

CARICO MENTALE, PRODUTTIVITÀ E SCELTE PROFESSIONALI DELLE DONNE: un esperimento con dati di lavoratori e lavoratrici toscane



RICONOSCIMENTI

La ricerca, collocata nell'ambito delle attività comuni di IRPET con Regione Toscana, è stata curata dal Dipartimento di Scienze per l'Economia e l'Impresa (DISEI) dell'Università degli Studi di Firenze. Per l'IRPET hanno collaborato Natalia Faraoni e Donatella Marinari, all'interno dell'Area di ricerca Economia pubblica coordinata da Patrizia Lattarulo. Editing a cura di Elena Zangheri.

Indice

1.	INTRODUZIONE	7
2.	I DIVARI RETRIBUTIVI DI GENERE IN ITALIA	9
3.	LE DIMENSIONI DEL CARICO MENTALE IN ITALIA: UN'ANALISI DESCRITTIVA	9
4.	L'IMPATTO DEL CARICO MENTALE SU PRODUTTIVITÀ E SCELTE PROFESSIONALI	13
4.1	Carico mentale e funzioni cognitive	13
4.2	Produttività del lavoro	14
4.3	Processo decisionale	14
5.	IL DISEGNO SPERIMENTALE	14
5.1	Il campione	14
5.2	Il trattamento	15
5.3	I compiti incentivati	16
5.4	Il protocollo sperimentale	16
6.	STATISTICHE DESCRITTIVE DEL CAMPIONE SPERIMENTALE	18
7.	RISULTATI	20
	CONCLUSIONI	23
	RIFERIMENTI BIBLIOGRAFICI	23
	APPENDICE	27
	- Divisione del lavoro domestico tra uomini e donne del campione sperimentale	27
	- Questionario sul carico mentale	27
	- Questionario socio-economico	30
	- Istruzioni sperimentali	32
	- Esempi di vignette di uomini e donne che hanno partecipato allo studio	35

Obiettivo. Questo studio quantifica per la prima volta l'impatto del *carico mentale* sulla produttività del lavoro e sulle scelte professionali in Italia. Per sottoporre a test l'ipotesi che il *carico mentale* possa spiegare, almeno in parte, i risultati sul mercato del lavoro e le scelte professionali è stato condotto un esperimento sul campo che ha coinvolto un gruppo di lavoratori e lavoratrici toscani con figli minori di 18 anni.

Background. Per *carico mentale* si intende lo sforzo, sia cognitivo sia emotivo, derivante dalla necessità quotidiana di organizzare e rendere compatibili le attività di tutti i componenti il nucleo familiare, e dalla cura e ricerca del benessere dei propri cari. L'ipotesi di ricerca dello studio è che, al di là della effettiva ripartizione dei compiti all'interno del nucleo familiare, la produttività e le scelte professionali delle madri possono rivelarsi condizionate dalla percezione della responsabilità di farsi carico della gestione del nucleo familiare. L'indagine adotta l'approccio dell'economia comportamentale per spiegare il divario retributivo di genere (*gender pay gap*). L'economia comportamentale ha infatti superato la visione strettamente utilitaristica/razionale dell'economia neoclassica, e attribuisce ai fattori di percezione e cognitivi grande importanza nelle scelte individuali. In questa nuova prospettiva, le scelte individuali sono interpretate come guidate da fattori percettivi e mentali piuttosto che da valutazioni strettamente razionali. Infatti, sebbene le analisi che spiegano i differenziali salariali di genere con fattori misurabili (come, ad esempio, il livello di istruzione raggiunto, l'esperienza accumulata, il numero di figli, il welfare state etc.) siano piuttosto consolidate, e contribuiscono a spiegare una parte consistente del divario salariale imputabile al genere, i condizionamenti mentali che possono spingere alcuni soggetti verso scelte più prudenti, e valutate meno impegnative dal punto di vista professionale, sono ancora scarsamente indagati.

Metodi. Le ipotesi di ricerca sono state verificate con un esperimento incentivato che ha coinvolto un gruppo di genitori che lavorano presso l'Università di Firenze, impiegati sia come docenti sia come personale tecnico-amministrativo, e in posizioni professionali diversificate. L'esperimento sul campo si è reso necessario per stabilire un nesso causale tra carico mentale e produttività, e tra carico mentale e selezione in attività più o meno impegnative dal punto di vista cognitivo. Il gruppo di lavoratori e lavoratrici coinvolti è stato suddiviso in due sottogruppi, uno definito di trattamento e uno di controllo. I primi sono stati coinvolti in una serie di attività (compilare un diario delle attività svolte il giorno prima, scrivere e/o parlare del proprio carico mentale) che hanno ricordato loro le preoccupazioni più pressanti legate alla gestione della famiglia. Dopo aver fatto queste attività, i soggetti di questo gruppo hanno svolto due compiti: uno che ha richiesto più concentrazione, ed è stato remunerato meglio, e uno che ha richiesto meno concentrazione, ed è stato remunerato peggio. Dopo aver svolto i due compiti, e quindi aver accertato sia lo sforzo necessario sia le proprie capacità nel farlo, i soggetti hanno dovuto scegliere quale compito svolgere nella fase finale dell'esperimento. L'esperimento è definito incentivato perché i compiti sono stati pensati in modo da poter facilmente quantificare i risultati ottenuti, e i soggetti sono stati remunerati sulla base di questi risultati. In particolare, la remunerazione è stata un buono da spendere sul portale di una libreria indipendente, secondo i protocolli della letteratura economico-sperimentale. Ai lavoratori del gruppo di controllo è stato chiesto di svolgere gli stessi compiti, e di fare la stessa scelta nella fase finale dell'esperimento, ma non sono stati coinvolti in attività che ricordassero loro lo sforzo mentale associato alla gestione e alla cura della famiglia. Anche i lavoratori del gruppo di controllo sono stati remunerati sulla base dei risultati ottenuti nei compiti loro assegnati.

Risultati. Il trattamento proposto ai soggetti sperimentali non ha ridotto la produttività nei due compiti, manuale e cognitivo, ma ha avuto un effetto sulla scelta compiuta rispetto al compito da svolgere nella fase finale dell'esperimento. In particolare, le donne hanno più probabilità di scegliere il compito più impegnativo mentre l'effetto non si verifica per gli uomini.

Conclusioni. L'analisi dei questionari somministrati e dei testi compilati dai soggetti sperimentali mostra un onere maggiore a carico delle donne per le attività che richiedono attenzione quotidiana, mentre gli uomini sembrano sostenere di più l'onere delle attività legate agli aspetti economici, e che si verificano occasionalmente. Le donne emergono come coloro che si fanno maggiormente carico dell'aspetto emotivo legato al benessere dei componenti della famiglia. Questo insieme di osservazioni suggerisce una possibile spiegazione dell'effetto ottenuto con il trattamento dell'esperimento incentivato: le donne potrebbero avere una maggiore abilità nel trovare la concentrazione necessaria per affrontare anche i compiti più impegnativi, nonostante il trattamento abbia ricordato loro il carico mentale. Gli uomini, meno abituati a farsene carico, sembrano essere più affaticati e portati a scegliere, nel contesto sperimentale, un compito meno impegnativo e meno remunerato.

1. INTRODUZIONE

I fattori che spiegano il *gender pay gap* sono stati ampiamente studiati dalla letteratura economica, e dalle scienze sociali in generale, e sono a tutt'oggi ancora dibattuti (Goldin, 2014; Blau & Khan, 2017). I più studiati includono il c.d. *accumulo di capitale umano*, ovvero il livello di istruzione e/o l'esperienza lavorativa raggiunta dalle lavoratrici e dai lavoratori (Goldin, 2006), *la discriminazione*, ovvero la penalizzazione salariale delle lavoratrici riconducibile a scelte aziendali per le quali è possibile un certo grado di discrezionalità (ad esempio, nell'assunzione o nella progressione di carriera), ed infine la c.d. *selezione* delle donne in posti di lavoro meno remunerativi, ovvero la scelta delle donne di rivolgersi a settori del mercato del lavoro, o a svolgere mansioni, di per sé meno remunerative (Goldin & Rouse, 2000). Ai fattori sopra-menzionati, la letteratura più recente ha aggiunto lo studio dell'impatto delle norme sociali, il ruolo giocato dalle preferenze –nell'ipotesi che uomini e donne possano differire nelle preferenze rispetto ad aspetti del mercato del lavoro che hanno un impatto sulle retribuzioni (ad esempio, seguendo le c.d. carriere STEM)- nonché la possibilità che diverse abilità non cognitive, ovvero alcuni tratti della personalità presenti in maniera più o meno marcata negli uomini o nelle donne (come ad esempio, la competitività), possano contribuire a differenziare le retribuzioni di lavoratori e lavoratrici (Gneezy et al., 2003; Gneezy & Rustichini 2004; Guiso et al., 2018). Tra le possibili spiegazioni del *gender pay gap* di più difficile quantificazione ci sono senza dubbio le difficoltà di *conciliazione* tra le esigenze della famiglia e quelle del lavoro, soprattutto dopo la nascita dei figli. In particolare, nei contesti nei quali il modello familiare dominante è ancora quello dell'uomo-*breadwinner* (secondo il quale le principali responsabili della cura dei figli e del lavoro domestico non retribuito sono le donne mentre i principali responsabili del lavoro retribuito sono gli uomini), il maggior tempo impiegato dalle donne nelle mansioni domestiche rappresenta un fattore importante per spiegare il *gender pay gap*. Per conciliare le responsabilità lavorative e familiari, le donne sono più propense degli uomini a scegliere lavori con contratti più sicuri, che richiedono meno ore di lavoro o più flessibilità, ma che spesso sono meno remunerati e offrono minori prospettive di avanzamento di carriera (Anxo et al., 2018; Anxo et al., 2011; Cutillo & Centra, 2017).

Un aspetto della conciliazione tra lavoro e famiglia relativamente poco esplorato ma molto rilevante è il c.d. *carico mentale*. Con questa espressione si intende lo sforzo, sia cognitivo sia emotivo, derivante dalla necessità quotidiana di organizzare e rendere compatibili le attività di tutti i componenti il nucleo familiare, e dalla cura e ricerca del benessere dei propri cari, in particolare dei figli (Damingher, 2019; L. Dean et al., 2022). Si tratta di un onere che ha una duplice dimensione: quella cognitiva - necessaria per l'organizzazione delle diverse attività- e quella emotivo-psicologica - necessaria alla cura del benessere dei propri cari-. Questo carico psicologico rappresenta una dimensione invisibile della disuguaglianza di genere che non ha ricevuto molta attenzione da parte della letteratura economica. Tuttavia, è innegabile che se le donne sono considerate le principali responsabili del complesso di compiti e pensieri che riguardano la gestione della casa e la cura dei figli, trovare e mantenere la giusta concentrazione sul lavoro può essere per loro più difficile rispetto a quanto non risulti per i colleghi uomini. Ne segue una possibile riduzione della produttività sul lavoro, e quindi della remunerazione, o scelte occupazionali più prudenti e meno impegnative (Cettolin et al., 2019; L. Dean, 2022; Cettolin et al., 2020; Dalton et al., 2020; Kaur et al., 2021; Schilbach et al., 2016). Uno studio recente, realizzato con un esperimento, mostra che a Nairobi, in Kenya, le preoccupazioni legate al carico mentale riducono la produttività del lavoro per le donne, ma non per gli uomini, e inducono le donne a scegliere mansioni meno impegnative dal punto di vista cognitivo, e quindi meno remunerative (Vitellozzi et al., 2023).

Sulla base di questi risultati, il presente studio ha l'obiettivo di verificare se il carico mentale ha gli stessi effetti negativi sui risultati nel mercato del lavoro in un contesto economico, sociale ed istituzionale profondamente diverso. In particolare, un protocollo sperimentale è stato utilizzato su un gruppo di genitori di bambini e ragazzi di età inferiore ai 18 anni dipendenti dell'Università di Firenze, sia tra il personale tecnico amministrativo sia accademico. Lo studio intende rispondere alle seguenti domande di ricerca: 1) il carico mentale riduce la produttività sul lavoro sia degli uomini sia delle donne, o ci sono degli effetti differenziati per genere? l'impatto è diverso se l'attività lavorativa richiede, o meno, uno sforzo cognitivo? 2) Il carico mentale ha un impatto diverso su uomini e donne quando devono scegliere di svolgere compiti che richiedono un diverso sforzo cognitivo, con conseguente diversa remunerazione? 3) Il carico mentale influisce in modo diverso sui risultati del mercato del lavoro in base all'attuale posizione professionale dell'intervistato?

Il campione utilizzato è utile a rispondere alle domande di ricerca sopra menzionate per due motivi. Da un lato, i due gruppi - personale accademico e amministrativo - svolgono attività che richiedono una diversa combinazione di competenze e abilità; i dati raccolti, quindi, hanno un certo grado di eterogeneità che ben rappresenta il fatto che probabilmente il carico mentale ha un impatto differente a seconda delle mansioni lavorative svolte e posizioni professionali ricoperte (Diamond, 2013). D'altra parte, il gruppo di lavoratori studiati presenta un elevato grado di omogeneità in termini di area di residenza, tempi e servizi per raggiungere il posto di lavoro, livello dei servizi per l'infanzia presente sul territorio, ambiente di lavoro nel quale si è abituati ad operare, norme sociali condivise, etc. Questa omogeneità consente di leggere i dati raccolti come risultati del protocollo sperimentale, senza dover considerare gli aspetti di contesto menzionati come possibili fattori esplicativi di un diverso impatto del carico mentale sulla produttività e/o sulle scelte professionali. In conclusione, anche se il gruppo di lavoratori studiato non è un campione rappresentativo a livello nazionale o regionale, si tratta di un gruppo di soggetti sperimentali con un buon grado di eterogeneità rispetto alle mansioni lavorative normalmente svolte e un buon grado di omogeneità rispetto al contesto economico e sociale nel quale vivono e lavorano.

