

Claudia Porta

La mia mamma sta con me

Conciliare famiglia e lavoro
grazie a Internet



Il leone verde

Claudia Porta

La mia mamma sta con me

*Conciliare famiglia e lavoro
grazie a Internet*



Il leone verde

A mia madre che mi ha insegnato, attraverso l'esempio, che nella vita tutto è possibile.

Ringraziamenti. Alle amiche della rete che mi hanno aiutata, sostenuta e consigliata in questi anni: Sara Dania, Marta Puglia, Chiara Iacomuzio, Barbara Damiano, Daniela Celli, Gloria Rossi. A mio marito e ai miei figli, che mi hanno concesso lunghe ore da dedicare al lavoro.

In copertina: l'Autrice con le figlie Gloria e Chiara. Foto di Alessio Quartaroli.

ISBN: 978-88-6580-026-3

© 2011 Tutti i diritti riservati

Edizioni Il leone verde

Via della Consolata 7, Torino

Tel. 0115211790 fax 01109652658

leoneverde@leoneverde.it

www.leoneverde.it

www.bambinonaturale.it

Indice

INTRODUZIONE	6
I. MAMME E LAVORO	12
<i>La nostra storia</i>	12
<i>Perché imbarcarsi in questa avventura?</i>	17
<i>Lavorare da casa: pro e contro</i>	17
<i>Il coworking</i>	23
<i>Trovare un'idea</i>	23
<i>Il momento giusto</i>	24
<i>Valutare le proprie capacità</i>	24
<i>Trovare i fondi</i>	25
<i>Il regime dei minimi</i>	27
<i>Lasciare il posto fisso</i>	28
<i>Ingrandirsi: sì o no?</i>	29
<i>Il progetto d'impresa (o business plan)</i>	30
<i>Il vostro business plan</i>	31
<i>Requisiti</i>	33
<i>Il vostro prodotto (o servizio)</i>	35
<i>Il nome e l'immagine della vostra azienda</i>	37
<i>Vendere le proprie creazioni</i>	39
<i>Iscrizione alla SIAE</i>	40
<i>Promuovere la propria attività in rete</i>	44
II. TROVARE LA PROPRIA STRADA	46
<i>Liberare la creatività</i>	46
<i>Dare voce al bambino interiore</i>	47
<i>Lavorare con passione</i>	48
<i>Il segreto del successo? Essere felici</i>	49

<i>Chi siete e dove andate</i>	50
<i>Trovare il tempo</i>	52
<i>No al senso di colpa</i>	53
<i>Consigli pratici</i>	53
<i>Conciliare casa e lavoro</i>	56
<i>La nostra giornata</i>	57
<i>Obiettivi e priorità</i>	62
<i>Mantenere la concentrazione</i>	65
<i>Ottimizzare la produttività</i>	66
<i>La routine del mattino</i>	69
<i>La routine della sera</i>	70
<i>Conciliare il sonno</i>	72
III. UN PREZIOSO ALLEATO: LA RETE	73
<i>Creare un blog</i>	73
<i>Trovare l'ispirazione</i>	78
<i>Come iniziare</i>	81
<i>Feed e feed reader</i>	90
<i>HTML, CSS, XML</i>	90
<i>Farsi conoscere</i>	91
<i>Gli aggregatori</i>	91
<i>Essere mamme: una marcia in più</i>	92
<i>Mamma blogger: hobby o professione?</i>	93
<i>Monetizzare il proprio blog</i>	97
<i>Blog e pubblicità</i>	101
<i>Mamme e marketing</i>	102
<i>I social network</i>	103
<i>La netiquette</i>	109
<i>Le statistiche</i>	110
<i>Il posizionamento</i>	111
<i>I giveaway</i>	114
<i>I guest post</i>	116
<i>Le interviste</i>	117
<i>Le immagini</i>	117
<i>Come scattare belle foto</i>	119
<i>I video</i>	125

