

Sapevate che l'Italia è il paese al mondo col miglior equilibrio tra vita e lavoro?

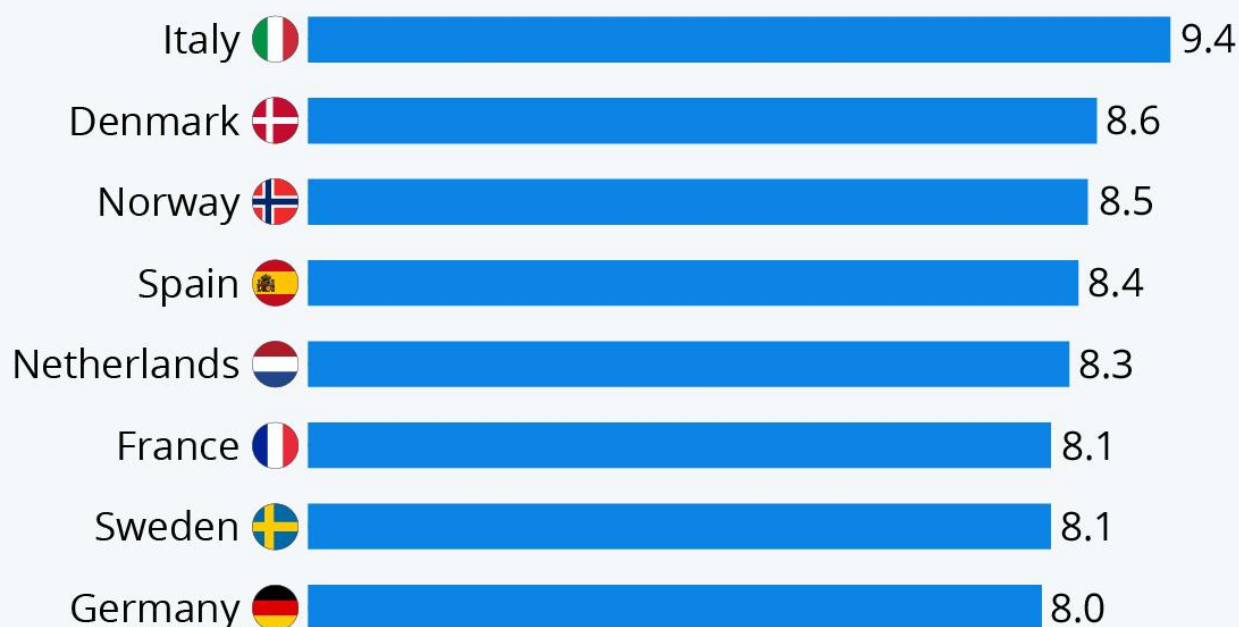
Gli italiani [stentano](#) a crederci, ma l'Italia è uno dei Paesi in cui tra vita professionale e vita privata esiste un ottimo equilibrio. Non solo, secondo l'ultima [classifica](#) pubblicata, relativa al 2020, l'Italia si è posizionata addirittura al **primo posto** mondiale dopo avere superato la Danimarca. È il rapporto [dell'OCSE](#) (Organizzazione per la cooperazione e lo sviluppo economico) sul *Work Life Balance* a stilare la classifica, analizzando i 38 paesi membri dell'Organizzazione e considerando come indicatori principali le **ore di lavoro** e i momenti dedicati invece al **tempo libero**.

Sapevate che l'Italia è il paese al mondo col miglior equilibrio tra vita e lavoro?

## The Countries With the Best Work-Life Balance



OECD countries ranked highest for the quality of their work-life balance in 2020 (10=best balance)



Based on length of working hours and time for leisure and personal care in the 38 OECD member states plus Russia, Brazil and South Africa.

Source: OECD



statista

### OCSE, *Work Life Balance*: il primato italiano

Secondo gli indicatori dell'OCSE, lavorare "troppo tempo" equivale, tendenzialmente, a superare le **cinquanta** ore settimanali. Non sorprende il fatto che a garantire migliore equilibrio tra vita professionale e privata sia ciò che è al di fuori dell'orario lavorativo, ma

Sapevate che l'Italia è il paese al mondo col miglior equilibrio tra vita e lavoro?

lascia **increduli** molti italiani il comprendere come il Bel Paese sia effettivamente il **luogo migliore** in cui tale equilibrio riesca ad eccellere ed essere mantenuto. Dall'indagine è infatti emerso come "solo" il **3 percento** degli italiani lavori 50 o più ore a settimana, contro la media degli altri paesi dell'OCSE che è invece del **10 percento**. Tanto che come visibile dal grafico, non solo l'Italia è al primo posto, ma raggiunge quasi il massimo del punteggio (9.4/10).