Facendo luce su una dimensione invisibile della disuguaglianza di genere, l'analisi proposta vuole essere un contributo alla spiegazione del *gender pay gap*. Il carico mentale può, infatti, essere una delle cause della segregazione occupazionale e/o dei divari retributivi che emergono dai dati del mercato del lavoro di molti paesi, e che non sono riconducibili a fattori misurabili (tipologia di contratto, settore di impiego, formazione ed esperienza, etc.) (Carta et al., 2023; Ciciolla & Luthar, 2019; Daminger, 2019; L. Dean et al., 2022; Offer, 2014). Inoltre, anche se questo lavoro non indaga sulle intenzioni di fecondità delle persone coinvolte, i risultati dell'analisi possono indicare nuove ipotesi di ricerca per capire meglio il legame tra i ruoli dei partner all'interno del nucleo familiare e le scelte riproduttive. Infatti, se si considera che nelle ultime generazioni, le donne raggiungono livelli di istruzione mediamente superiori a quelli dei loro coetanei maschi e che, allo stesso tempo, il carico mentale associato alla gestione e alla cura dei figli sembra essere rimasto un onere principalmente loro, non si può escludere che sempre più donne decidano di non avere figli, o di fermarsi al primo, proprio per la difficoltà di conciliare la realizzazione professionale e la cura della famiglia. In altre parole, se le giovani lavoratrici, che hanno investito in formazione e intendono realizzarsi pienamente nel mercato del lavoro, sperimentano, con il primo figlio o osservando le esperienze delle loro pari, cosa significa essere contemporaneamente madre e lavoratrice, è possibile che decidano di non avere (altri) figli. Questo è sicuramente più probabile se non possono contare su servizi di cura adeguati, su un aiuto esterno (come ad esempio, quello dei nonni) o su partner che collaborino efficacemente e condividano i compiti e le preoccupazioni domestiche e di cura (Mencarini & Tanturri, 2004).

2. I DIVARI RETRIBUTIVI DI GENERE IN ITALIA

Nel 2022, in Italia il tasso di occupazione femminile per gli individui di età compresa tra 15 e 64 anni era pari al 51,1 per cento. Si tratta del tasso di occupazione più alto osservato negli ultimi trent'anni ma è ancora un valore inferiore, di quasi 14 punti percentuali, al tasso medio registrato nell'Unione Europea (d'ora in avanti EU). Inoltre, la differenza tra i tassi di occupazione maschile e femminile in Italia è pari a 18,1 punti percentuali, la seconda più alta tra i Paesi dell'UE. Questa differenza così marcata è dovuta principalmente alla minore partecipazione delle donne al mercato del lavoro. L'Italia ha, infatti, il tasso di partecipazione femminile al mercato del lavoro più basso dell'UE: nel 2022 è stato pari al 56,4 per cento contro il 69,5 registrato per gli uomini. Guardando ai tassi di disoccupazione, l'Italia registra maggiori differenze di genere rispetto alla media europea, anche se il divario è relativamente più contenuto, con una differenza di 2,3 punti percentuali rispetto a 0,6 punti percentuali della UE (Carta et al., 2023).

Guardando all'uso del tempo, in Italia le donne dedicano in media alle attività domestiche 13 ore alla settimana in più rispetto ai loro partner uomini¹. E' quindi molto probabile che in Italia il *gender pay gap* sia (anche) la conseguenza di una diseguale allocazione del tempo di lavoro domestico tra uomini e donne (Craig e Mullan, 2011). In effetti, è stato dimostrato che la disuguaglianza nell'allocazione del tempo di lavoro domestico tra uomini e donne si traduce in redditi da lavoro più bassi per le seconde proprio perché hanno meno energie da dedicare al lavoro retribuito (Cuttillo & Centra, 2017). Casarico e Lattanzio (2023) hanno documentato la penalizzazione delle madri italiane per oltre 50 anni e hanno dimostrato che avere un figlio ha effetti negativi a lungo termine sul reddito da lavoro, e porta le madri a lavorare in aziende con minore produttività e valore aggiunto. In effetti, c'è larga evidenza che uomini e donne tengono conto di elementi diversi nel fare le proprie scelte occupazionali. Gli uomini danno grande peso al livello di retribuzione, mentre le donne cercano la sicurezza del contratto e la flessibilità negli orari. In questo modo le donne tendono ad auto-selezionarsi in occupazioni con retribuzioni più basse e ad ampliare il *gender pay gap* osservato nel Paese (Cuttillo & Centra, 2017).

Secondo le informazioni fornite dalle indagini ISTAT sull'uso del tempo, in Toscana le donne che lavorano dedicano in media 20 ore settimanali alle attività non retribuite di cura della famiglia e della casa, rispetto alle 6 ore di media dedicate a queste attività dagli uomini che vivono in coppia. La differenza è di 14 ore, leggermente superiore alla media nazionale. Al tempo stesso, le donne lavoratrici, che in Toscana costituiscono il 60% della popolazione attiva tra i 15 e i 64 anni, sono prevalentemente impiegate in attività dedicate alla cura, all'assistenza e alla fornitura in senso lato di servizi alla persona (IRPET, 2022). In questo contesto, sembra di fondamentale importanza capire meglio se il carico mentale influisce sulle decisioni occupazionali e sulla produttività delle donne.

3. LE DIMENSIONI DEL CARICO MENTALE IN ITALIA: UN'ANALISI DESCRITTIVA

Per comprendere meglio le dimensioni del carico mentale in Italia, e poter modificare in maniera appropriata il protocollo sperimentale già adottato in Kenya, nel mese di maggio 2023 è stata realizzata un'indagine volontaria online con la quale sono state raccolte osservazioni relative a 191 individui, raggiunti attraverso la tecnica dello *snowballing*. In breve, uomini e donne che lavorano, con o senza figli, sono stati contattati tra amici, conoscenti e parenti degli autori dello studio, chiedendo loro di rispondere al questionario e di condividerlo con colleghi e amici nella loro stessa situazione. Lo stesso questionario è circolato anche online attraverso i social media (ad esempio, Twitter e Facebook). Il questionario includeva il maggior numero possibile di attività e pensieri che possono generare carico mentale, tenendo conto sia

¹ <https://lavoce.info/archives/69599/quelluso-del-tempo-che-divide-donne-e-uomini/>

della dimensione cognitiva sia di quella emotiva. Più in dettaglio, prendendo spunto da Daminger (2019), il questionario includeva domande relative alla gestione della casa (ad esempio, notare quando la casa deve essere pulita, quando i vestiti e gli asciugamani devono essere lavati, pensare alla spesa e a cosa cucinare per pranzo/cena, tenere traccia delle spese domestiche, decidere come gestire il reddito familiare; notare quando qualcosa deve essere riparato e quando chiamare un professionista per farlo), domande relative agli appuntamenti dei bambini (ad esempio, per le visite mediche) e domande relative all'organizzazione della vita sociale dei figli (ad esempio, seguire le chat di classe o pianificare i compleanni). Gli intervistati dovevano precisare chi svolge abitualmente queste attività in famiglia. Il testo completo del Questionario è riportato in Appendice.

La Tabella 1 riporta un'analisi descrittiva di quanto emerso da questa indagine preliminare. In particolare, l'analisi che segue è condotta utilizzando una variabile dicotomica che è pari a 1 se l'intervistata/o ha dichiarato di essere il/la principale responsabile della singola attività, 0 altrimenti. In tabella sono riportate le medie delle risposte date dalle donne e dagli uomini che hanno compilato il questionario ed il test sulla significatività statistica delle differenze della media. Le donne hanno più probabilità di dichiarare di essere le principali responsabili per quasi tutte le attività e le differenze con gli uomini sono statisticamente significative, ad eccezione di: tenere traccia delle spese, decidere come investire il reddito familiare, tenere traccia degli oggetti che devono essere riparati (ad esempio, la lavatrice) e occuparsi dell'assicurazione dell'auto. Questi risultati suggeriscono un maggiore onere a carico delle donne rispetto alla gestione delle attività che si svolgono quotidianamente all'interno della famiglia, mentre gli uomini sembrano sostenere di più l'onere della gestione delle attività che si verificano occasionalmente. In sintesi, la Tabella 1 evidenzia già notevoli discrepanze di carico mentale: a differenza degli uomini, le donne si occupano quotidianamente dell'organizzazione domestica mentre lavorano come gli uomini.

Tabella 1. Carico mentale di donne e uomini: un'analisi delle dimensioni e delle differenze

	Donne	Media	Uomini	Media	Diff	St Err	T stat	P value
Ricerca articoli bambini	110	.855	41	0	.855	.056	15.4	0
Scegliere babysitter, asilo etc..	110	.828	41	.098	.73	.066	11.05	0
Tenere traccia cambio biancheria	110	.791	41	.073	.718	.069	10.45	0
Buttare vestiti bambini	110	.937	41	.049	.888	.044	20.35	0
Accorgersi casa sporca	110	.691	41	.146	.544	.08	6.8	0
Ricerca prodotti finanziari	110	.228	41	.756	-.529	.077	-6.8	0
Decidere come gestire il denaro	110	.173	41	.561	-.388	.076	-5.1	0
Tenere traccia delle spese	110	.309	41	.439	-.13	.087	-1.5	.137
Tenere traccia cibo da comprare	110	.637	41	.366	.271	.088	3.05	.003
Decidere cosa cucinare	110	.672	41	.317	.355	.086	4.1	0
Controllare date scadenza alimenti	110	.582	41	.366	.216	.09	2.4	.018
Accorgersi necessità di riparazioni	110	.409	41	.536	-.128	.091	-1.4	.163
Chiamare professionista per ripar.	110	.409	41	.561	-.152	.091	-1.65	.097
Manutenzione oggetti	110	.273	41	.756	-.483	.082	-5.95	0
Valutare attività sociali figli	110	.718	41	.122	.596	.077	7.7	0
Coordinare vita sociale figli	110	.8	41	.073	.727	.068	10.75	0
Seguire chat della classe	110	.855	41	.073	.781	.061	12.85	0
Controllare calendario famiglia	110	.864	41	.171	.693	.065	10.65	0
Pianificare evento familiare	110	.837	41	.122	.715	.066	10.8	0
Ricordarsi di fissare appuntamenti	110	.864	41	.171	.693	.065	10.65	0

Le variabili sopra riportate sono variabili binarie che prendono il valore di 1 se l'intervistata/o ha riportato di occuparsi principalmente della singola attività. La tabella riporta i test di differenza tra le medie di uomini e donne che hanno riportato essere i responsabili principali per le attività collegate al carico mentale. In neretto quando la differenza indica una responsabilità prevalentemente maschile che è statisticamente significativa.

La Tabella 2 riporta le attività che occupano più spazio mentale per uomini e donne sulla base di quanto dichiarato dai soggetti che hanno compilato il questionario online. Come si può notare, per entrambi l'attività che occupa più tempo e spazio mentale è quella di ricordare di fissare gli appuntamenti per sé e, soprattutto, per i figli. Per le donne, la seconda attività più selezionata quando è stato chiesto loro quale fosse quella che le preoccupava di più è legata al calendario domestico: ricordare tutte le attività che devono essere svolte nella settimana, e rispettarle. Questo potrebbe essere un buon indicatore del *lavoro cognitivo* associato al carico mentale: essendo le responsabili della casa, le donne devono ricordare tutto e coordinare gli altri membri della famiglia per assicurarsi che le attività quotidiane si svolgono senza intoppi. Possiamo notare anche che per gli uomini l'organizzazione di una festa di compleanno per i figli costituisce un importante fattore di tensione, generando carico mentale.

Tabella 2. Attività che generano più preoccupazioni per uomini e donne

	Donne	Uomini	Totale
Scegliere baby sitter	0.69	0.00	0.53
Cambiare Lenzuola/asciugamani	0.00	2.22	0.53
Buttare vestiti	0.69	0.00	0.53
Pulizia casa	1.39	4.44	2.12
Scegliere prodotti finanziari	0.69	0.00	0.53
Decidere come gestire il denaro	0.69	6.67	2.12
Tracciare spese domestiche	2.78	6.67	3.70
Cosa cucinare	2.78	6.67	3.70
Buttare cibo	4.17	0.00	3.17
Riparare lavastoviglie	1.39	0.00	1.06
Chiamare professionista	2.78	2.22	2.65
Revisione macchina	2.78	6.67	3.70
Sport bambini	2.08	2.22	2.12
Vita sociale bambini	5.56	6.67	5.82
Chat classe	5.56	2.22	4.76
Calendario famiglia	10.42	4.44	8.99
Pianificare festa	4.86	17.78	7.94
Appuntamenti	40.28	24.44	36.51
Nessuna	10.42	6.67	9.52
Totale	100.00	100.00	100.00

Le variabili sopra riportate sono frequenze in percentuale delle risposte date alla domanda a risposta multipla "Quali delle seguenti attività ti genera più preoccupazioni? Seleziona tutte quelle pertinenti".