<i>Dal blog alla carta stampata</i>	129
<i>Concorrenti o alleati?</i>	131
<i>Attenzione alla dipendenza da computer</i>	133
<i>Autopromozione</i>	134
<i>In rete, l'unione fa la forza</i>	135
<i>Conclusione</i>	136
IV. INTERVISTE	137
Jolanda Restano	137
Gloria Rossi	140
Manuela Figlia	144
Emanuela Cerri	148
Alessia Gribaudi Tramontana	152
Daniela Sacerdoti	155
Sylvie Damey	159
LINK UTILI	164
GLOSSARIO WEB	166
BIBLIOGRAFIA	168
INDICE	169

Il tasso di abbandono della vita professionale dopo la nascita del primo figlio in Italia è del 27% circa. Non sempre si tratta di una scelta soddisfacente. Molte mamme vorrebbero continuare a contribuire al bilancio familiare senza per questo dover rinunciare ad accudire il proprio bambino.

Ma siamo sicure che, con un po' di immaginazione, questo non sia possibile?

INTRODUZIONE

Un tempo c'era la famiglia. Nonne, zie, cugine, vicine di casa. Tutti si riunivano intorno alla neomamma e crescere un figlio era un'impresa collettiva. Se in alcuni contesti questo avviene ancora, nei Paesi occidentali le mamme sono oggi sempre più spesso isolate. Di fronte al nuovo compito, che si prospetta in genere molto più difficile del previsto, si sentono sole e inadeguate. In alcuni casi la stanchezza e il senso di colpa hanno la meglio, e si sprofonda nella depressione.

Ma le nuove mamme hanno scoperto in rete un nuovo modo di confrontarsi, confortarsi, consigliarsi e sostenersi a vicenda. Migliaia di mamme interagiscono ogni giorno attraverso il web, e per alcune questo nuovo mondo si è trasformato in professione: un modo inaspettato per conciliare famiglia e lavoro.

Secondo il sito canadese “Mommy Moment” le mamme blogger contribuiscono a migliorare lo stato di benessere generale di altre madri, donne, famiglie in giro per il mondo. Trasmettendo sostegno, positività, idee creative e consigli utili aiutano a migliorare la salute altrui.

“Le donne di tutto il mondo sono connesse tra di loro come non è mai successo prima d’ora. Secondo la Organizzazione Mondiale della Sanità la salute non è esclusivamente l’assenza di malattia, ma è uno stato di benessere fisico, mentale e sociale.

Le mamme blogger sono presenti e amorevoli. Che sia un tweet, un aggiornamento di stato o un post dedicato a qualcuno che sta attraversando un momento difficile, esse sono attive, disponibili, pronte all’ascolto. Ogni

giorno condividono esperienze, dolore, frustrazione, problemi economici o di salute, ansia, senso di inadeguatezza di fronte alle sfide della vita di tutti i giorni. Ma anche gioia, amicizia, incoraggiamento, supporto, testimonianze e appoggio.

Se gli scambi sono virtuali, gli stati d'animo sono reali e reale è il sostegno che le mamme si offrono a vicenda. In molti casi il sostegno delle "colleghe" ci fa sentire supportate e aiuta a ritrovare la fiducia in sé, contribuendo al benessere personale.

In rete le mamme trovano sostegno e supporto. Trovano altre mamme che affrontano ogni giorno i loro stessi dubbi, le loro stesse difficoltà. O mamme che ce l'hanno fatta, che hanno superato la crisi e raggiunto obiettivi che credevano impossibili. O ancora si affacciano ad un mondo nuovo, a nuove attività che permettono di evadere, di sentirsi realizzate e chissà, un giorno, di inventarsi un nuovo mestiere.

Le mamme blogger condividono in rete. Le mamme sono piene di passione e questo traspare dai loro scritti. Trasmettono emozioni attraverso strumenti freddi come uno schermo e una tastiera. Infrangono i tabù e affrontano temi come malattia, depressione, disciplina, dieta, fede, allattamento, educazione, finanze e molti altri.