## Gli italiani sono troppo abituati alle *bad news*?



Gli italiani non riescono a credere che il Bel Paese offra davvero una situazione di qualità della vita tanto conveniente, specialmente se paragonato ad altri Paesi europei ma, sopra ogni cosa, agli **Stati Uniti**, invece scesi ancora più in basso nella classifica (29esimo posto). A quanto pare l'*American dream* rimane giusto un sogno, perché la situazione è ben peggiore di quella italiana. E dall'uscita della classifica *The Countries With the Best Work-Life Balance*, si è creato un vero e proprio [dibattito](#) a riguardo. Proprio come nel social network *Reddit Inc.*, dove un utente, incredulo, ha pubblicato un *post* chiedendo e chiedendosi: "Siamo davvero il Paese con il migliore equilibrio fra lavoro e vita?". Le risposte non hanno tardato ad arrivare e alla discussione hanno partecipato italiani residenti in Italia, cittadini che invece vivono fuori e stranieri.

Sapevate che l'Italia è il paese al mondo col miglior equilibrio tra vita e lavoro?



**Obelix13** • 10d  
Roma

Considerata la mia esperienza negli USA di 25 anni fa, concordo con questa statistica. Lì si lavorava un mazzo, si guadagnava, ma un sacco di soldi spesi male perché non c'era il tempo di spenderli bene.

...    277 



**JamieDelRey** • 10d

Ma infatti gli USA non mi aspettavo di trovarli davanti in classifica, ma paesi come Francia, Germania, Svezia, Norvegia ecc?? Lì proprio non me lo spiego.

...    111 



**Tifoso89** • 10d

Io mi aspettavo gli scandinavi + Finlandia ai primi posti

I più sorpresi sono stati proprio coloro che nel Paese vivono e lavorano. Chi invece ha scelto di andare fuori per svariati motivi, ha cercato di sottolineare come sì, l'Italia abbia diverse pecche ma come la qualità della vita in generale sia effettivamente tra le migliori. Questo perché in Italia si riesce a spendere il denaro guadagnato durante il tempo libero in maniera "sana" e intelligente, come ha detto qualcuno soprattutto comparando lo stile di vita degli italiani con quello, ad esempio, degli statunitensi.

Sapevate che l'Italia è il paese al mondo col miglior equilibrio tra vita e lavoro?

## Il lungo dibattito social sul benessere degli italiani: realtà o “solo numeri”?

La filosofia lavorativa italiana avrà pure da crescere, ma quel che gli italiani riescono a preservare è il loro **benessere**. Questo grazie alle ore di lavoro molto meno intense rispetto ad altri paesi ma anche coloro che sono più impegnati riescono in media a dedicare il **69** per cento del loro tempo al prendersi cura del proprio essere, dal dormire al mangiare ad attività di socializzazione fino ad arrivare alle proprie passioni, per un totale di 16 ore e mezzo contro invece la media di 15 ore negli altri Paesi analizzati dall'OCSE.



wearsAtrenchcoat · 10d  
Earth



1 premio

Anziano here. Da 30 anni negli USA. Il rapporto lavoro/qualità della vita in Italia è di gran lunga molto migliore che negli Stati Uniti. L'americano medio (che è un termine estremamente vago) lavora di più, non si svaga se non in maniera unhealthy (alcohol, droghe, Facebook, circoli sociali tossici come chiese e associazioni pseudo politiche che nutrono odio per il prossimo), non va in vacanza quasi mai, ha pochi amici con cui si incontra in persona una volta all'anno, ha la famiglia sparpagliata per mezzo continente, soffre di una salute malsana, ed odia la sua vita. Guadagna di più ma deve spendere

C'è comunque chi ricorda che si parla di media, di dati, e che ad esempio in Italia c'è anche gran percentuale di chi lavora “in nero”, probabilmente non considerato nella raccolta dati. C'è anche chi sottolinea come nella penisola molte donne abbiano ancora difficoltà a trovare

Sapevate che l'Italia è il paese al mondo col miglior equilibrio tra vita e lavoro?