Infine, la Tabella 3 riporta informazioni su quanto l'intervistato si senta responsabile del benessere dei figli e del partner, della relazione con loro e della gestione della famiglia. Queste domande sono state poste per cogliere la *dimensione emotiva* del carico mentale. Dall'analisi delle risposte emerge che le donne si sentono più responsabili degli uomini del benessere dei figli e della relazione con loro, della gestione della famiglia e dell'equilibrio al suo interno, mentre gli uomini si sentono più responsabili della relazione con la partner. Le donne sono in media meno soddisfatte degli uomini per quanto riguarda la divisione del lavoro cognitivo ed emotivo all'interno del nucleo familiare, e la loro principale fonte di stress è legata alla gestione della casa, mentre per gli uomini è principalmente legata al lavoro (si veda Figura 1). Queste statistiche sono in linea con un recente rapporto condotto dall'IRPET sulle differenze di genere nel mercato del lavoro italiano, con un focus particolare sulla regione Toscana. Dal rapporto emerge, infatti, un'importante differenza tra uomini e donne nella percezione dell'educazione dei figli. Mentre i padri la percepiscono principalmente come una responsabilità e un'attività svolta da entrambi i genitori, le madri fanno molto affidamento sul supporto esterno, ed in particolare sull'aiuto dei nonni. Per le donne, la coppia

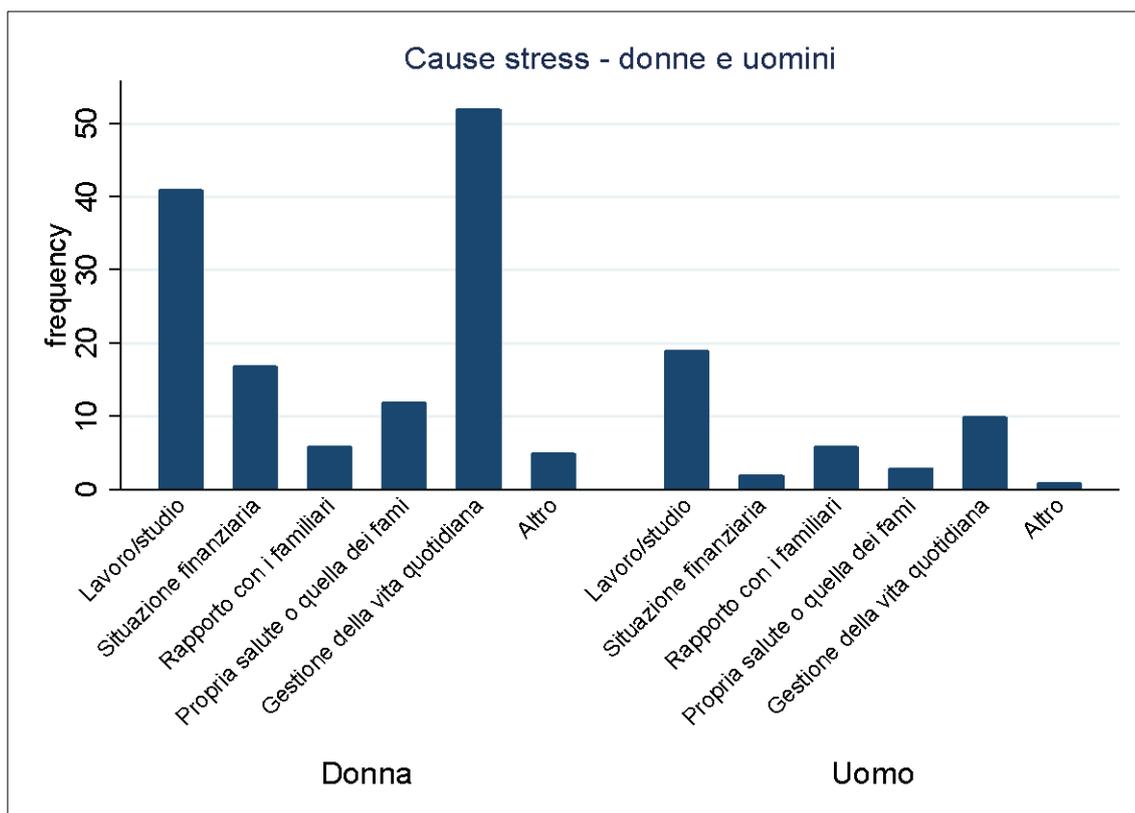
è riconosciuta solo marginalmente come fonte centrale di cura, della quale la donna è considerata la principale responsabile per default (IRPET, 2022).

Tabella 3. Dimensioni della componente emotiva del carico mentale di donne e uomini e analisi delle differenze

	Donne	Media	Uomini	Media	Diff	St Err	T-stat	P value
Benessere dei bambini	110	4.728	41	4.463	.264	.116	2.25	.025
Benessere del partner	103	3.359	40	3.875	-.516	.195	-2.65	.009
Benessere dei genitori	110	3.018	41	2.976	.043	.207	.2	.838
Rapporto con i bambini	110	4.709	41	4.439	.27	.123	2.2	.029
Rapporto con i genitori	103	3.971	40	4	-.029	.186	-.15	.876
Gestione di HH	110	4.373	41	3.512	.861	.152	5.7	0
Equilibrio di HH	110	4.373	41	3.976	.397	.158	2.5	.013
Soddisfazione lavoro emotivo	104	2.606	40	3	-.394	.144	-2.75	.007
Soddisfazione lavoro cognitivo	135	2.541	44	3.023	-.482	.142	-3.4	.001

Le variabili sopra riportate sono variabili categoriche che riportano quanto l'intervistato/a si sente responsabile su una scala da 1 a 5, dove 1 indica per niente e 5 molto, dei diversi aspetti della vita familiare. Le ultime due righe riportano su una scala da 1 a 5, quanto l'intervistato/a ha riportato di essere soddisfatto/a della divisione del carico cognitivo ed emotivo all'interno della famiglia. La tabella riporta i test di differenza tra le medie di uomini e donne che hanno riportato di sentirsi più o meno responsabili per le dimensioni di carico emotivo sopra elencate.

Figura 1: Fonti di stress - donne e uomini

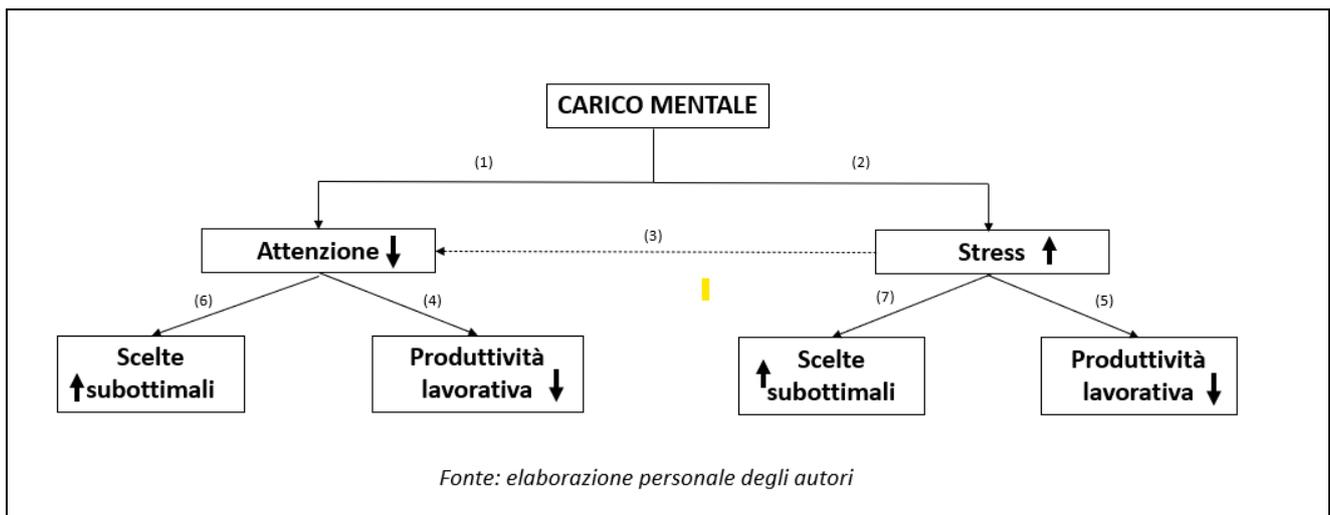


4. L'IMPATTO DEL CARICO MENTALE SU PRODUTTIVITÀ E SCELTE PROFESSIONALI

4.1 Carico mentale e funzioni cognitive

L'ipotesi che il carico mentale possa avere un impatto sulle prestazioni lavorative nasce da un studio dei processi decisionali che si basa su conoscenze approfondite sul funzionamento del cervello, oggi sempre più disponibili, e non sulle previsioni del modello teorico della massimizzazione dell'utilità proposto dall'economia neoclassica. In estrema sintesi, le funzioni esecutive sono processi mentali utilizzati dal cervello ogni volta che le persone devono concentrarsi e prestare attenzione invece di affidarsi all'istinto o all'intuizione (Diamond, 2013). Secondo la letteratura neuroscientifica, le funzioni esecutive sono risorse limitate, e possono essere compromesse da un aumento del carico cognitivo o dallo stress (E. B. Dean et al., 2017; Diamond, 2013). Di recente, proprio facendo riferimento alla scarsità di risorse mentali, la letteratura economica ha individuato una nuova spiegazione del fenomeno della povertà: la penuria di risorse economiche, inducendo pensieri costanti e quotidiani relativi alle necessità finanziarie, aumenta il carico cognitivo e influisce negativamente sulla combinazione di capacità cognitiva (cioè quantità totale di informazioni che il cervello può utilizzare ed elaborare in ogni momento) e controllo esecutivo (cioè capacità di mettere in atto un comportamento coerente con gli obiettivi definiti utilizzando le funzioni cognitive) (Schilbach et al., 2016). In altre parole, ogni volta che gli individui impegnano la loro capacità cognitiva con una preoccupazione urgente, rimane meno spazio per decisioni o problemi meno urgenti e le loro capacità cognitive sono compromesse, portando a reazioni comportamentali quali una ridotta capacità di esercitare la forza di volontà, di prendere decisioni con orizzonti temporali lunghi, un ridotto autocontrollo o una maggiore avversione al rischio (Allred et al., 2016; Deck & Jahedi, 2015; Schilbach et al., 2016). Anche un aumento dello stress può portare a un esaurimento delle risorse in termini di attenzione e di memoria (Beste et al., 2013), influenzando in questo modo i processi decisionali (Morgado & Cerqueira, 2013). Morgado e Cerqueira (2018), adottando questo quadro concettuale, ipotizzano che il carico mentale possa avere un effetto sulla produttività del lavoro e sulle scelte professionali attraverso il suo impatto sulle funzioni cognitive e sullo stress.

Figura 2: Meccanismi causali



4.2 Produttività del lavoro

La letteratura esistente è concorde nel ritenere che sia un'alterazione delle capacità cognitive sia un aumento dello stress possono ridurre la produttività di un individuo sul lavoro (Banerjee & Mullainathan, 2008; Henderson et al., 2012; Kaur et al., 2021). In questo studio l'ipotesi è che la scarsità di attenzione sia il meccanismo che porta ad una riduzione della produttività: se gran parte dell'attenzione delle donne è assorbita dalle preoccupazioni quotidiane legate alla gestione della casa e dei figli, questo carico mentale riduce la loro attenzione sul posto di lavoro (canale (1) nella Figura 2) e, di conseguenza, influisce negativamente sulla produttività (4). Un aumento dello stress può avere un duplice effetto sulle prestazioni lavorative, a seconda delle reazioni individuali: livelli di stress molto bassi, o molto alti, possono portare a una diminuzione delle prestazioni, mentre livelli di stress moderati possono portare ad un aumento delle prestazioni (Henderson et al., 2012). In questo lavoro si ipotizza che l'aumento dello stress indotto dal carico mentale (2) diminuisce le prestazioni sul lavoro (5), e che il suo impatto possa essere sia "diretto" sia "indiretto". Nel caso dell'impatto indiretto, è la riduzione dell'attenzione dovuta allo stress che porta ad una riduzione delle prestazioni (3).

4.3 Processo decisionale

Come ricordato, i processi decisionali possono essere compromessi sia dallo stress sia dalla riduzione dell'attenzione (Deck & Jahedi, 2015; Morgado & Cerqueira, 2018). In altre parole, un aumento del carico cognitivo riduce l'attenzione (2) e aumenta il costo opportunità del nostro sistema di ragionamento di "regolare la scelta", portando a fare scelte più intuitive e meno ragionate (Deck & Jahedi, 2015). A proposito del *gender pay gap*, se il carico mentale è principalmente femminile e compromette l'attenzione, può essere uno dei motivi per cui le lavoratrici, facendo scelte più intuitive e non completamente razionali, si auto-selezionano in occupazioni (o mansioni) che richiedono meno sforzo cognitivo, e che sono meno remunerate. In altre parole, il carico mentale può portare, chi lo sopporta, verso scelte sub ottimali in termini di massimizzazione del reddito da lavoro. Similmente, lo stress porta gli individui a prendere in considerazione meno alternative, alterando così il processo decisionale individuale (Morgado & Cerqueira, 2018). Entrambi questi meccanismi possono portare gli individui a fare una scelta subottimale (6, 7), impegnandosi in un compito meno impegnativo dal punto di vista cognitivo, anche se così rinunciano a redditi più alti.

5. IL DISEGNO SPERIMENTALE

Per dare risposta alle domande di ricerca sopra avanzate adottando l'approccio comportamentale allo studio del *gender pay gap*, è stato condotto un esperimento di laboratorio sul campo con compiti incentivati. In particolare, il protocollo sperimentale è stato pensato per misurare la produttività del lavoro e per studiare le scelte tra compiti che richiedono diversi livelli di sforzo cognitivo da parte dei soggetti che hanno aderito allo studio. Gli esperimenti di laboratorio sul campo sono particolarmente utili perché, sfruttando le differenze tra gruppo di controllo e gruppo di trattamento, e l'ambiente controllato di un laboratorio, consentono di stabilire delle relazioni causali tra fenomeni.

5.1 Il campione

Lo studio ha coinvolto circa 50 persone, metà delle quali lavorano come personale accademico, metà come personale tecnico-amministrativo presso l'Università di Firenze. Hanno partecipato allo studio solo genitori con figli di età inferiore ai 18 anni. Il limite di età dei figli è stato scelto considerando gli anni durante i quali la responsabilità per la cura ed il benessere dovrebbe essere principalmente a carico dei genitori. Dopo i 18

anni le necessità dei figli potrebbero cambiare e potrebbero essere frequenti i casi di coloro che non sono più conviventi per ragioni di studio o lavoro. D'altra parte, questo limite di età per i figli dovrebbe aver aiutato a selezionare un gruppo di genitori ancora relativamente giovani e nella fase centrale del loro percorso di carriera, sia in termini di produttività richiesta sia di possibili scelte di carriera. In questo modo, si è voluta aumentare la salienza dei risultati rispetto alla c.d. validità esterna, ossia la rispondenza a quanto gli individui sperimentano effettivamente nelle loro vite. L'assegnazione dei soggetti coinvolti al gruppo di trattamento o al gruppo di controllo è stata fatta casualmente. La Tabella 4 riporta la composizione dei dipendenti dell'Università di Firenze per ruolo e numero di figli: la popolazione alla quale è stato proposto di aderire allo studio è quindi formata da 1,365 individui.