Le mamme condividono ciò che amano. Che si tratti di un prodotto, una ricetta, un servizio, un ristorante, un articolo. Attraverso i loro blog, i social network, i forum e le community le mamme si fanno sentire. Le mamme si ascoltano a vicenda. Ora iniziano a capire che la loro voce può fare la differenza. Le aziende iniziano a prenderle sul serio perché sanno che le mamme sono affidabili e che delle mamme ci si fida.

Le mamme della rete sono sveglie, dinamiche, ambiziose, creative, empatiche, affidabili. Si offrono sostegno a vicenda e condividono le loro esperienze.

(Testo liberamente tratto dal sito www.mommymoment.ca)

Secondo Katherine Ellison¹ la maternità ci permette di sentirci particolarmente vicine alle altre madri. Attraverso questa esperienza comune e così intensa, sentiamo tra noi un profondo legame. Le neomamme cercano spesso il sostegno di altre madri, magari più esperte di loro; questo avviene nella vita reale ma oggi anche in rete. E il fatto di ammettere le proprie debolezze e di affidarsi a qualcun altro è la base per amicizie profonde.

Come spesso accade anche in questo caso “l’unione fa la forza” e le donne si aiutano a vicenda per diventare persone e madri sempre migliori. La rete delle mamme non è quindi solo un posto in cui circolano pettegolezzi e consigli per gli acquisti ma un vero e proprio punto di incontro nel quale trovare aiuto e sostegno nei momenti di difficoltà o condividere le gioie più grandi.

A differenza dei “vecchi” media (giornali e TV) la rete è democratica. Il web dà voce a tutti e attraverso i blog ciascuno può dire la sua. Tutti hanno la possibilità di esprimersi e di farsi notare. Senza scorciatoie, senza raccomandazioni. In rete ciò che conta è il valore. Un altro aspetto positivo dei blog è che sono interattivi. Permettono e incoraggiano il confronto.

Ciao Claudia, sono Antonella, un’assidua frequentatrice del tuo blog “la casa nella prateria”, mamma di un bambino splendido, moglie (8 anni di matrimonio oggi), sognatrice. Una donna che cerca una speranza e un incoraggiamento.

Ti chiederai perché ti sto scrivendo e in effetti pare strano anche a me dal momento che non ci conosciamo ma leggendo ciò che hai scritto ho trovato tanto di me ma soprattutto ho trovato quello che io non ho il coraggio e forse la possibilità di fare!! Vedi, vorrei che qualcuno potesse affermarmi che nella vita “volere è potere” e che se veramente si desidera qualcosa questa cosa viene a noi e vorrei che qualcuno mi dicesse che ognuno di noi ha la vita che vuole!! Sono una ragazza che ha fatto tanta strada con la propria forza, ma ancora non mi sento a posto... sono insoddisfatta, a volte

1 Katherine Ellison, *The Mommy Brain*, trad. it. *Il cervello delle mamme*, Rizzoli 2011.

perfino depressa perché nella vita ho sempre dovuto arrangiarmi, arrancare, accontentarmi, fare quel che meglio potevo in una situazione in cui avevo le ali tarpate dalla paura e da mille circostanze, e adesso ne pago ancora le conseguenze!! Cercando di evitarti una lunga storia vorrei chiedere a te che mi sembri una persona libera e realizzata come posso liberarmi da un lavoro che odio e fare ciò che mi piacerebbe!! Non sopporto più il fatto di fare un lavoro che odio e di sopravvivere... Sono impiegata part-time, ben retribuita ma gratificata ZERO, sia a livello lavorativo che a livello umano.

Adesso che ho un bambino e che le mie somatizzazioni mi richiamano all'attenzione sono arrivata a capire che il mio lavoro (di 4 ore al giorno) mi lascia tanto tempo da poter passare con mio figlio ma mi rende infelice!!