un giusto impiego e come esistano molte casalinghe, che è a tutti gli effetti un lavoro a tempo pieno dove il tanto importante momento di libertà sembra non arrivare mai.



camellight123 - 10d

Io penso che probabilmente c'è anche da mettere in conto che le donne lavorano di più. Qui molte mamme fanno part time quindi magari secondo uno "studio" magari va a finire che in media abbiamo più tempo libero. Mentre magari in altri paesi, entrambi i genitori lavorano più o meno pari, ma con orari fatti in modo da occuparsi dei bambini. Bho non so la butto lì come spiegazione.



micheeeeloone - 10d

📍 Campania

Sinceramente penso che hanno evitato questi casi dato che comunque la casalinga è un lavoro (nel senso che anche se non vieni pagato deve fare faccende di casa/ badare ai figli e non penso lo considerino tempo libero) ed è difficile quantificare le ore che ti impegna.



Sapevate che l'Italia è il paese al mondo col miglior equilibrio tra vita e lavoro?

C'è poi chi sostiene che la raccolta dati rispecchi la realtà della vita, ricordando come seppur con uno stipendio medio basso, il denaro speso sia speso "bene", senza il bisogno di folli distrazioni come invece accade in molte altre parti del mondo. Anche perché l'Italia garantisce dei servizi gratuiti che permettono una vita meno dispendiosa sia economicamente che a livello di stress mentale/fisico, come la sanità pubblica. Inoltre gli italiani godono di svariati momenti di vacanza e di pausa, dalle ricorrenze ai giorni di festa, alle ferie, alla malattia. Si riesce a mangiare bene e andare in vacanza un po' ovunque e anche l'assetto territoriale italiano facilita gli spostamenti.



Yesnononono · 10d

**Sul fatto che negli States sia una lotteria concordo, ma qui nello stivale tutto questo ben di dio che racconti te lo godi solo tu mentre una fiumana di lavoratori essenziali mal retribuiti e mal tutelati si fanno un mazzo tanto, magari senza ottenere la residenza, magari senza contributi, poi con un livello di sostenibilità che farebbe ridere un pallottoliere per i conti che non tornano mai, ah poi prova ad avere pure qualche sogno da parte che vada oltre il campare cent'anni facendosi i cazzi propri. Insomma: Bene ma non benissimo.**



Sapevate che l'Italia è il paese al mondo col miglior equilibrio tra vita e lavoro?

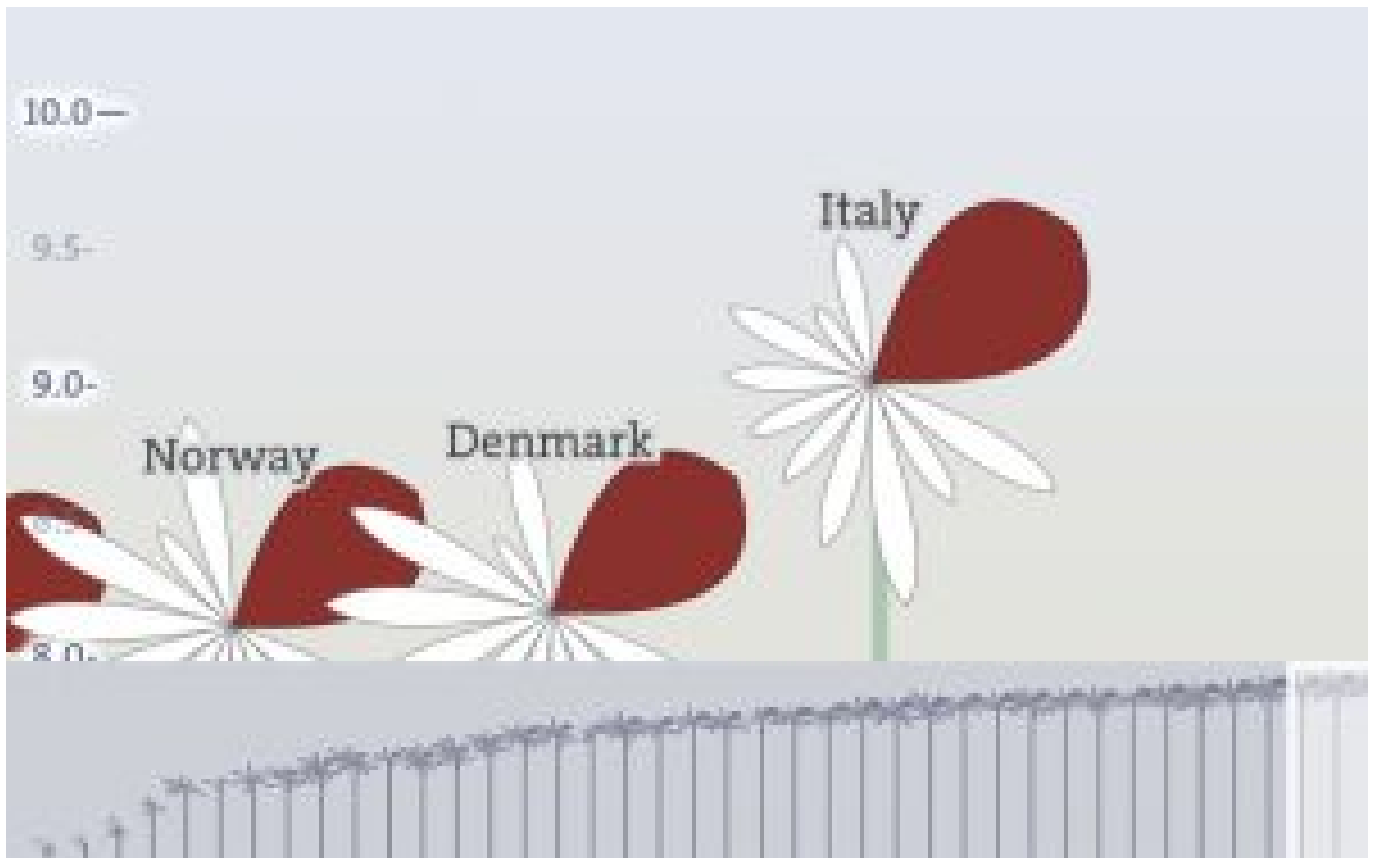
## L'equilibrio nella vita: un armonioso coesistere di più dimensioni