Tabella 4. Dipendenti con figli di età inferiore ai 18 anni per ruolo e numero di figli

Dati al 31 maggio 2023

Ruolo	Frequenza	Numero di figli di età inferiore ai 14 anni	Numero di figli di età compresa tra i 14 e i 17 anni	Numero di figli di età inferiore ai 18 anni
Docenti e ricercatori	490	464	263	727
Personale TAB	428	424	197	621
Collaboratori linguistici	10	10	7	17
Totale	928	898	467	1.365

5.2 Il trattamento

Per valutare l'impatto del carico mentale sulla produttività e sulla scelta di compiti più o meno impegnativi dal punto di vista cognitivo, il trattamento è stato disegnato adottando la tecnica del *priming*, ossia cercando di riportare alla mente dei partecipanti i pensieri che caratterizzano il carico mentale (Mani et al., 2013; Shah et al., 2015; Dalton et al., 2020). Gli interventi di *priming*, infatti, non mirano a generare nuovi pensieri, ma piuttosto a richiamare alla mente pensieri già esistenti rendendoli più salienti (Cohn e Marechal, 2016). Analogamente allo studio condotto a Nairobi, il trattamento utilizzato si articola in due fasi: nella prima, i partecipanti hanno dovuto compilare un modulo sull'utilizzo del tempo, sotto forma di diario. Lo scopo di questa prima fase del trattamento è quello di riportare alla mente la dimensione della pressione temporale del carico mentale. Nella seconda fase, seguendo Callen et al. (2014), è stato chiesto ai partecipanti di descrivere - in un minimo di 10 e un massimo di 20 righe - un evento legato al carico mentale che si è verificato nella settimana precedente l'intervista e che ha occupato la loro mente durante le ore di lavoro. Nel dettaglio, è stato chiesto quanto segue:

"Siamo interessati a capire quali attività e/o preoccupazioni legate all'organizzazione della vita familiare e alla cura dei figli occupano di più la sua mente e durante una sua tipica giornata lavorativa. Le attività e le preoccupazioni possono essere di qualsiasi tipo: ad esempio, le visite mediche dei figli, i compiti e i rapporti con i docenti, la vita sociale dei figli, pensare cosa acquistare e cucinare a pranzo e cena, pensare a questioni legate alla casa o alla macchina, pensare a come far fronte ad una spesa imprevista, far fronte a un imprevisto rispetto a quanto pianificato. Potrebbe descrivere, in un minimo di 10 e un massimo di 20 righe, un momento di una giornata della scorsa settimana in cui attività e/o preoccupazioni simili a quelle indicate le hanno occupato di più la mente mentre lavorava?"

Poiché l'esperimento si è svolto online, i partecipanti hanno scritto al computer quanto richiesto. Questo ha consentito di assegnare a tutti esattamente lo stesso spazio, e di disporre di informazioni utili per una lettura più articolata dei risultati. Una selezione delle vignette compilate dai soggetti che hanno aderito allo studio è riportata in Appendice.

Il gruppo di controllo è stato sottoposto ad uno scenario neutro con l'obiettivo di impiegare un tempo non dissimile a quello richiesto ai soggetti del gruppo di trattamento. Più precisamente, è stato chiesto quanto segue:

"Descrivi il tuo ufficio più nel dettaglio possibile per un minimo di 10 e un massimo di 20 righe"

5.3 I compiti incentivati

I partecipanti hanno dovuto svolgere un compito manuale e uno cognitivo, in ordine randomizzato. Per il primo, dovevano contare il numero di zeri presenti in una tabella piena di 1 e 0. Per il secondo, dovevano completare la Torre di Hanoi (TOH), un rompicapo comunemente usato per valutare le abilità di *problem solving* e le funzioni esecutive degli individui (Zook et al., 2004). Il compito durava in totale 15 minuti, suddivisi in 3 intervalli di 5 minuti ciascuno. Durante i primi due intervalli, ai partecipanti è stato chiesto di contare il maggior numero possibile di zeri e di completare il maggior numero possibile di TOH con difficoltà crescente. Come già detto, l'ordine di questi due compiti è stato randomizzato per ogni partecipante. Poiché l'effetto del *priming* potrebbe essere limitato nel tempo, l'analisi sulla produttività è stata fatta concentrandosi sul primo compito eseguito da ciascun partecipante, mentre il secondo compito è stato pensato per consentire a ciascun partecipante di sperimentare entrambi i compiti. Infatti, nell'ultimo intervallo di tempo, è stato chiesto ai partecipanti se preferissero contare di nuovo gli zeri o completare il maggior numero possibile di TOH, questa volta partendo da un TOH con 5 dischi, per fugare i dubbi sugli effetti di apprendimento. L'incentivo economico è stato impostato in modo tale da rendere economicamente più vantaggiosa la scelta della TOH. Quest'ultimo passaggio dell'esperimento ha lo scopo di indagare se il carico mentale porta gli individui ad autoselezionarsi verso lavori meno impegnativi dal punto di vista cognitivo e a fare una scelta non massimizzante il reddito.

5.4 Il protocollo sperimentale

I partecipanti all'esperimento sono stati contattati con una mail a firma del [Comitato Unico di Garanzia](#) dell'Università di Firenze nella quale si chiedeva la disponibilità a partecipare ad uno studio su lavoro domestico e non, senza dare ulteriori spiegazioni circa lo scopo della ricerca. Una volta ottenuto il consenso informato, i dipendenti sono stati contattati dalla società incaricata di svolgere le interviste (Questlab) per fissare un appuntamento in base alla loro disponibilità. L'intero esperimento si è svolto online ed è stato suddiviso in due fasi. La prima fase si è svolta nel corso della settimana antecedente l'appuntamento fissato con l'operatore e ai partecipanti è stato chiesto di compilare in autonomia un questionario socio-economico e un questionario sul carico mentale utilizzando un format online. Questa procedura è stata pensata per facilitare il più possibile la partecipazione all'esperimento, consentendo a coloro che hanno aderito di compilare il questionario in qualsiasi momento, e quando era loro più comodo. Una volta completati i questionari online, i partecipanti sono stati ammessi alla seconda fase. La seconda fase è durata circa 40 minuti durante i quali ai partecipanti è stato somministrato l'esperimento via computer da un intervistatore che li ha seguiti passo dopo passo. L'appuntamento per la somministrazione dell'esperimento è stato fissato in orario di lavoro. I partecipanti sono stati assegnati casualmente in parti uguali al gruppo di trattamento e al gruppo di controllo. Tutti gli intervistatori sono stati formati in modo che spiegassero la sequenza delle attività, e le regole dei compiti incentivati, prima di iniziare, assicurandosi che le regole fossero state ben comprese.

I partecipanti al gruppo di trattamento sono stati esposti direttamente al trattamento: prima hanno compilato il modulo sull'uso del tempo, sotto forma di diario del tempo, e hanno letto la vignetta sopra illustrata. Quindi, è stato chiesto loro di rispondere alla domanda in un minimo di 10 e un massimo di 20 righe. Per garantire una sufficiente privacy, l'intervistatore ha chiuso la telecamera e disattivato il microfono. Dopo 5-6 minuti, l'intervistatore ha chiesto gentilmente al partecipante quanto tempo gli rimaneva per completare il compito affidato. Lo scopo del trattamento è stato quello di stimolare emotivamente i partecipanti con pensieri legati al carico mentale, quindi gli intervistatori sono stati istruiti a concedere loro tutto il tempo necessario per rispondere alla vignetta. I partecipanti del gruppo di controllo sono stati esposti alla vignetta neutra sopra illustrata in un minimo di 10 e un massimo di 20 righe. Anche in questo caso, l'intervistatore ha spento microfono e telecamera e dopo 5 minuti ha chiesto ai partecipanti di quanto tempo avessero ancora bisogno per finire il compito.

Al termine di queste attività, a tutti i partecipanti sono stati proposti i compiti incentivati. Come già ricordato, l'ordine dei compiti nei primi due round è stato randomizzato, in modo che a metà del campione fosse chiesto di eseguire prima il compito manuale e poi quello cognitivo, e *viceversa* per l'altra metà. Una volta terminati i primi due round, l'intervistatore ha chiesto loro se preferissero eseguire di nuovo il compito cognitivo o quello manuale e, in base all'indicazione ricevuta, lo schermo ha mostrato ai partecipanti le tabelle per contare gli zeri, oppure la Torre di Hanoi con una difficoltà maggiore. Ai partecipanti è stato chiesto di eseguire tutti i compiti su una piattaforma online sviluppata da Questlab e i dati sono stati archiviati direttamente in un database online.

Una volta terminati i compiti, tutti i partecipanti hanno compilato una versione ridotta del questionario sul carico mentale, la cui versione estesa avevano compilato nel corso della settimana precedente l'intervista. Terminato l'esperimento, e raccolti i dati di tutti gli aderenti al pilot, ciascuno di loro ha ricevuto un buono di 10, 15 o 20 euro per l'acquisto di un libro in un negozio online sulla base delle loro prestazioni nei compiti incentivati. La tabella 5 riassume la sequenza e le attività proposte ai partecipanti del gruppo di trattamento e di controllo durante l'esperimento. I testi delle istruzioni dell'esperimento e dei questionari sono in Appendice.

Tabella 5. Attività svolte dal gruppo di controllo e di trattamento

GRUPPO DI TRATTAMENTO	GRUPPO DI CONTROLLO
<i>Giorno-settimana prima dell'esperimento</i>	<i>Giorno-settimana prima dell'esperimento</i>
<i>NB: attività da svolgere in autonomia, ossia senza intervistatore</i>	
Questionario socio-economico (autocompilato)	Questionario socio-economico (autocompilato)
Questionario carico mentale (autocompilato)	Questionario carico mentale (autocompilato)
<i>Scelta autonoma della data dell'intervista</i>	<i>Scelta autonoma della data dell'intervista</i>
<i>Giorno dell'esperimento</i>	<i>Giorno dell'esperimento</i>
<i>NB: attività svolte in presenza dell'intervistatore</i>	
Istruzioni esperimento	Istruzioni esperimento
Modulo di utilizzo del tempo	Vignetta neutrale (descrizione ufficio)
Vignetta con carico mentale	Compito incentivato
Compito incentivato	Modulo di utilizzo del tempo
Questionario ridotto carico mentale	Questionario ridotto carico mentale

6. STATISTICHE DESCRITTIVE DEL CAMPIONE SPERIMENTALE

In questa sezione sono riportate le statistiche descrittive del campione analizzato, con particolare attenzione alla dimensione del carico mentale dei partecipanti all'esperienza. La Tabella 6 riporta le caratteristiche socio-demografiche dei partecipanti assegnati al gruppo di trattamento e di quelli assegnati al gruppo di controllo, e il test della significatività statistica della differenza delle medie. Come si può notare, la randomizzazione del campione funziona correttamente, ossia le differenze nelle medie non sono statisticamente significative, tranne che nel caso di tre variabili: il numero di figli, che è maggiore nel gruppo di controllo rispetto a quello di trattamento; l'occupazione dell'intervistato, poiché tra fine luglio ed agosto -il periodo durante il quale si sono svolte le interviste- è stato intervistato principalmente il personale tecnico-amministrativo; e il livello di reddito, perché la maggior parte dei ricercatori intervistati fa parte del gruppo di controllo e il loro livello di reddito è mediamente più alto di quello del personale tecnico-amministrativo.

Tabella 6. Test sulla randomizzazione del gruppo di trattamento e del gruppo di controllo

	Controllo	Media	Trattamento	Media	Diff	St Err	t value	p value
Genere	17	.471	28	.357	.114	.153	.75	.463
Età	17	48	28	45.072	2.929	1.804	1.6	.112
Sposato	17	1.824	28	1.786	.038	.485	.1	.939
Laurea	17	2.941	28	2.893	.049	.089	.55	.591
N. bambini	17	2.059	28	1.429	.631	.229	2.75	.009
Ricercatore/Professore	17	.4705	28	.0714	.399	.116	3.45	.002
Tempo per recarsi a lavoro	17	2.882	28	2.929	-.046	.272	-.15	.866
Ore lavorative settimanali	17	39.647	28	38.215	1.433	1.302	1.1	.277
Reddito	17	.444	28	.0689	.3754	.0478	2.75	.009

Le variabili riportate sono: una dummy =1 se il partecipante è uomo, 0 se è donna; l'età espressa in anni; una dummy =1 se il/la partecipante è sposato/a, 0 se non lo è; il numero di figli; una dummy =1 se il/la partecipante è ricercatore/trice o professore all'università, 0 se fa parte del personale tecnico-amministrativo; una dummy =1 se il/la partecipante ha conseguito una laurea, 0 se ha solo il diploma di maturità; il tempo medio di percorrenza casa-lavoro espresso in minuti; le ore lavorative settimanali; e una variabile binaria che identifica la fascia di reddito ed è uguale a 1 se il reddito mensile netto è superiore a 2000 euro, 0 se è inferiore.

La Tabella 7 riporta le statistiche descrittive delle caratteristiche socio-demografiche dei partecipanti, distinte per uomini e donne. Le donne sono in media leggermente più anziane degli uomini, hanno meno probabilità di essere sposate e di essere ricercatrici. Le donne hanno in media un livello di istruzione inferiore a quello degli uomini e guadagnano meno degli uomini (il 10 per cento del sample ha dichiarato un reddito netto superiore a 2000 euro mensili, contro il 39 per cento degli uomini), mentre lavorano in media quasi le stesse ore settimanali (38 ore per le donne e 41 ore per gli uomini). Come emerge dalle statistiche descrittive riportate nella **Errore. L'origine riferimento non è stata trovata.** in Appendice, la divisione del lavoro domestico tra uomini e donne del campione sperimentale è coerente con quanto emerge dalle indagini ISTAT sull'uso del tempo menzionate in Introduzione: le donne dichiarano di farsi carico in misura maggiore degli uomini per quasi tutte le attività relative alla gestione della casa, anche se il numero di ore settimanali svolte sul mercato del lavoro è di poco inferiore a quello dichiarato dagli uomini. Questa diseguale distribuzione nell'uso tempo e dei compiti all'interno della famiglia si riflette nel carico mentale che donne e uomini sopportano quotidianamente. La

Tabella 8 mostra le differenze medie nelle attività legate al carico mentale di cui le donne e gli uomini hanno riferito di essere i principali responsabili: mentre le donne hanno riferito di essere le uniche responsabili di quasi tutte le attività, gli uomini hanno riferito che queste attività sono o condivise equamente tra i partner o gestite dal partner.

Queste statistiche sono corroborate dai testi delle vignette redatte dai soggetti sperimentali nel corso dell'indagine (una selezione è riportata in Appendice). Le donne tendono a preoccuparsi maggiormente del rapporto con i figli e del loro benessere, oltre che della moltitudine di compiti quotidiani che devono gestire: quelli menzionati più frequentemente sono: il controllo dei compiti e dei registri scolastici dei figli, ricordarsi di chiamare il pediatra, comprare il materiale scolastico, organizzare la vita sociale dei figli e assicurarsi che non passino troppo tempo da soli o davanti alla televisione/smartphone. Inoltre, sono responsabili del coordinamento e della gestione delle attività extrascolastiche dei figli, della gestione delle faccende domestiche e della cura dei genitori anziani. Spesso si sentono in colpa perché non trascorrono abbastanza tempo a casa con i figli per aiutarli a fare i compiti e a svolgere tutte le attività collegate alla gestione della casa. D'altro canto, gli uomini tendono a preoccuparsi maggiormente per le questioni legate alla gestione economica e finanziaria della famiglia, e su quanto accade alla partner. Riferiscono di pensare meno alle questioni domestiche mentre sono al lavoro e di essere preoccupati per le difficoltà che incontra la partner.