Interessandomi i bambini, la manualità, l'ecologia, la lettura, la cucina, la natura e tante altre cose mi chiedo cosa potrei fare adesso per migliorare la mia qualità di vita!! Avevo perfino pensato di riprendere gli studi ma ci sono tanti ostacoli tra cui il tempo, il denaro e il fatto che vorrei altri figli!!! Sono confusa, impaurita e avvilita!! Io così, ferma, bloccata, uguale alla massa mi sento un pesce fuor d'acqua, mi sento incastrata...

Immagino quanto tu abbia da fare e quanto io possa sembrarti pazza dopo questo messaggio ma se vorrai rispondermi... chissà, magari sarai proprio tu a darmi un input nel caos più totale in cui sto vivendo!!

Un abbraccio a te e ai tuoi meravigliosi (e fortunati) bambini!!

Buongiorno Claudia, sono Paola, seguo da tanto il suo sito, lo trovo molto bello, mi piace e condivido molte delle sue scelte, soprattutto quella più faticosa: conciliare lavoro e famiglia. Anche io ho tre bimbi (9, 6 e 3 anni). Vivo in città e fino all'anno scorso ho fatto la *tagesmutter*, avevo un nido in casa e ho cresciuto i miei bimbi. Ho fatto un po' al contrario: ho lavorato quando loro erano piccoli e ora che sono tutti e tre a scuola ho smesso.

La mia passione da sempre è cucire, ho imparato tutto da sola. Ora vorrei far fruttare questa passione per poter lavorare da casa e badare ai miei bambini. Ho qualche idea da realizzare, ma non so come muovermi, a chi chiedere.

Volevo solo sapere da lei come ha iniziato, chi le ha aperto le porte di quel mondo che sta dietro a tutti i prodotti che noi oggi siamo abituati a comprare già fatti.

La ringrazio molto per l'aiuto che potrà darmi.

Auguro a lei e alla sua famiglia un anno sereno e divertente.

Ciao, scusa il disturbo, ho letto che stai per imbatterti in un periodo un po' travagliato, quindi ti rubo pochissimo tempo!!:))

Mi chiamo Maria, ho 43 anni e vivo in Alto Adige. Sono sposata e ho due figli che adoro. Ho scoperto il tuo blog per caso, mesi fa.

Amo molto la casa e cercando sull'arredamento sotto la parola chiave 'casa' è apparso il tuo blog. Mi è piaciuto subito molto, lo trovo interessante... sia per la parte vostra così libera di girare il mondo senza problemi, sia per l'educazione e la passione che ci metti con i tuoi bimbi davvero splendidi... Complimenti!!!!

Ti disturbo per chiederti, visto che ho letto più volte che ti occupi di tante cose e lavori da casa, se per caso conosci qualcuno a cui mi posso rivolgere per appunto lavorare da casa... al computer, o qualsiasi cosa...

Sono molto creativa, dipingo, ecc... e al pc me la cavo molto bene... mi va bene tutto. Cerco un lavoro soprattutto serio, perché cercando in internet ti imbatti in cose poco serie, dove sei tu che devi pagare, corsi vari e iscrizioni a non si sa cosa!

Se puoi darmi una mano ti ringrazio infinitamente. Sto attraversando un periodo poco felice e sarebbe una manna dal cielo un lavoro che posso gestirmi da casa. Non ho nessuno che può darmi una mano con i miei figli e sarebbe la soluzione migliore. In bocca al lupo per la tua nuova esperienza di vita...

Questi sono alcuni esempi dei numerosi messaggi che ricevo ogni giorno². Richieste di aiuto di mamme che vorrebbero conciliare lavoro e famiglia ma non sanno da che parte cominciare. Donne in gamba, creative e volenterose. Donne stanche di questo sistema che le penalizza, che vorrebbero diventare “manager di se stesse”.

