



#Collaboratori #Mondo del lavoro #Società

Sono mille i motivi che possono spingere a interrompere la carriera: l'arrivo di un figlio, la voglia di viaggiare o di prendersi una pausa. Per Sandra si è trattato di un soggiorno temporaneo negli USA. Al rientro in Svizzera è tornata alle FFS ma come Business Partner HR. Ecco com'è andata.



Sandra Roth ha trascorso gli ultimi due anni con la famiglia negli USA ma a causa delle norme sui visti non ha potuto lavorare. «Ci tenevo però a rimanere al passo con il mercato del lavoro. Perché sapevo che a un certo punto sarei tornata in Svizzera e che una volta qui avrei voluto ricominciare a lavorare», spiega la donna madre di due figli. Prima del trasferimento negli USA Sandra Roth era impiegata alle FFS nelle risorse umane.

Di ritorno in Svizzera, la quarantatreenne ha presto ricominciato a lavorare per il suo vecchio datore di lavoro, sempre alle risorse umane ma con un'altra funzione. Aveva ricevuto la conferma di reinserimento da parte delle FFS diversi mesi prima dell'effettivo rientro a casa e per la procedura di candidatura era tornata appositamente in Svizzera per una settimana.

Ecco i 7 consigli di Sandra per un efficace reinserimento professionale.

1. Porsi le giuste domande (esistenziali)

Nella vita delle persone, l'inizio di una nuova fase porta spesso con sé domande profonde.

- Quali sono i miei obiettivi professionali e privati?
- Voglio lavorare a tempo parziale o a tempo pieno?
- Come posso conciliare famiglia, hobby e lavoro?
- Come mi vedo nei prossimi anni?

Le risposte a queste domande, unite a valutazioni di carattere finanziario, aiutano a pianificare concretamente il reinserimento.

All'occorrenza, può essere utile anche richiedere una consulenza per individuare i propri punti di forza e gli ambiti del mercato in cui sono più richiesti. Sandra Roth ha sfruttato il periodo di pausa per fare il punto della situazione e ha iniziato per tempo a valutare le proprie opportunità di reinserimento professionale.

2. Prendersi il tempo di decidere

Prima del loro soggiorno all'estero, Sandra Roth e suo marito lavoravano rispettivamente all'80 e al 100 per cento e volevano mantenere la stessa organizzazione anche al rientro. Era quindi ovvio che tutte le incombenze extraprofessionali avrebbero dovuto essere divise equamente. Tuttavia, prima di mettersi effettivamente a cercare un nuovo lavoro, Sandra Roth si è presa il tempo di esaminare tutte le questioni pratiche e organizzative.

- Quali sono le possibili soluzioni per l'accudimento dei figli?
- Quali sono i vantaggi e gli svantaggi delle diverse soluzioni di accudimento?
- Quali compiti può assumersi il padre e quali la madre?
- Dov'è il nuovo posto di lavoro e come sono gli orari?
- Bisogna fare avanti e indietro ogni giorno oppure si può lavorare da casa?

Sandra ha affrontato tutti i dubbi con suo marito e ogni decisione è stata presa insieme. Donne e uomini che non vivono secondo schemi tradizionali si trovano spesso confrontati con altri aspetti da chiarire. Come la questione del sostegno organizzativo e finanziario per le famiglie monoparentali o dello sgravio nei periodi più pesanti.



Vecchio datore di lavoro, nuova funzione: Sandra Roth offre consulenza ai partner interni in materia di HR.

3. Coltivare una rete solida

Una buona rete personale e professionale è essenziale e semplifica spesso la vita. Nel processo di candidatura, avere dei contatti in grado di raccomandarci può essere decisivo. Circa il 40 per cento dei posti di lavoro sono assegnati sulla base di relazioni personali. Chi come Sandra Roth vive a lungo all'estero o si prende una pausa per dedicarsi alla famiglia dovrebbe coltivare i propri contatti. Durante il soggiorno negli USA Sandra si è tenuta in contatto con gli ex colleghi di lavoro, gli amici, i conoscenti e i familiari. Questo le ha permesso di essere sempre aggiornata sulle offerte di lavoro, comprese quelle che altrimenti non avrebbe trovato così rapidamente.

4. Rimanere aggiornati con la formazione continua

Ai fini del reinserimento professionale la formazione continua è molto utile. Con l'acquisizione di nuove conoscenze, un corso, un diploma o addirittura con una formazione continua pluriennale, ci si tiene aggiornati professionalmente aumentando le probabilità di ritrovare lavoro dopo. Sandra Roth ha approfittato dell'interruzione della carriera durante il suo soggiorno all'estero per completare un Executive Programm all'University of California di Los Angeles. Con questa formazione continua, Sandra Roth ha arricchito enormemente il proprio bagaglio di conoscenze, non da ultimo grazie al confronto con la gente del posto e alla possibilità di toccare con mano la realtà statunitense.

5. Tenere aggiornata la documentazione di candidatura

Il curriculum è il biglietto da visita di ogni lavoratore e dovrebbe sempre essere aggiornato per essere pronto da inserire all'occorrenza in un dossier. Vale quindi la pena controllarlo di tanto in tanto e integrarlo con eventuali nuove esperienze professionali, corsi, formazioni continue e altri aspetti rilevanti.

6. Acquisire nuove competenze per rimanere al passo con il mercato del lavoro

Che sia nel volontariato, nell'assistenza o con associazioni o fondazioni, fare un'esperienza non retribuita può arricchire molto. Fa buona impressione sul curriculum poiché consente di acquisire conoscenze utili anche sul lavoro. Inoltre, allacciare nuovi contatti può anche aprire nuove porte e offrire ulteriori opportunità di reinserimento.

7. Confrontarsi con gli altri

In qualità di donna e madre, per Sandra Roth è stato di grande aiuto potersi confrontare con altre persone in una situazione privata e professionale simile alla sua. Ma lo stesso vale per gli uomini, che possono anch'essi trovare nuovi stimoli nel dialogo con l'altro. Qualsiasi sia la propria situazione personale, è importante confrontarsi con gli altri, scambiarsi idee e consigli e condividere le proprie esperienze.

Il vecchio datore di lavoro come opzione

Non sempre, dopo un periodo di pausa, si ha voglia di riprendere da dove si aveva lasciato e in questi casi ha senso optare per un riorientamento professionale. Per molti, tuttavia, tornare dove si lavorava prima è l'ideale. E così è stato anche per Sandra Roth che non ha mai smesso di considerare le FFS un valido datore di lavoro. «Avevo già avuto modo in passato di apprezzare le FFS come datore di lavoro grazie alla flessibilità e ai numerosi progetti interessanti e mi piaceva l'idea di tornare alle FFS dopo il mio soggiorno all'estero.»



Grazie a un adeguato modello lavorativo FFS, Sandra Roth può conciliare famiglia e lavoro.

L'esperta consiglia: «Avere una buona rete di contatti è molto importante per il reinserimento professionale.»

Con o senza contatti, tuttavia, ancora oggi tornare al lavoro per molti è alquanto complicato, anche perché mancano offerte corrispondenti. Le FFS sono una tra le prime aziende svizzere a proporre offerte specifiche per il reinserimento professionale.

- [Informazioni sul reinserimento professionale alle FFS](#)