Tabella 7. Statistiche descrittive del gruppo di trattamento e del gruppo di controllo per genere

	N	Dev. Std.	Media	Mediana	Min	Max	Varianza
Donne							
Trattamento (=1)	27	.48	.667	1	0	1	.231
Età	27	6.017	47.148	47	35	57	36.208
Stato civile (sposato =1)	27	.465	.704	1	0	1	.217
Numero figli	27	.797	1.593	1	1	3	.635
Ricercatore/Professore	27	.32	.111	0	0	1	.103
Laurea (=1, 0 diploma)	27	.465	.704	1	0	1	.217
Ore lavorative	27	2.375	37.556	38	30	40	5.641
Reddito	27	.309	.103	1	0	1	.096
Età partner	25	8.02	49.08	47	36	62	64.327
Numero genitori	27	.92	1	1	0	2	.846
Uomini							
Trattamento (=1)	18	.511	.556	1	0	1	.261
Età	18	5.768	44.722	46	34	55	33.271
Stato civile	18	.323	.889	1	0	1	.105
Numero figli	18	.808	1.778	2	1	3	.654
Ricercatore/Professore	18	.502	.389	0	0	1	.252
Laurea (=1, 0 diploma)	18	.323	.889	1	0	1	.105
Ore lavorative	18	5.68	40.556	38	36	50	32.261
Reddito	18	.501	.388	1	0	1	.252
Età partner	18	5.544	42.556	42.5	32	50	30.732
Numero genitori	18	.924	1.167	1.5	0	2	.853

Le variabili riportate sono: una dummy =1 se il/la partecipante è nel gruppo trattamento, 0 se nel gruppo controllo; l'età espressa in anni; una dummy =1 se il/la partecipante è sposato/a, 0 se non lo è; il numero di figli; una dummy =1 se il/la partecipante è ricercatore/trice all'università, 0 se fa parte del personale tecnico-amministrativo; una dummy =1 se il/la partecipante ha conseguito una laurea, 0 se ha solo il diploma di maturità; una dummy =1 se il reddito del/la partecipante è uguale o superiore a 2000 euro mensili, 0 se è superiore; l'età del partner; ed il numero dei genitori ancora in vita.

Tabella 8. Test delle differenze tra uomini e donne sul carico mentale

	Donne	Media	Uomini	Media	Diff	St Err	t value	p value
Ricerca articoli bambini	27	.815	18	.056	.76	.104	7.3	0
Scegliere babysitter, asilo etc..	27	.518	18	.056	.463	.129	3.6	.001
Cambio biancheria casa	27	.778	18	.056	.722	.11	6.55	0
Buttare vestiti bambini	27	.815	18	.167	.648	.119	5.45	0
Accorgersi casa sporca	27	.666	18	.167	.5	.136	3.7	.001
Ricerca opzioni prodotti finanziari	27	.222	18	.666	-.445	.137	-3.25	.002
Decidere come gestire il denaro	27	.185	18	.334	-.148	.132	-1.1	.268
Tenere traccia spese domestiche	27	.408	18	.555	-.148	.154	-.95	.341
Tenere traccia cibo da comprare	27	.63	18	.5	.13	.153	.85	.4
Decidere cosa cucinare	27	.593	18	.222	.371	.144	2.55	.014
Controllare date scadenza alimenti	27	.518	18	.5	.018	.156	.1	.906
Necessità di una riparazione in casa	27	.481	18	.611	-.13	.154	-.85	.405
Chiamare professionista	27	.408	18	.666	-.26	.15	-1.7	.092
Necessità di riparare un oggetto (auto)	27	.334	18	.778	-.445	.14	-3.15	.003
Trovare alternative sociali per bambini	27	.666	18	.056	.611	.123	5	0
Coordinare vita sociale bambini	27	.704	18	.111	.593	.127	4.7	0
Seguire chat della classe	27	.778	18	.111	.666	.118	5.65	0
Tenere sotto controllo calendario famiglia	27	.741	18	.167	.574	.129	4.45	0
Pianificare evento familiare	27	.852	18	.056	.796	.097	8.25	0
Ricordarsi di fissare appuntamenti	27	.815	18	.167	.648	.119	5.45	0
Carico emotivo								
Badare ai figli quando fanno i capricci	27	.445	18	.111	.334	.135	2.45	.018
Consolare i figli	27	.63	18	.056	.574	.125	4.6	0
Pensare a cosa cucinare per i figli	27	.704	18	.111	.593	.127	4.7	0
Fare attenzione stato emotive figli	27	.555	18	.111	.445	.135	3.3	.002
Sgridare i figli	27	.408	18	.278	.13	.147	.9	.385

Le variabili sopra riportate sono variabili binarie che prendono il valore di 1 se l'intervistato/o ha riportato di occuparsi principalmente della singola attività. La tabella riporta i test di differenza tra le medie di uomini e donne che hanno riportato essere i responsabili principali per le attività collegate al carico mentale. In neretto quando la differenza indica una responsabilità prevalentemente maschile che è statisticamente significativa.

7. RISULTATI

La Tabella 9 e la Tabella 10 riportano i risultati dello studio, con un'analisi differenziata per genere, senza e con variabili di controllo. Nell'analisi senza variabili di controllo (Tabella 9), il trattamento sembra avere un effetto positivo sulla produttività delle donne sia nei compiti manuali sia in quelli cognitivi (si veda segno della variabile trattamento delle colonne (1) e (2)), anche se l'effetto non è statisticamente significativo. Le possibili spiegazioni di questo risultato sono due: il numero ridotto di osservazioni raccolte, e il fatto che lo studio è stato avviato nei mesi estivi, che sono caratterizzati da minor carico mentale rispetto al periodo scolastico. Detto altrimenti, essendo i mesi estivi caratterizzati da minor carico mentale, il priming del nostro trattamento è stato poco efficace. Tuttavia, una differenza si può notare tra donne e uomini, dal momento che per i secondi, il trattamento ha avuto un effetto negativo rispetto alla performance del compito manuale di 0,16 Standard Deviations (SDs) (colonna 1, il coefficiente della variabile trattamento meno il coefficiente della variabile di interazione trattamento-uomo). Il segno negativo della variabile "Trattamento" nella colonna "Scelta nell'ultimo round" sta ad indicare che le donne del gruppo di

trattamento sono meno portate a scegliere il compito manuale, che è anche quello meno remunerato, nell'ultimo turno dell'esperimento. Per gli uomini del gruppo di trattamento invece l'effetto sembra essere nullo (colonna (3) differenza tra il coefficiente della variabile trattamento e quella di interazione trattamento-uomo). Il segno del coefficiente riportato nell'ultima colonna (Risultato nel compito ultimo round) per la variabile di interazione trattamento-Uomo segnala inoltre un'aumentata produttività, anche se in misura ridotta per gli uomini rispetto alle donne (0,276 SDs vs 0,12 SDs).

Tabella 9. Impatto del trattamento per uomini e donne (senza variabili di controllo)

	(1)	(2)	(3)	(4)
	Risultati nel Compito manuale	Risultati nel Compito cognitivo	Scelta nell'ultimo round	Risultato nel compito ultimo round
Trattamento	0.264 (0.369)	0.065 (0.330)	-0.063 (0.169)	0.276 (0.327)
Uomo	0.509 (0.518)	0.155 (0.497)	-0.300 (0.227)	0.384 (0.384)
Trattamento#Uomo	-0.425 (0.682)	0.399 (0.657)	0.063 (0.300)	-0.155 (0.595)
Costante	-0.267 (0.324)	-0.185 (0.259)	0.800*** (0.132)	-0.285 (0.214)
Osservazioni	47	47	47	47

Le variabili sopra riportate indicano, rispettivamente: il valore in deviazioni standard della performance durante il compito manuale e cognitivo nei primi 10 minuti dell'compito incentivato, una dummy uguale a 1 se il/la partecipante sceglie il compito manuale nell'ultimo round, e il valore espresso in deviazioni standard della performance nell'ultimo round dell'compito incentivato. La variabile trattamento è uguale a 1 se il/la partecipante è nel gruppo trattamento, 0 se fa parte del gruppo di controllo; uomo è una variabile uguale a 1 se il partecipante è un uomo, 0 se è una donna. Tutti i valori riportati sono il risultato di una regressione lineare con errori standard robusti.

Inserendo le variabili di controllo (Tabella 10), si ha conferma che il trattamento non ha ridotto la produttività nei due compiti, ma ha avuto un effetto sulla scelta compiuta dai soggetti sperimentali rispetto al compito da svolgere nell'ultimo round. In particolare, le donne hanno più probabilità di scegliere il compito più impegnativo mentre l'effetto non si verifica per gli uomini. La Tabella 10 mostra inoltre come produttività e scelte siano influenzate da variabili socio-economiche sicuramente cruciali nella conciliazione tra vita lavorativa e famiglia, in primo luogo il reddito e poi la condizione della coppia (divorziati e genitori single).

Tabella 10. Impatto del trattamento per uomini e donne (con le variabili di controllo)

	(1) Risultati nel Compito manuale	(2) Risultati nel Compito cognitivo	(3) Scelta nell'ultimo round	(4) Risultato nel compito ultimo round
Trattamento	0.716 (0.467)	0.149 (0.404)	-0.292 (0.181)	0.511 (0.458)
Uomo	0.547 (0.620)	0.151 (0.691)	-0.573** (0.240)	0.485 (0.525)
Trattamento#Uomo	-0.702 (0.751)	0.029 (0.659)	0.369 (0.305)	-0.433 (0.619)
Ricercatore/Professore	-0.406 (1.209)	-0.796 (0.596)	0.973*** (0.228)	-0.712 (0.464)
Età	0.001 (0.029)	0.011 (0.025)	-0.023* (0.013)	0.028 (0.027)
Separato/a-Divorziato/a	0.017 (0.621)	-1.048** (0.510)	0.595*** (0.193)	-0.607 (0.589)
Single	0.131 (0.405)	-1.046* (0.521)	-0.372* (0.209)	-0.884* (0.488)
Numero di figli	0.086 (0.237)	-0.196 (0.263)	-0.145 (0.114)	-0.235 (0.204)
Numero di genitori	-0.104 (0.152)	0.043 (0.197)	-0.102 (0.073)	-0.277 (0.167)
Classe di reddito netto mensile proprio - 1501-2000 Euro	0.498 (0.440)	1.011*** (0.291)	0.110 (0.131)	0.650* (0.381)
Classe di reddito netto mensile proprio - 2001-2500 Euro	0.751 (0.749)	2.623*** (0.628)	-0.821*** (0.216)	1.811*** (0.506)
Classe di reddito netto mensile proprio - 2501-3000 Euro	1.884** (0.804)	1.126* (0.562)	-0.810** (0.326)	1.526*** (0.512)
Ore lavorative a settimana	0.022 (0.060)	-0.002 (0.041)	-0.026* (0.013)	-0.011 (0.039)
Secondo round	-0.336 (0.297)	-0.355 (0.273)	0.235 (0.140)	-0.126 (0.271)
Costante	-1.695 (1.976)	-0.554 (1.494)	3.204*** (0.682)	-0.809 (1.582)
Osservazioni	47	47	47	47
R2 aggiustato	-0.039	0.103	0.244	-0.004
Variabili di controllo	Si	Si	Si	Si

Le variabili sopra riportate indicano, rispettivamente: il valore in deviazioni standard della performance durante il compito manuale e cognitivo nei primi 10 minuti dell'compito incentivato, una dummy uguale a 1 se il/la partecipante sceglie il compito manuale nell'ultimo round, e il valore espresso in deviazioni standard della performance nell'ultimo round dell'compito incentivato. La variabile trattamento è uguale a 1 se il/la partecipante è nel gruppo trattamento, 0 se fa parte del gruppo di controllo; Uomo è una variabile uguale a 1 se il partecipante è un uomo, 0 se è una donna; la variabile età esprime l'età è espressa in anni; la variabile educazione è uguale a 1 se il/la partecipante ha conseguito la laurea universitaria, 0 se ha solo il diploma di scuola superiore di secondo grado; la variabile stato civile è una variabile categorica uguale a 1 se il/la partecipante è sposato/a, 2 se è separato/a, e 3 se è single; la variabile numero di figli identifica il numero di figli del/la partecipante; la variabile numero di genitori identifica il numero di genitori ancora in vita del/la partecipante; la variabile classe di reddito è una variabile categorica che identifica la fascia di reddito del/la partecipante; la variabile ore lavorative a settimana identifica le ore lavorate in media durante la settimana dal/la partecipante; la variabile secondo round identifica l'ordine secondo cui sono stati svolti i round (=1 se prima è stato svolto il compito cognitivo nella Colonna (1), o se prima è stato svolto il compito manuale nella colonna (2)). Tutti i valori riportati sono il risultato di una regressione lineare con errori standard robusti.

CONCLUSIONI

Per la prima volta in Italia questo studio individua le determinanti del c.d. *carico mentale* delle donne e degli uomini che sono al contempo genitori e lavoratori, e quantifica l'impatto di questa dimensione non visibile della conciliazione tra lavoro e famiglia sulla produttività del lavoro e sulle scelte professionali. Per sottoporre a test l'ipotesi che il *carico mentale* possa spiegare, almeno in parte, i risultati sul mercato del lavoro e le scelte professionali è stato condotto un esperimento incentivato sul campo, che ha coinvolto un gruppo di lavoratori e lavoratrici toscani con figli minori di 18 anni. L'analisi dei questionari somministrati, e dei testi compilati dai soggetti sperimentali, mostra un onere maggiore a carico delle donne per le attività della gestione della casa e della famiglia che richiedono attenzione quotidiana, mentre gli uomini sembrano sostenere di più l'onere delle attività legate agli aspetti economici, e che hanno natura occasionale. Le donne sono, inoltre, quelle che si fanno maggiormente carico dell'aspetto emotivo legato al benessere dei componenti della famiglia. Il trattamento proposto ai soggetti sperimentali non ha ridotto la produttività nei due compiti, quello manuale e quello cognitivo, proposti ai soggetti sperimentali ma ha avuto un effetto sulla scelta compiuta rispetto al compito da svolgere nella fase finale dell'esperimento. In particolare, le donne hanno più probabilità di scegliere il compito più impegnativo mentre l'effetto non si verifica per gli uomini. Una possibile spiegazione dell'effetto ottenuto con il trattamento dell'esperimento incentivato è che le donne potrebbero avere una maggiore abilità nel trovare la concentrazione necessaria per affrontare anche i compiti più impegnativi, nonostante il trattamento abbia ricordato loro il carico mentale. Gli uomini, meno abituati a farsene carico, sembrano più affaticati e portati a scegliere, nel contesto sperimentale, un compito meno impegnativo e meno remunerato.