Cerco sempre di rispondere a chi mi chiede aiuto ma le richieste sono tante e il tempo a disposizione troppo poco per affrontare l’argomento in modo approfondito.

Questo libro nasce dalla volontà di informare, sostenere, incoraggiare tutte quelle donne che desiderano reinventare la propria vita per adattarla ai ritmi e alle necessità della propria famiglia.

2 I nomi sono stati modificati per tutelare la privacy delle persone interessate.

I

MAMME E LAVORO

La nostra storia

Diventare mamma è sempre stato il mio più grande desiderio. Fin da bambina, ho desiderato una famiglia numerosa e una vita il più possibile vicina alla natura.

Dopo aver concluso gli studi e viaggiato per l'Europa imparando diverse lingue, il mio sogno stava finalmente per realizzarsi. Aspettavo un bambino. Avevo un buon lavoro nel Principato di Monaco al quale intendevo tornare due mesi dopo il parto, come previsto dalla legge monegasca. Sembrava così semplice: lo facevano tutte.

Io però non ce l'ho fatta. Dopo un parto difficile e pieno di complicazioni, il bambino dormiva pochissimo e piangeva quasi ininterrottamente, calmandosi solo tra le mie braccia o attaccato al seno. Avevo provato a seguire i consigli degli "esperti" e impostare orari regolari per le poppate. Ma c'era senz'altro qualcosa che mi sfuggiva, perché il mio piccolo continuava a reclamare nei momenti più impensati. Non prendeva ciuccio né si accontentava di un oggetto transizionale. Per lui c'erano solo le braccia e il latte della mamma.

Il grande giorno si avvicinava e io non riuscivo ad immaginare di affidare quel piccolino alle cure di qualcun altro. Lui aveva bisogno di continue attenzioni e un'educatrice di nido con tanti bambini a cui badare non avrebbe certo potuto tenerlo in braccio tutto il giorno. C'è stato anche chi

ha ipotizzato che fosse proprio quello il problema: troppe attenzioni = bambino viziato e iper-esigente.

Questo genere di osservazione, quando è rivolto a una neomamma fragile e stanca, può avere effetti devastanti. Io ho iniziato infatti a sentirmi inadeguata. Incapace di comprendere, di calmare, di “gestire” il mio bambino. La mia reazione è stata però opposta a quella suggerita: se con mio figlio non ci sapevo fare, la soluzione non era senz’altro lasciare che fossero altri a farlo al mio posto. Per me era ancora più evidente il fatto di dover restare con lui per poterlo comprendere, consolare, confortare.

La legge monegasca all’epoca non prevedeva congedi parentali oltre i due mesi canonici. Ho così provato a chiedere qualche mese di aspettativa. In seguito alla risposta negativa, non ho potuto fare altro che dare le dimissioni. A casa con il piccolo, le giornate sembravano non finire mai. Lui voleva stare sempre in braccio. E per quanto io stessa amassi averlo tra le mie braccia, in alcuni momenti era difficile e faticoso fare tutto con una mano sola.

Della meravigliosa carrozzina da corsa a tre ruote, che gli avevamo comprato prevedendo scorrazzate sulla *promenade*, non voleva nemmeno sentir parlare. Addio passeggiate in riva al mare: le nostre giornate si limitavano a gironzolare per casa con il bebè appoggiato sull’avambraccio.

Nella continua ricerca di una soluzione che potesse facilitare la vita a entrambi, ho acquistato il mio primo marsupio. Indicato dai cinque mesi in su. Leonardo ne aveva solo tre, ma ho voluto provare. Solo provare. È stato come premere su un magico pulsante che ha istantaneamente calmato il mio bambino. L’idea di dover aspettare ancora due mesi prima di poter utilizzare quel magico supporto non mi allettava affatto. Ho quindi iniziato subito a portare Leonardo, sorreggendogli la testa con una mano. L’ho portato finché non è stato in grado di camminare, e anche dopo.

