociale a cui si appartiene, le contingenze della vita, sono tutti elementi che determinano il nostro essere più o meno attivi all'interno dell'ambiente domestico, lavorativo, relazionale e così via. In passato all'interno di una famiglia i ruoli erano molto più distinti e ben definiti: l'uomo si occupava del sostentamento economico e la donna dell'accudimento dei figli e di tutto quello che concerneva la vita domestica. Attualmente la situazione è gradualmente mutata. Oggi, infatti, anche le donne studiano, si formano per tanti anni ed è possibile che insieme al desiderio di creare una famiglia sviluppino anche il desiderio di gratificarsi da un punto di vista professionale, sociale, ecc. Dal canto loro gli uomini hanno riscoperto la possibilità di poter essere più presenti della vita dei figli, di poterne condividere gioie e dolori, di poterci giocare, cambiare un pannolino, accudirli senza essere scambiati per "mammi" **ma solo per la gioia di sviluppare nuove sfaccettature del proprio ruolo di padre**. Ancora però può capitare di trovarci dinanzi a situazioni in cui questa **collaborazione "alla pari"**, non sia di facile accesso soprattutto laddove la società non facilita un tale processo di transizione. Si pensi, ad esempio, ai giorni che un padre può concedersi da un punto di vista lavorativo per accogliere l'arrivo di un nuovo figlio: solo dieci (tra l'altro aumentati solo di recente). Questo ed altri condizionamenti che a livello sociale faticano a mutare, non contribuiscono a creare un clima in cui ciascun partner possa svolgere al meglio delle proprie possibilità il proprio ruolo di padre o di madre in base a quello che più si avvicina alla propria natura. Bisogna sottolineare che **non esiste un modello standardizzato che ci dà indicazioni su chi dovrebbe fare cosa in una famiglia**. È ciascuna coppia che soprattutto dinanzi a situazioni nuove, come ad esempio l'inizio di un nuovo lavoro o l'arrivo di un figlio, deve comprendere come poter al meglio condividere le responsabilità quotidiane, affinché il carico non pesi eccessivamente su uno dei due. Condividere le responsabilità quotidiane spesso non significa il fare praticamente insieme le cose, **ma piuttosto il dividerne il carico mentale che quella gestione comporta**. Organizzare il planning settimanale incastrando babysitter, scuola e attività ludiche, condividere idee su regole da applicare, e così via. Oppure sostenersi emotivamente, poter condividere la frustrazione che si è vissuta nel corso della giornata, prevedere momenti di svago sia individuali che di coppia per ricaricare le batterie, oppure a volte semplicemente **porsi come un luogo sicuro in cui l'altro possa anche solo "lamentarsi"**. Queste sono tutte cose che possono rafforzare il sentimento di essere una coppia che lavora per lo stesso obiettivo e non due individui

---

separati che proseguono su binari paralleli. È necessario dire, inoltre, che spesso **i ruoli eccessivamente rigidi sono un qualcosa che incatena e poco tiene conto dei reali bisogni individuali di ciascuno**. Non è obbligatorio cucinare entrambi o pulire entrambi la casa affinché ci sia parità. La parità non è misurabile in base al numero di ore che si trascorre a lavoro oppure a casa a badare ai figli. **È necessario piuttosto aiutarsi vicendevolmente, chiedersi «come posso rendere felice il mio compagno?»**; «come posso condividere il peso quotidiano?», ecc. Essere *pari* nel senso di essere una squadra, puntare alla creazione di un dialogo attivo e costante che miri ad una reale condivisione ed al creare uno spazio in cui poter essere autentici nell'ascoltare sé stessi e l'altro.