RIFERIMENTI BIBLIOGRAFICI

- Allred, S., Duffy, S., & Smith, J. (2016). Carico cognitivo e sofisticazione strategica. *Journal of Economic Behavior & Organization*, 125, 162-178. <https://doi.org/10.1016/j.jebo.2016.02.006>
- Anxo, D., Mencarini, L., Pailhé, A., Solaz, A., Tanturri, M. L., & Flood, L. (2011). Differenze di genere nell'uso del tempo nel corso della vita in Francia, Italia, Svezia e Stati Uniti. *Feminist Economics*, 17(3), 159-195. <https://doi.org/10.1080/13545701.2011.582822>
- Banerjee, A. V. e Mullainathan, S. (2008). Attenzione limitata e distribuzione del reddito. *American Economic Review*, 98(2), 489-493. <https://doi.org/10.1257/aer.98.2.489>
- Blau, Francine D. e Lawrence M. Kahn. "Il divario salariale tra i sessi: Estensione, tendenze e spiegazioni". *Journal of Economic Literature* 55.3 (2017): 789-865.
- Carta, F., Philippis, M. D., Viviano, E., & Rizzica, L. (2023). *Donne, mercati del lavoro e crescita economica*.
- Casarico, A., & Lattanzio, S. (2023). Dietro la penalizzazione dei figli: Capire cosa contribuisce ai costi della maternità sul mercato del lavoro. *Journal of Population Economics*, 36(3), 1489-1511. <https://doi.org/10.1007/s00148-023-00937-1>
- Cettolin, E., Dalton, P. S., Kop, W. J., & Zhang, W. (2020). Il cortisolo incontra GARP: L'effetto dello stress sulla razionalità economica. *Experimental Economics*, 23(2), 554-574. <https://doi.org/10.1007/s10683-019-09624-z>
- Ciciolla, L., & Luthar, S. S. (2019). Lavoro domestico invisibile e conseguenze per l'adattamento: Le madri come capitani di famiglia. *Sex Roles*, 81(7-8), 467-486. <https://doi.org/10.1007/s11199-018-1001-x>
- Craig, L., Mullan, K. (2011) Come madri e padri condividono la cura dei figli: A Cross-National Time-Use Comparison. *American Sociological Review*.76 (6) :834-861.

- Cuttillo, A. e Centra, M. (2017). Scelte occupazionali di genere e responsabilità familiari: Il divario salariale di genere in Italia. *Feminist Economics*, 23(4), 1-31. <https://doi.org/10.1080/13545701.2017.1285041>
- Dalton, P. S., Nhung, N. e Rüschenpöhler, J. (2020). Le preoccupazioni dei poveri: L'impatto degli oneri finanziari sull'atteggiamento di rischio dei microimprenditori. *Journal of Economic Psychology*, 79, 102198. <https://doi.org/10.1016/j.joep.2019.102198>
- Daminger, A. (2019). La dimensione cognitiva del lavoro domestico. *American Sociological Review*, 84(4), 609-633. <https://doi.org/10.1177/0003122419859007>
- Dean, E. B., Schilbach, F. e Schofield, H. (2017). Povertà e funzioni cognitive. In *The Economics of Poverty Traps* (pp. 57-118). University of Chicago Press. <https://www.nber.org/books-and-chapters/economicspoverty-traps/poverty-and-cognitive-function>
- Dean, L., Churchill, B. e Ruppner, L. (2022). Il carico mentale: Costruire una comprensione teorica più profonda di come il lavoro cognitivo ed emotivo sovraccarica le donne e le madri. *Comunità, lavoro e famiglia*, 25(1), 13-29. <https://doi.org/10.1080/13668803.2021.2002813>
- Deck, C., & Jahedi, S. (2015). L'effetto del carico cognitivo sul processo decisionale economico: Un'indagine e nuovi esperimenti. *European Economic Review*, 78, 97-119. <https://doi.org/10.1016/j.euroecorev.2015.05.004>
- Diamond, A. (2013). Funzioni esecutive. *Annual Review of Psychology*, 64(1), 135-168. <https://doi.org/10.1146/annurev-psych-113011-143750>
- Gneezy, U., Niederle, M. e Rustichini, A. (2003). Prestazioni in ambienti competitivi: Differenze di genere. *The quarterly journal of economics*, 118(3), 1049-1074.
- Gneezy, U., Niederle, M., & Rustichini, A. (2003). Prestazioni in ambienti competitivi: Differenze di genere. *The Quarterly Journal of Economics*, 118(3), 1049-1074. <https://doi.org/10.1162/00335530360698496>
- Gneezy, Uri e Aldo Rustichini. "Genere e competizione in giovane età". *American Economic Review* 94.2 (2004): 377-381.
- Goldin, C. (2006). La rivoluzione silenziosa che ha trasformato l'occupazione, l'istruzione e la famiglia delle donne. *American Economic Review*, 96(2), 1-21. <https://doi.org/10.1257/000282806777212350>
- Goldin, C. (2014). Una grande convergenza di genere: Il suo ultimo capitolo. *American Economic Review*, 104(4), 1091-1119. <https://doi.org/10.1257/aer.104.4.1091>
- Goldin, C. e Rouse, C. (2000). Orchestrare l'imparzialità: L'impatto delle audizioni "al buio" sulle musiciste. *American Economic Review*, 90(4), 715-741. <https://doi.org/10.1257/aer.90.4.715>
- Goldin, Claudia e Cecilia Rouse. "Orchestrare l'imparzialità: L'impatto delle audizioni "alla cieca" sulle musiciste". *American economic review* 90.4 (2000): 715-741.
- Guiso, L., Monte, F., Sapienza, P., & Zingales, L. (2018). Cultura, genere e matematica. *Science*, 320(5880), 1164-1165.
- Guiso, L., Sapienza, P., & Zingales, L. (2018). Avversione al rischio variabile nel tempo. *Journal of Financial Economics*, 128(3), 403-421. <https://doi.org/10.1016/j.jfineco.2018.02.007>
- Henderson, R. K., Snyder, H. R., Gupta, T. e Banich, M. T. (2012). Quando lo stress aiuta o danneggia? Gli effetti della controllabilità dello stress e della risposta soggettiva allo stress sulla performance Stroop. *Frontiers in Psychology*, 3. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2012.00179>
- Kaur, S., Mullainathan, S., Oh, S., & Schilbach, F. (2021). Le preoccupazioni finanziarie rendono i lavoratori meno produttivi? *National Bureau of Economic Research*, n. w28338., 49.
- Mencarini, L. e Tanturri, M.L., (2004) La bassa fertilità italiana tra vincoli economici e cambiamenti di valori, *Genus*, Vol. 60, No. 1, (Gennaio - Marzo), pp. 111-137
- Morgado, P. e Cerqueira, J. J. (2018). Editoriale: L'impatto dello stress sulla cognizione e sulla motivazione. *Frontiers in Behavioral Neuroscience*, 12, 326. <https://doi.org/10.3389/fnbeh.2018.00326>

- Offer, S. (2014). I costi del pensare al lavoro e alla famiglia: Mental Labor, Work-Family Spillover, and Gender Inequality Among Parents in Dual-Earner Families. *Sociological Forum*, 29(4), 916-936. <https://doi.org/10.1111/socf.12126>
- Schilbach, F., Schofield, H. e Mullainathan, S. (2016). La vita psicologica dei poveri. *American Economic Review*, 106(5), 435-440.
- Vitellozzi, S., Cecchi, F., & Rapallini, C. (2023). *Sotto pressione: l'impatto del carico mentale sulla produttività e sulle scelte professionali delle donne. Prove sperimentali dal Kenya.*

APPENDICE

Divisione del lavoro domestico tra uomini e donne del campione sperimentale

	Donne	Media	Uomini	Media	Diff	St Err	t value	p value
Lavare vestiti	27	.778	18	.167	.611	.124	4.9	0
Fare la spesa e cucinare	27	.518	18	.278	.24	.149	1.6	.114
Pagare le bollette	27	.481	18	.666	-.185	.152	-1.2	.23
Pulire	27	.518	18	.111	.408	.136	3	.005
Aiutare i figli con i compiti	27	.593	18	.056	.537	.127	4.25	0
Accompagnare figli sport/visite mediche	27	.63	18	.278	.352	.146	2.4	.021
Accompagnare figli a scuola	27	.371	18	.334	.037	.149	.25	.804
Accompagnare figli ad attività extrascolastiche	27	.518	18	.389	.13	.154	.85	.405
Aiutare membri famiglia nella cura ed igiene personale	27	.481	18	.056	.426	.129	3.3	.002

QUESTIONARIO SUL CARICO MENTALE

1) Chi svolge più frequentemente i compiti associati alle seguenti attività nella sua famiglia?

Attività	Molto più io	Un po' più io	Io e il partner	Un po' più il partner	Molto più il partner	Un'altra persona
Lavare, stirare o riporre i vestiti.						
Preparare e servire il cibo.						
Acquistare beni, medicinali e pagare le bollette.						
Pulire la casa.						
Aiutare i figli con i compiti						
Accompagnare i figli a visite mediche o a fare sport						
Accompagnare o riprendere i figli a scuola						
Accompagnare o riprendere i figli alle attività extra-scolastiche						
Giocare, dare da mangiare, fare il bagno o aiutare gli altri membri della famiglia a farlo.						

Dal modulo dell'uso del tempo dell'ISTAT

2) Su una scala da 1 a 4, dove 1 indica "Per niente" e 4 indica "Tanto", indichi quanto è soddisfatto del tempo che dedica a:

- se stesso
- coniuge/partner
- figli
- genitori
- lavoro
- amici
- svago/hobby
- riposo

3) In generale, si sente stressato?

- Sì, sempre
- Sì, spesso
- Sì, qualche volta
- No, mai

4) Qual è la sua principale fonte di stress?

- Lavoro/studio
- Situazione finanziaria
- Rapporto con i familiari
- Propria salute o quella dei familiari
- Gestione della vita quotidiana
- La situazione generale

- 5) In generale, si sente in affanno per mancanza di tempo?
- Si, sempre
 - Si, spesso
 - Si, qualche volta
 - No, mai
- 6) Tra lei e il suo partner, chi contribuisce maggiormente al lavoro domestico (e.g., lavare, stirare, cucinare, fare la spesa...)
- Molto più io
 - Un po' più io
 - Più o meno lo stesso
 - Un po' più il/la partner
 - Molto di più il/la partner
- 7) Quanto è soddisfatto/a della divisione del lavoro domestico tra lei e il suo/la sua partner?
- Molto
 - Abbastanza
 - Poco
 - Per niente
- 8) Nella sua famiglia, chi si occupa solitamente delle attività seguenti:

Attività	Molto più io	Un po' più io	Io e il partner	Un po' più il partner	Molto più il partner	Un'altra persona
Ricerca di opzioni per nuovi articoli di cui i bambini hanno bisogno, come materiale scolastico o scarpe.						
Scegliere un fornitore di servizi per l'infanzia (ad esempio, babysitter, asilo nido, campeggio)						
Tenere traccia di quando le lenzuola e gli asciugamani devono essere lavati.						
Buttare i vestiti dei bambini che non vanno più bene						
Accorgersi di quando la casa ha bisogno di essere riordinata						
Ricerca di opzioni per prodotti finanziari come conti bancari o assicurazioni.						
Decidere come gestire il denaro						
Tenere traccia delle spese domestiche						
Tenere traccia di quali generi alimentari è necessario acquistare						
Decidere cosa cucinare						
Controllare gli alimenti per verificare le date di scadenza o notare quando gli alimenti devono essere gettati via.						
Accorgersi quando qualcosa, come una lavastoviglie o un rubinetto, ha bisogno di essere riparato.						
Chiamare un professionista della riparazione come un idraulico o un meccanico						
Ricordarsi di quando un oggetto come la caldaia o l'automobile ha bisogno di manutenzione						
Trovare alternative sociali per i bambini (corsi sportivi, club, ecc.)						
Coordinare e organizzare la vita sociale dei bambini						
Seguire le chat della classe						
Tenere sotto controllo il calendario della famiglia, come ad esempio gli appuntamenti medici dei bambini.						
Pianificare un evento familiare, come una festa di compleanno						
Ricordarsi di fissare gli appuntamenti, ad esempio quelli con il dentista.						

9) In media, quali tra le attività sopra elencate occupano più tempo/spazio mentale? (Selezionare tutte quelle pertinenti). NB: far apparire solo le attività per le quali il partecipante ha risposto "Molto più io"/"Un po' più io"

Attività	
Ricerca di opzioni per nuovi articoli di cui i bambini hanno bisogno, come materiale scolastico o scarpe.	
Scegliere un fornitore di servizi per l'infanzia (ad esempio, babysitter, asilo nido, campeggio)	
Tenere traccia di quando le lenzuola e gli asciugamani devono essere lavati.	
Buttare i vestiti dei bambini che non vanno più bene	
Accorgersi di quando la casa ha bisogno di essere riordinata	
Ricercare opzioni per prodotti finanziari come conti bancari o assicurazioni.	
Decidere come gestire il denaro	
Tenere traccia delle spese domestiche	
Tenere traccia di quali generi alimentari è necessario acquistare	
Decidere cosa cucinare	
Controllare gli alimenti per verificare le date di scadenza o notare quando gli alimenti devono essere gettati via.	
Accorgersi quando qualcosa, come una lavastoviglie o un rubinetto, ha bisogno di essere riparato.	
Chiamare un professionista della riparazione come un idraulico o un meccanico	
Ricordarsi di quando un oggetto come la caldaia o l'automobile ha bisogno di manutenzione	
Trovare alternative sociali per i bambini (corsi sportivi, club, ecc.)	
Coordinare e organizzare la vita sociale dei bambini	
Seguire le chat della classe	
Tenere sotto controllo il calendario della famiglia, come ad esempio gli appuntamenti medici dei bambini.	
Pianificare un evento familiare, come una festa di compleanno	
Ricordarsi di fissare gli appuntamenti, ad esempio quelli con il dentista.	