Erano in molti a mettermi in guardia sulla dannosità di questa pratica: un bambino sempre attaccato alla mamma sarebbe diventato un mammone, viziato e capriccioso. Ero certa che queste persone, tutte più esperte di me, avessero ragione. Mi sentivo terribilmente in colpa ma, purtroppo, non ero riuscita a trovare un altro modo per calmare il mio bambino.

Diciannove mesi dopo Leonardo, è arrivata Gloria. Un giorno, durante

la gravidanza, mi sono imbattuta in un uomo che portava un neonato di pochi giorni, avvolto in una fascia stretta stretta (al mio occhio inesperto sembrava addirittura *troppo* stretta).

Il bambino sembrava essere assolutamente sereno e soddisfatto e così anche il papà. Non ho potuto trattenermi dal fermarlo per domandargli dove avesse preso la sua fascia. Lui mi disse di essere tedesco, e di aver acquistato la sua fascia in Germania. Mi consigliò di cercare informazioni in rete. A volte penso che vorrei poter ringraziare quella persona che, senza saperlo, ha dato una vera e propria svolta alla mia vita.

Tornata a casa, ho iniziato la mia ricerca. Ho scoperto non solo la fascia ma anche l'universo del portare. Mi sono resa conto che esisteva anche un'altra scuola di pensiero rispetto a quella del "bambino portato = bambino viziato". C'era chi pensava che portare fosse giusto, bello, naturale e benefico, tanto per la mamma che per il bambino.

Leggendo le argomentazioni pro-fascia mi sono chiesta come avessi potuto dubitare anche solo un secondo. Mi sono resa conto che il posto di ogni bambino è tra le braccia della sua mamma (o del suo papà). Semplice buon senso, certo. Ma non è sempre facile ragionare in modo sensato quando si è stanchi, frustrati e quando la soluzione ci viene presentata, già bella e confezionata, da persone che riteniamo più competenti di noi.

Del resto Leonardo stava smentendo le terribili previsioni. Era infatti un bambino molto vivace ma tutt'altro che viziato. Allegro e socievole, era curioso e assolutamente aperto al mondo.

Dopo essermi informata in modo approfondito e avendo compreso i limiti del marsupio classico, ho acquistato una fascia lunga nella quale ho portato Gloria fin dai primissimi giorni, senza senso di colpa e senza dare ascolto ai "presunti" esperti, secondo i quali la bambina avrebbe avuto troppo caldo, troppo freddo, avrebbe rischiato di soffocare, così stretta, e (ovviamente) sarebbe diventata mammona e viziata.

Eravamo entrambe felici della nostra fascia, e così pure Leonardo, che aveva una mamma serena e disponibile, con entrambe le mani libere. La fascia aveva per me un solo difetto: l'aspetto un po' troppo "etnico" che stonava con il mio stile personale. Durante la mia terza gravidanza ho quindi pensato di crearne una io stessa, con un tessuto scelto da me. Cercando

informazioni in rete ho scoperto il *mei tai*, e anche un *tutorial* per realizzarlo da sé. Ho deciso di provare.

Il *mei tai* è stato una grande scoperta per me: comodo e “fisiologicamente corretto” come la fascia, pratico e maneggevole come il marsupio. Una vera rivelazione. Ho portato Chiara nel *mei tai* fin dal primo momento e ho continuato fino ai diciotto mesi circa.

Nel frattempo avevo traslocato due volte e aperto il blog “La Casa nella Prateria” per restare in contatto con amici e parenti, tenendoli aggiornati con fotografie dei bambini e racconti della nostra quotidianità. Con mia grande sorpresa, il blog iniziava a ricevere visite anche da persone estranee alla mia cerchia familiare, e quando ho parlato del mio *mei tai* fatto in casa ho iniziato a ricevere richieste di persone che desideravano acquistarne uno.