In poche parole, l'equilibrio tra lavoro e vita non dipende solo ed esclusivamente dagli indicatori principali, ma è necessario vedere la situazione a 360 gradi, perché ogni **settore** dell'esistenza è in fin dei conti **connesso**. Non a caso, [How's Life, Measuring well-being?](#) il rapporto statistico pubblicato ogni due anni sempre dall'OCSE, descrive alcuni degli aspetti essenziali della vita che modellano il benessere delle persone. L'indagine considera undici aspetti fondamentali, dal reddito alla ricchezza, lavoro e guadagni, l'alloggio, la salute, l'istruzione, l'ambiente. Ma anche i legami sociali, l'impegno civico, la sicurezza e il benessere soggettivo. E riflettendoci bene l'Italia offre una situazione sicuramente criticabile per certi versi, ma anche "invidiabile". Il territorio, la storia, le persone, il clima...e un modello lavorativo che riesce, nonostante tutte le critiche che si possono fare, a garantire ancora di "vivere e lavorare" e non "lavorare per vivere".

Perché altrove - certo si hanno esempi anche in Italia - le troppe ore spese in ufficio, a [performare](#), hanno **compromesso** la salute mentale e fisica. Lavorare troppo è poi, come ultimamente dimostrato, sinonimo di **inefficienza** e non il contrario come si crede fin troppo spesso, senza parlare di come poi lo *stress* accumulato affetti anche la sfera privata. Motivo per cui molti Paesi stanno [sperimentando](#) la settimana lavorativa breve e anche perché tante più aziende comprendono quanto importante sia [preservare](#) la **qualità** della vita dei propri dipendenti.



Sapevate che l'Italia è il paese al mondo col miglior equilibrio tra vita e lavoro?



È fondamentale che il tempo libero permetta di svagarsi, prendersi cura di sé e dedicarsi a qualche passione, *hobby*, attività. Insomma, che la vita **non** lavorativa sia tale e non diventi **unico** momento in cui ricaricare le energie perché **stremati** dalla propria professione, la quale diventa preponderante eliminando tutto il resto. L'equilibrio tra lavoro e vita privata è quindi di grande importanza, nonostante non sia facile, nell'odierna società, far conciliare i due mondi. Eppure "La capacità di conciliare con successo lavoro, impegni familiari e vita personale è importante per il benessere di tutti i membri di una famiglia", come viene sottolineato nel testo ufficiale dell'OCSE. E sembra che l'Italia ci riesca meglio di chiunque altro.

[di Francesca Naima]