10) Tra lei e il suo partner, chi contribuisce maggiormente all'organizzazione delle attività e della cura dei figli?

- a) Molto più io
- b) Un po' più io
- c) Più o meno lo stesso
- d) Un po' più il/la partner
- e) Molto di più il/la partner

11) Su una scala da 1 a 5, dove 1 indica "Per niente" e 5 indica "Molto", quanto sei soddisfatto della divisione del lavoro di organizzazione delle attività e della cura dei figli?

12) Tra te e il tuo/la tua partner, chi si occupa di più di:

- a) Badare ai figli quando fanno i capricci
- b) Consolare i figli quando ne hanno bisogno
- c) Pensare a cosa cucinare in base a cosa i figli vorrebbero e dovrebbero mangiare
- d) Fare attenzione allo stato emotivo dei figli
- e) Sgridare/redarguire/mettere in punizione i figli quando si comportano male

13) Su una scala da 1 a 5, dove 1 indica "Per niente" e 5 indica "Molto", quanto ti senti in colpa quando:

- a) Lasci i tuoi figli dai nonni/con la babysitter
- b) Torni tardi a casa perché ti fermi più tempo a lavoro
- c) Non riesci a partecipare alle attività extra-scolastiche dei figli (e.g., recite, saggi, gare sportive etc...)
- d) Ti prendi del tempo per te e lasci i figli con il padre/la madre

14) Su una scala da 1 a 5, dove 1 indica "per niente" e 5 indica "molto", ti capita durante il giorno di dimenticarti di fare/prendere delle cose (e.g., dimenticarti il telefono o le chiavi a casa etc...) perché hai troppi pensieri in testa?

15) A cosa sono legati principalmente i pensieri che catturano di più la tua attenzione e ti fanno dimenticare le cose?

- a) Lavoro
- b) Organizzazione della vita domestica (cose da fare dentro casa)
- c) Benessere dei figli e organizzazione delle loro attività
- d) Relazione con il/la partner
- e) Situazione economica
- f) Benessere dei genitori anziani

QUESTIONARIO SOCIO-ECONOMICO

SEZIONE: Informazioni generali

1. Età in anni _____
2. Provincia di nascita (o stato di nascita se estero)
3. Genere M/F
4. Stato civile: Sposato/Convivente/Separato-Divorziato/Vedovo/Single
5. Figli: sì no
Se sì: quanti, età e genere di ognuno

6. Occupazione (Docente vs Tecnico-amministrativo)
Se docente: RTDb/Prof. Associato/Prof. Ordinario
In media, quanti studi pubblici all'anno?
Se tecnico-amministrativo: gradi di livello occupazionale?

SEZIONE: Informazioni sulla composizione del nucleo familiare

7. Chi vive con te?
 - Partner OPZIONE: SI NO
 - Figlio convivente 1 OPZIONE: SI NO
 - Figlio convivente 2 OPZIONE: SI NO
 - Figlio convivente 3 OPZIONE: SI NO
 - Genitore convivente 1 OPZIONE: SI NO, se SI genere ed età
 - Genitore convivente 2 OPZIONE: SI NO, se SI genere ed età
 - Altra persona convivente 1_____ se SI genere ed età
 - Altra persona convivente 2_____ se SI genere ed età

8. Livello di istruzione di chi risponde:
SCEGLIERE UNA OPZIONE:
Licenza Media Inferiore
Licenza Media Superiore (Diploma)
Laurea o altro

9. Livello di istruzione del resto del nucleo familiare
[IN RELAZIONE ALLA RISPOSTA ALLA DOMANDA 7]
- 9a Livello di istruzione del partner
SCEGLIERE UNA OPZIONE:
Licenza Media Inferiore/Licenza Media Superiore (Diploma)/Laurea o altro
- 9b Livello di istruzione di figli conviventi
SCEGLIERE UNA OPZIONE:
Licenza Media Inferiore/Licenza Media Superiore (Diploma)/Laurea o altro
- 9c Livello di istruzione della madre di chi risponde
SCEGLIERE UNA OPZIONE:
Licenza Media Inferiore/Licenza Media Superiore (Diploma)/Laurea o altro
- 9d Livello di istruzione del padre di chi risponde
SCEGLIERE UNA OPZIONE:
Licenza Media Inferiore/Licenza Media Superiore (Diploma)/Laurea o altro

10. A quanti km da dove vivi svolgi la tua attività lavorativa?

11. Quanto tempo impieghi ogni giorno per recarti presso il luogo dove si svolge la tua attività lavorativa e poi tornare a casa? Menù a tendina
 - circa 15 minuti,
 - 16-30 minuti,
 - 31-60 minuti.
 - 60-90 minuti,
 - 91-120 minuti,
 - più di due ore

12. Quante ore alla settimana dedichi alla tua attività lavorativa (escluso il tempo impiegato per recarsi al lavoro e tornare a casa)? _____

13. Classe di reddito netto mensile propri

- 0-500 Euro
- 501-1000 Euro
- 1001-1500 Euro
- 1501-2000 Euro
- 2001-2500 Euro
- 2501-3000 Euro
- 3001-3500 Euro
- 3501-4000 Euro
- 4001-4500 Euro
- più di 4500 Euro

Se ha dichiarato di avere un partner/Genitore 1/genitore 2/altro convivente IN ETÀ LAVORATIVA deve compilare le seguenti domande anche per queste persone

Le prossime domande sono riferite all'attività lavorativa svolta dal partner/genitore 1/genitore 2.

14. Attualmente lavora? SI NO

Se NO, una delle seguenti opzioni:

- Studia? SI NO, se SI: cosa studia (scuola superiore, università) e tipologia
- Disoccupato o in cerca di occupazione
- Non studia e non cerca lavoro
- Pensionato
- Casalinga

Se SI:

a. Qual è la tipologia dell'attività lavorativa che svolge?

OPZIONI:

- Lavoratore autonomo [imprenditore, libero professionista, partita iva]
- Lavoratore dipendente nel settore privato
- Lavoratore dipendente nel settore pubblico

b. A quanti km da dove vive svolge la sua attività lavorativa?

c. Quanto tempo impiega ogni giorno per recarsi presso il luogo dove si svolge la sua attività lavorativa e poi tornare a casa? Menù a tendina

- circa 15 minuti,
- 16-30 minuti,
- 31-60 minuti.
- 60-90 minuti,
- 91-120 minuti,
- più di due ore

d. Quante ore alla settimana dedica alla sua attività lavorativa (escluso il tempo impiegato per recarsi al lavoro e tornare a casa)?

e. In che settore svolge la sua attività lavorativa? Scegliere un'opzione

- Industria in senso stretto
- Costruzioni
- Commercio all'ingrosso e al dettaglio, riparazione di autoveicoli e motocicli
- Trasporto e magazzinaggio
- Attività dei servizi di alloggio e di ristorazione
- Servizi di informazione e comunicazione
- Attività finanziarie ed assicurative
- Attività immobiliari, professionali e noleggio
- Pubblica amministrazione, difesa e previdenza
- Istruzione
- Sanità e assistenza sociale
- Attività artistiche, sportive, di intrattenimento e divertimento
- Altre attività di servizi

- Servizi alle famiglie (lavoro domestico, ecc.)
 - Altro_ indicare
- f. Classe di reddito netto mensile del/la partner
- 0-500 Euro
 - 501-1000 Euro
 - 1001-1500 Euro
 - 1501-2000 Euro
 - 2001-2500 Euro
 - 2501-3000 Euro
 - 3001-3500 Euro
 - 3501-4000 Euro
 - 4001-4500 Euro
 - più di 4500 Euro

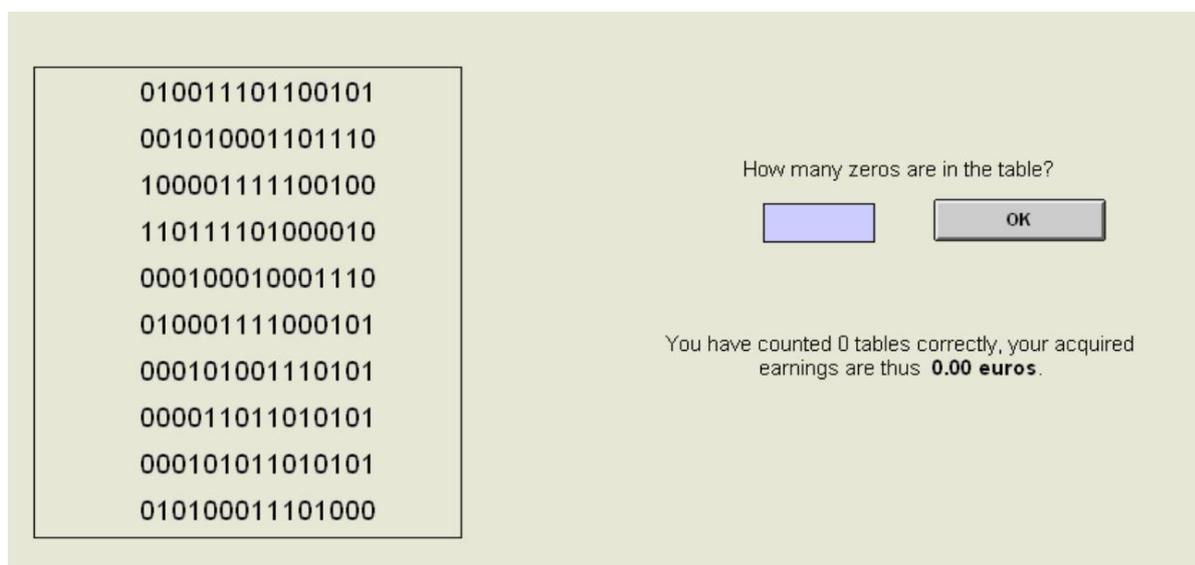
ISTRUZIONI SPERIMENTALI

Istruzioni per il gruppo di trattamento

Grazie per aver voluto partecipare. Prima di iniziare le spiegherò in cosa consistono le attività che le chiederò di svolgere. In particolare, le sarà chiesto di ricordare e di raccontarmi cosa ha fatto nella giornata di ieri nel modo più dettagliato possibile; poi dovrà leggere un testo e per rispondere dovrà scrivere lei un breve testo tra le 10 e le 20 righe. Quindi dovrà svolgere alcuni esercizi. Gli esercizi sono di due tipi, e ora le spiegherò le regole, passo dopo passo, per assicurarsi che siano abbastanza chiare prima di iniziare le attività. Se ha domande o dubbi, mi interrompa pure in qualsiasi momento. Come le è stato anticipato, alla fine degli esercizi le verrà offerto un buono da spendere per comprare dei libri. In base alla sua performance durante gli esercizi, il buono sarà da 10, 15, o 20 euro.

Voglio assicurare che i suoi risultati negli esercizi sono completamente anonimi, nel senso che nessuno potrà mai collegare il suo nome al suo punteggio finale, dal momento che il suo nome è stato sostituito con un codice e l'associazione distrutta.

Avrà a disposizione 15 minuti che saranno divisi in 3 intervalli di 5 minuti ciascuno. Nei primi due intervalli, le verrà chiesto di contare quanti 0 ci sono in una tabella che contiene solo 0 e 1. Le si presenterà di fronte una schermata simile a questa:



e lei dovrà semplicemente scrivere il numero corretto di 0. Più tabelle riesce a concludere, più sarà alto il suo punteggio. Il secondo esercizio che le verrà chiesto di portare a termine è chiamato Torre di Hanoi. In questo caso, dovrà completare quante più Torri di Hanoi possibili in 5 minuti, partendo con una torre a 4 dischi e salendo di un disco per ogni torre completata. Più livelli completerà, più sarà alto il punteggio accumulato.



La Torre di Hanoi si basa su tre semplici regole: 1) È possibile spostare un solo disco alla volta; 2) I dischi possono essere spostati solo da un'asse all'altra; 3) Un disco non può mai essere posizionato sopra un disco più piccolo. Lo scopo del gioco è riprodurre con il minor numero di mosse possibile, la stessa identica torre che ora è nel primo piolo, sul terzo piolo, rispettando le tre regole menzionate.

Quindi, ad esempio, nella versione più semplice del gioco, si procede come segue: 1) Si sposta il disco giallo sul terzo piolo; 2) Si sposta il disco arancione sul secondo piolo; 3) Si sposta il disco giallo sul secondo piolo; 4) Si sposta il disco rosso sul terzo piolo; 5) Si sposta il disco giallo sul primo piolo; 6) Si sposta il disco arancione sul terzo piolo; 7) Si sposta il disco giallo sul terzo piolo.

Negli ultimi 5 minuti le chiederò se preferisce contare gli 0 di nuovo, o completare le Torri di Hanoi con un livello di difficoltà superiore. Il punteggio associato ad ogni torre di Hanoi completata è superiore a quello associato a ciascuna tabella di zeri completata. In particolare, se sceglie la Torre di Hanoi, le chiederò di completare quanti più livelli partendo da una torre con 6 dischi.

Il buono libro che riceverà dipenderà dalla performance che avrà avuto in tutti e 3 gli esercizi.

Una volta terminati questi esercizi, come ultima cosa le chiederemo di rispondere ad alcune domande sulla gestione della vita domestica.

È tutto chiaro? Possiamo iniziare?

Ora vorrei chiedervi come avete trascorso il vostro tempo nelle ultime 24 ore. Inizieremo da ieri mattina e continueremo fino a questa mattina. Si tratterà di un resoconto dettagliato. Mi interessa tutto ciò che ha fatto (ad esempio riposare, mangiare, curare la propria persona, lavorare dentro e fuori casa, prendersi cura dei figli, cucinare, fare la spesa, socializzare, ecc.)

Vignetta del gruppo trattamento

“Siamo interessati a capire quali attività e/o preoccupazioni legate all'organizzazione della vita familiare e alla cura dei figli occupano di più la sua mente e durante una sua tipica giornata lavorativa.