Ho contattato l’autrice del *tutorial* e le ho chiesto il permesso di poterlo tradurre in italiano, condividendo il suo cartamodello. Grazie a questo semplice gesto di condivisione, molte mamme come me hanno scoperto questo meraviglioso supporto e hanno iniziato a portare.

Ma non tutti hanno il tempo, la voglia o la capacità di cucire da sé un *mei tai*. Di fronte alle continue richieste decisi quindi di realizzarne alcuni destinati alla vendita. Senza nemmeno rendermene conto, dopo sei anni trascorsi a fare la mamma a tempo pieno, stavo ricominciando a lavorare.

Un lavoro nuovo, completamente diverso da quelli che avevo svolto fino a quel momento, che mi avrebbe dato grandissime soddisfazioni. Ho deciso quindi di mettermi in regola e di aprire una partita IVA. Insieme all’attività commerciale, anche il blog cresceva piano piano, e ho iniziato a ricevere proposte di collaborazione in qualità di *web editor*. Quasi senza accorgermene, ho messo su una piccola impresa che contribuiva, nel suo piccolo, al bilancio familiare.

Qualche mese dopo, per via della crisi, il datore di lavoro di mio marito ha dato un taglio al personale. In quanto ultimo arrivato, è stato lui il primo ad essere “tagliato”.

La situazione rischiava di diventare difficile. Il suo stipendio era infatti essenziale per coprire le nostre spese. Dopo qualche settimana di curriculum, colloqui e code all’ufficio di collocamento, ci siamo detti che forse

era il caso di guardare il lato positivo di quella condizione apparentemente critica. E se fosse stato lui, per un po', a restare a casa, mentre io mi concentravo sulla mia piccola impresa in modo da farla crescere?

Non è facile convincere un uomo a fare “il casalingo”, ma il gioco valeva la candela. Abbiamo deciso quindi di concederci qualche mese perché io potessi concentrarmi sulla mia attività. In questo libro desidero condividere la nostra esperienza perché possa essere d'aiuto e d'ispirazione a chi volesse tentare un passo del genere. Non sono un'esperta in creazione d'impresa e lo scopo di questo libro non è indicarvi la strada sicura verso il successo. Sono semplicemente una mamma che è riuscita a conciliare la cura della famiglia con le necessità economiche che questa comporta e spero che, attraverso la nostra esperienza e la condivisione di ciò che ho imparato finora, altre mamme troveranno il coraggio, l'idea, l'opportunità che stanno cercando.

Se oggi il nostro sembra un mondo perfetto e dorato, tutto questo è nato dalla “cenere” della stanchezza, dello sconforto e del senso di inadeguatezza di fronte all'incapacità di calmare i pianti del nostro bambino. Dalle notti insonni, dallo sfinimento e dalla depressione. Dal coraggio di portare avanti le nostre scelte, allora considerate “controcorrente”, per preservare l'equilibrio della nostra famiglia.

Ogni esperienza, per quanto difficile, può nascondere nuove, meravigliose opportunità. Basta cercare l'ispirazione nella nostra vita di tutti i giorni.

Se siete stanche, frustrate, scoraggiate e tutto questo vi sembra un sogno irrealizzabile, sappiate che ci sono passata anch'io. E che a volte basta solo guardare le cose da un'angolazione diversa per uscire dal circolo vizioso della depressione. Risolvendo un mio problema pratico e immediato (necessità di portare il bambino) e condividendo i frutti della mia ricerca, ne ho risolto automaticamente un altro (cosa fare dopo la maternità, come contribuire al bilancio familiare).

Un percorso come questo è alla portata di tutti. Bisogna solo trovare la propria idea, la propria strada, il proprio problema da risolvere.

Perché imbarcarsi in questa avventura?

Vengo da una famiglia di commercianti. Fin da bambina li ho visti lavorare instancabilmente, e portarsi dietro le preoccupazioni legate al lavoro anche dopo aver abbassato la serranda. Io non volevo fare quella vita. Ho sempre detto che mai e poi mai mi sarei messa in proprio. E invece, eccomi qui.