Le attività e le preoccupazioni possono essere di qualsiasi tipo: ad esempio, le visite mediche dei figli, i compiti e i rapporti con i docenti, la vita sociale dei figli, pensare cosa acquistare e cucinare a pranzo e cena, pensare a questioni legate alla casa o alla macchina, pensare a come far fronte ad una spesa imprevista, far fronte a un imprevisto rispetto a quanto pianificato.

Potrebbe descrivere, in un minimo di 10 e un massimo di 20 righe, un momento di una giornata della scorsa settimana in cui attività e/o preoccupazioni simili a quelle indicate le hanno occupato di più la mente mentre lavorava?”

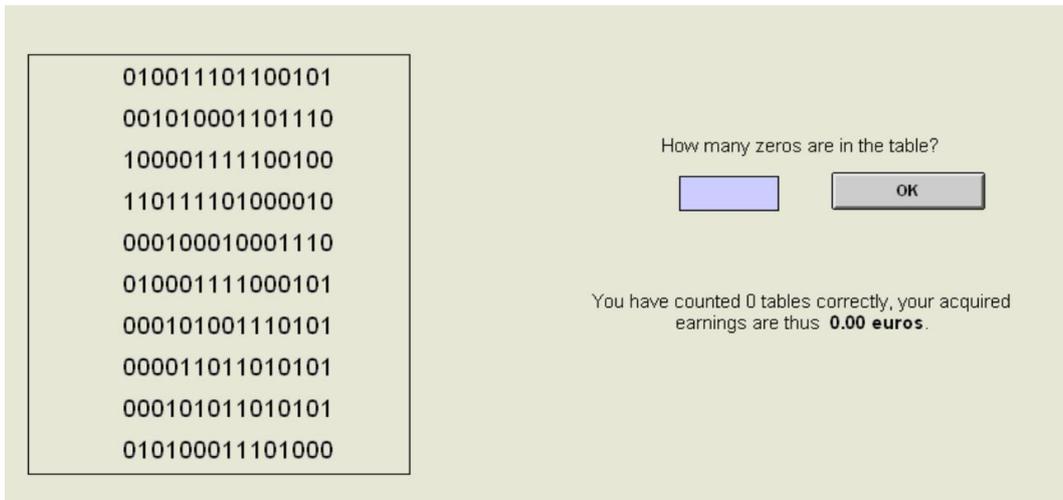
Istruzioni per il gruppo di trattamento

Grazie per aver voluto partecipare. Prima di iniziare le spiegherò in cosa consistono le attività che le chiederò di svolgere. In particolare, per prima cosa le verrà chiesto di descrivere il suo ufficio nel modo più dettagliato possibile in un minimo di 10 e un massimo di 20 righe. Quindi dovrà svolgere alcuni esercizi. Gli esercizi sono di due tipi, e ora le spiegherò le regole, passo dopo passo, per assicurarsi che siano abbastanza chiare prima di iniziare le attività. Se ha domande o dubbi, mi interrompa pure in qualsiasi momento.

Come le è stato anticipato, alla fine degli esercizi le verrà offerto un buono da spendere per comprare dei libri. In base alla sua performance durante gli esercizi, il buono sarà da 10, 15, o 20 euro.

Voglio assicurare che i suoi risultati negli esercizi sono completamente anonimi, nel senso che nessuno potrà mai collegare il suo nome al suo punteggio finale, dal momento che il suo nome è stato sostituito con un codice e l'associazione distrutta.

Avrà a disposizione 15 minuti che saranno divisi in 3 intervalli di 5 minuti ciascuno. Nei primi due intervalli, le verrà chiesto di contare quanti 0 ci sono in una tabella che contiene solo 0 e 1. Le si presenterà di fronte una schermata simile a questa:



e lei dovrà semplicemente scrivere il numero corretto di 0. Più tabelle riesce a concludere, più sarà alto il suo punteggio.

Il secondo esercizio che le verrà chiesto di portare a termine è chiamato Torre di Hanoi. In questo caso, dovrà completare quante più Torri di Hanoi possibili in 5 minuti, partendo con una torre a 3 dischi e salendo di un disco per ogni torre completata. Più livelli completerà, più sarà alto il punteggio accumulato.



La Torre di Hanoi si basa su tre semplici regole: 1) È possibile spostare un solo disco alla volta; 2) I dischi possono essere spostati solo da un'asse all'altra; 3) Un disco non può mai essere posizionato sopra un disco più piccolo. Lo scopo del gioco è riprodurre con il minor numero di mosse possibile, la stessa identica torre che ora è nel primo piolo, sul terzo piolo, rispettando le tre regole menzionate.

Quindi, ad esempio, nella versione più semplice del gioco, si procede come segue: 1) Si sposta il disco giallo sul terzo piolo; 2) Si sposta il disco arancione sul secondo piolo; 3) Si sposta il disco giallo sul secondo piolo; 4) Si sposta il disco rosso sul terzo piolo; 5) Si sposta il disco giallo sul primo piolo; 6) Si sposta il disco arancione sul terzo piolo; 7) Si sposta il disco giallo sul terzo piolo.

Nei 5 minuti che avrà a disposizione, inizierà dalla Torre di Hanoi con 3 dischi e salirà di livello per ogni torre completata. Più livelli completerà, più sarà alto il punteggio accumulato.

Infine, negli ultimi 5 minuti le chiederò se preferisce contare gli 0 di nuovo, o completare le Torri di Hanoi con un livello di difficoltà superiore e potendo accumulare un punteggio superiore. In particolare, se sceglie la Torre di Hanoi, le chiederò di completare quanti più livelli partendo da una torre con 6 dischi.

Il buono libro che riceverà dipenderà dalla performance che avrà avuto in tutti e 3 gli esercizi.

Una volta terminati questi esercizi, come ultima cosa le chiederemo di rispondere ad alcune domande sulla gestione della vita domestica.

È tutto chiaro? Possiamo iniziare?

Vignetta del gruppo di controllo

"Descrivi il tuo ufficio in un minimo di 10 e un massimo di 20 righe entrando più nel dettaglio possibile".

ESEMPI DI VIGNETTE DI UOMINI E DONNE CHE HANNO PARTECIPATO ALLO STUDIO

Donne

“Le attività/preoccupazioni della vita familiare che più interferiscono con la mia giornata lavorativa riguardano indubbiamente mio figlio: la sua vita e il suo andamento scolastici, la sua salute (da un paio di anni un po' critica per vari motivi) e la sua serenità. Ad esempio fissare le sue visite mediche, accompagnarlo, fare i colloqui con i professori o ricevere le loro telefonate in orario di lavoro, verificare sul registro elettronico che non ci siano note o comunicazioni urgenti e infine mi manca molto non poter essere a casa nel pomeriggio quando so che deve studiare per verificare che lo faccia e aiutarlo se lo richiede. In tutte queste situazioni sento senso di colpa, di inadeguatezza, di impotenza.”

“Le preoccupazioni maggiori sono legate principalmente alle attività scolastiche delle bambine e che riguardano la chat di classe con molte richieste di tipo organizzativo, le attività extra scolastiche che seguo principalmente io (attività sportive, compleanni, ricerche per scuola, etc.) e da tutte le attività domestiche a cui far fronte quotidianamente. Il tempo di accudimento dei figli e le attività domestiche richiedono molto tempo e capacità organizzative dal momento che gli impegni dei bambini (visite mediche, scuola, attività extra) sono molte ed il fatto di riuscire a coordinare il tutto comporta uno sforzo non indifferente. Tutto ciò porta chiaramente a sacrificare il proprio tempo libero e a non avere mai la testa sgombra da impegni, preoccupazioni e ansia per la paura di non riuscire a completare tutto. [...] Per le attività domestiche riesco a distribuire alcune faccende con mio marito (ad es. lui stira e mi da una mano nella pulizia della casa soprattutto nel fine settimana) e si occupa di tutto ciò che riguarda i rapporti con banche, lavori a casa, etc. Insomma, la conciliazione non è facile ed è un continuo bilanciamento tra mille attività, un vero lavoro da equilibristi.”

“Premetto che adesso è estate e quindi le preoccupazioni hanno uno spazio più contenuto, normalmente i pensieri che occupano di più i miei pensieri riguardano la crescita di mio figlio e le questioni economiche. Per il primo punto, essendo genitore unico sento molto il carico e la responsabilità delle scelte e delle giuste decisioni da prendere. Ho un figlio adolescente che ha appena cominciato gli studi superiori e molto del mio spazio mentale è occupato dalla gestione spesso a distanza dei suoi tempi di vita. Torna a casa prima di me, quindi devo aver organizzato la spesa, devo assicurarmi che studi e che rispetti i suoi impegni extrascolastici. Un compito di grande soddisfazione ma che richiede molta energia mentale e fisica.”

“Durante la mia giornata tipo le preoccupazioni principali riguardano la gestione della vita familiare, se ho predisposto tutto efficacemente come ad esempio aver fatto completare i compiti ai bambini, dato la merenda, aver rispettato orari e impegni sociali dei bambini (sport, compleanni, visite mediche, attività insieme a loro...). La stessa preoccupazione riguarda i miei genitori anziani che hanno avuto problemi di salute per cui sono stata costretta a chiedere aiuti all'esterno: se ho fatto la spesa, comunicato orari alla signora che viene ad aiutare, se ho comprato tutte le medicine, controllo degli orari in cui le devono prendere, se hanno mangiato, se stanno bene in salute o se si sentono male quando sono fuori, trovare il tempo di fare qualche attività con loro per non farli sentire soli e stimolarli continuamente.”

“Le preoccupazioni principali sono di tipo organizzativo/logistico: far coincidere orari/impegni di lavoro con eventuali imprevisti (scioperi al nido, riunioni con gli educatori, malattie del bambino). Inoltre ci sono preoccupazioni di tipo gestionale: cosa cucinare nei vari giorni della settimana, fare spesa, preparare il tutto dovendo al contempo prendersi cura del bambino. Prevedere le necessità in anticipo.[...]”

Uomini

“Nella passata settimana le maggiori preoccupazioni che mi hanno distratto e/o si sono ripresentate durante attività lavorative (lettura articoli scientifici e /o analisi dati) sono state dovute a condizioni di salute di genitori (madre) e partner. In particolare la prima ha necessitato di accertamenti ospedalieri, non ancora del tutto completati, che ha prodotto uno stato emotivo non ideale. Per quanto riguarda la partner, ha avuto nella scorsa settimana piccoli problemi di salute, legati a sonno disturbato che hanno generato forte ansia e, di riflesso mi hanno richiesto una maggiore attenzione e supporto [...]”

“[...] Un po' di preoccupazione per lo scarso tempo da dedicare alla vita di coppia sicuramente c'è, sulla quale incidono anche i problemi di salute dei genitori della mia compagna che le portano via energie fisiche e mentali. A volte siamo stanchi mentalmente e anche pensare a cosa cucinare a cena richiede un piccolo sforzo.”

"[...] Nelle giornate lavorative piene è praticamente impossibile avere tempo per pensare a queste cose, e la mente è totalmente dedicata al lavoro. Per indole, dedico i pensieri a questi argomenti solo se la mia check-list lavorativa è (temporaneamente) esaurita, il che comunque capita per almeno un'ora nella maggior parte delle giornate."

"Ultimamente la preoccupazione più grande che mi ha occupato la mente mentre lavoravo è la gestione del comportamento di mio figlio maggiore che è sempre più oppositivo-provocatorio. Il problema è che questo comportamento di mio figlio ha creato un forte tensione in mia moglie (che in questo periodo sta gestendo i figli in percentuale maggiore, poiché in ferie lavorando come insegnante) e di conseguenza ha portato anche tensioni nel nostro rapporto, soprattutto in relazione a come poter gestire il bambino e trovare soluzioni per cercare di avere una linea educativa comune."

"Forse capita più spesso che le dinamiche di gestione della mia Unità lavorativa "invadano" la sfera familiare, rispetto al contrario, sicuramente perché in casa si cerca di condividere e supportare le reciproche situazioni, mentre sul lavoro tendo a "proteggere" maggiormente la vita privata. Sicuramente la dinamica che più di frequente occupa i miei pensieri in modo impattante è la gestione degli scioperi (numerosi) della scuola di Leonardo e più in generale di tutti quei momenti in cui, per lavoro, siamo in difficoltà nella gestione del tempo del bambino."

"[...] Con tre figlie, tre età diverse, ogni imprevisto, macchina, guasti in casa, dentista, medico, etc. diventa un problema. E' necessario organizzare la propria vita lavorativa sempre con un punto interrogativo, sperando che quel giorno in famiglia vada tutto liscio. La mancanza della rete di supporto di cui sopra è, secondo me, il principale motivo dello stress nella organizzazione e gestione della familiare. Inoltre, un lavoro come quello di docente universitario non sottoposto alla timbratura di un cartellino, ti porta a diventare il jolly per ogni eventualità...devi aspettare l'idraulico, fare il tassista, etc. L'evento stressante della scorsa settimana è stata la necessità di poter organizzare il rinnovo di un assegno per uno dei miei collaboratori."

"Un ulteriore fattore di ansia è dovuto alla distanza ed il tempo di percorrenza per raggiungere Firenze, città nella quale entrambi lavoriamo e dove mio figlio frequenta la scuola dell'infanzia. Proprio tale distanza e la difficoltà economica di poter prendere in affitto una abitazione in città, costituisce un ulteriore elemento di stanchezza fisica e mentale soprattutto perché non di prossima risoluzione. Non di rado, occupandomi principalmente del pagamento delle spese correnti mensili, mi ritrovo a pensare alla necessità di far quadrare i conti o di dover attingere ai risparmi per far fronte a spese impreviste o per il pagamento di una bolletta più elevata del solito. La piena consapevolezza delle spese mensili e delle entrate mi ingenera una sorta di corto circuito perché, di fatto, strozza sul nascere ogni iniziativa di spesa legata all'individuazione di forme di collaborazione a pagamento (baby sitter, colf per la gestione delle attività domestiche) o più semplicemente legate a svaghi per la famiglia (viaggi, ristoranti...)."

"Martedì dovevo ricordarmi di contattare la pediatra per un vaccino e prenotare i libri di testo per l'inizio dell'anno scolastico. Solitamente il martedì è un giorno di lavoro lungo, che termina alle 18:00, quindi non sarei riuscito a portare mia figlia al parco. Sapevo che la cena non sarebbe stata un problema, poiché quella sera ci pensava la mia compagna. Solitamente porto a letto mia figlia, per raccontarle la favola inventata della buonanotte ed alle volte dopo 9 ore a lavoro la fantasia non è tanta."