Per noi non è stata una scelta: è capitato. Sono le circostanze che ci hanno portati a iniziare questa avventura. Ma ora che ci siamo dentro, possiamo valutare i pro e i contro. Se, come noi, non avete scelta, non vi resta che tentare. Se invece avete già un lavoro ma desiderate cambiare vita, pensateci bene:

Siete soddisfatte del vostro lavoro?

Lavorate per vivere o vivete per lavorare?

Il vostro lavoro vi fa sentire realizzate?

Vi permette di perseguire i vostri obiettivi?

Se amate il vostro lavoro è possibile che possiate continuare a svolgerlo. Elencate le vostre competenze, le vostre esperienze, le vostre passioni e valutate se la vostra attività possa essere svolta in modo indipendente, da casa.

Se invece il vostro lavoro è solo un modo come un altro per guadagnarvi da vivere, o addirittura un fardello, è il caso di valutare la possibilità di un cambio di rotta. Roba da matti? Può darsi, ma se non ci credete voi, chi volete che ci creda?

*Lavorare da casa: pro e contro***I PRO**

- Eco-compatibilità

Lavorando da casa inquinare meno, non perdetevi tempo in mezzo al traffico o alla fermata dell'autobus e siete più efficienti.

- Produttività

Le ore di lavoro sono più produttive: non c'è bisogno di “far vedere” che si sta lavorando, ma è necessario ottenere determinati risultati.

- Riduzione dello stress

Se è vero che gestire la propria impresa è una grande responsabilità, lavorando da casa eviterete i rapporti forzati e conflittuali con colleghi e superiori e le ore trascorse nel traffico. Queste sono tra le principali cause di stress ai giorni nostri. Se vi svegliate al mattino con l'angoscia, se l'idea di trovarvi davanti al vostro capo vi paralizza e quella di lasciare il piccolo al nido vi tormenta, lavorare da casa può essere una soluzione ad alcuni dei vostri problemi.

- Flessibilità

Lavorando da casa non ridurrete, come molti pensano erroneamente, il numero di ore di lavoro. Al contrario, nella maggior parte dei casi, lavorerete di più. Ma potrete organizzarvi in modo da far corrispondere gli orari lavorativi con i ritmi familiari. Questo significa solitamente lavorare mentre i bambini sono a scuola, durante il riposino, o la sera quando sono a letto. Significherà lavorare in condizioni impensabili (a me è capitato di cucire con Chiara che dormiva nel mei tai). Non è certo una passeggiata, ma la possibilità di gestire liberamente i vostri orari può rivelarsi un grande vantaggio.

- Disponibilità

Lavorare da casa vi permette di occuparvi dei vostri figli, di partecipare alle riunioni di classe, di accudirli quando sono malati, di accompagnarli a lezione di danza o di judo. Ovviamente poi dovrete recuperare, magari nelle ore notturne.

- Libertà

Potete scegliere i vostri collaboratori e persino i vostri clienti. Nessuno vi obbligherà a trattare con persone con le quali non vi sentite a vostro agio.

Bibliografia

- Grace Dobush, *Crafty Superstar*, North Light Books, 2009.
- Jennifer Lee, *The Right-Brain Business Plan*, New World Library, 2011.
- Katherine Ellison, *Il cervello delle mamme*, Rizzoli, 2011
- Louise Hay, *Puoi guarire la tua vita*, Armenia Edizioni, 2000.
- Maria T. Bailey, *The women's home-based business book of answers*, Prima Publishing, 2001.
- Pam Young, Peggy Jones, *Sidetracked Home Executives - From Pigpen to Paradise*, Warner Books, 2001.
- Philippe Lechermeier, *Filo di fata*, Donzelli.
- Richard Restak, *Mozart's Brain and the Fighter's Pilot*, Three Rivers Press, 2002.

Questo libro è disponibile su

bambinonaturale.it

ACQUISTA

