

LA LETTURA

Come ridefinire i confini per trovare equilibrio e benessere al lavoro

L'ingresso massiccio della Generazione Z nel mercato del lavoro ha portato molti più stravolgimenti di quanto fosse possibile immaginare. È una generazione meno disposta a scendere a compromessi sugli equilibri tra vita privata e lavoro ed è stata la protagonista indiscussa del fenomeno delle grandi dimissioni che hanno aperto una riflessione sia tra le persone che tra le imprese. Da oggi arriva in librerie il nuovo libro di Silvia Zanella, *Basta lavorare così*, edito da Bompiani. È un libro che nasce da un vissuto ventennale di storie raccolte nelle diverse realtà in cui l'autrice ha lavorato e con cui ha collaborato come consulente. Volendo semplificare una guida per ridefinire i confini tra il lavoro che è sempre più per obiettivi, ma non può essere anche senza orari, e il privato. Il prezzo della flessibilità che ha aiutato tutti a fare fronte alle esigenze private, ha tolto i confini tra i due mondi, sempre più vicini, fino a intersecarsi continuamente. La prima considerazione da cui parte Zanella è che «non è normale star male per il lavoro. Se la nostra attività quotidiana ci toglie il sonno, se ci schiaccia sotto il peso dell'ansia o ci lascia esausti, è perché stiamo sbagliando qualcosa: noi stessi, i nostri capi, le organizzazioni per cui lavoriamo». Il lavoro incontra continui cambiamenti, quelli degli ultimi anni sicuramente sono avvenuti a una velocità mai vista. C'è stato un tempo in cui il lavoro, così come tutta la società, aveva punti cardinali forti e confini ineliminabili, scrive Zanella. Si lavorava in un certo posto, in determinati orari, a specifiche condizioni, con strumenti – fisici, intellettuali, emotivi – ben definiti. Questo ha caratterizzato l'epoca solida del lavoro, tra fine Settecento e fine Novecento, quella industriale, legata soprattutto alla manifattura e alle grandi produzioni.

C'è stata poi un'epoca liquida, dalla fine degli anni Novanta del secolo scorso in poi, in cui la dimensione spazio-temporale è cominciata a venire meno e si sono fatti di nuovo più sfuggenti i contorni tra vita e lavoro. La tecnologia è stata la causa principale di questa smaterializzazione, che ha portato non solo alla digitalizzazione di processi e documenti. Sono infatti scomparse le

garanzie di occupabilità dopo determinati percorsi di studi, le certezze del posto fisso, la linearità della carriera, la possibilità stessa di andare in pensione in tempi sicuri e prestabiliti.

Basta lavorare così è, dice Silvia Zanella, un libro sui confini che riporta ad averne consapevolezza soprattutto mentre le nostre vite professionali sono state inondate dalla tecnologia che li ha sgretolati. Portando cosa? La telefonata del collega alle otto di sera. Il gatto che passa davanti allo schermo durante la videoconferenza. Le email lette in metropolitana. I pantaloni del pigiama sotto alla camicia e alla giacca nelle riunioni online. La recita di Natale con un occhio alla chat aziendale. Il pc portatile dentro al trolley ad agosto, che non si sa mai. Ma anche la presentazione resa più bella con l'aiuto dell'intelligenza artificiale. O i follow up alle riunioni facilitate dalle note prese in automatico. E tutto quello che succederà. Il libro individua otto punti critici a cui prestare attenzione, perché ciascuno indica un possibile sconfinamento tra vita e lavoro, pone davanti a una scelta e può essere fonte di malessere. Zanella li ha riassunti attraverso delle frasi. «Io sono il mio lavoro» che deve fare riflettere sulla questione identitaria, «Siamo una grande famiglia» o anche «Mettiamo le persone al centro» sul tema dei valori. «#Ilovemyjob», sul significato che attribuiamo al lavoro. «Siamo tutti utili ma nessuno è indispensabile» o «Ringrazia che hai un lavoro» che apre la riflessione sulla felicità. «Ha intenzione di fare figli?» o «Qui fuori ho la fila» o «Mi hai messo in copia?» che rimandano alle questioni dell'etica e del potere. E poi ancora «Lei non è pagato per pensare, Lei è pagato per lavorare» o «Sai quanti ne trovo come te?» che ci rimandano alla tecnologia. E poi ancora «I problemi personali si lasciano a casa» sulla questione degli spazi. E infine «Oggi part time?» o «Scusa l'ora, hai un minuto?» sul tema del tempo. Attraverso frasi associate a comportamenti tossici, il libro cerca di suggerire come disinnescarli. Anche perché lavorare felici e non frustrati produce risultati positivi misurabili non solo per le persone, ma anche per le aziende.

© RIPRODUZIONE RISERVATA



SILVIA ZANELLA
È autrice di *Basta lavorare così* ed è una consulente sulle risorse umane



Oggi in librerie. *Basta lavorare così* è edito da Bompiani



LE CRITICITÀ
Il libro individua 8 punti critici che potrebbero essere fonte di comportamenti tossici e suggerisce come disinnescarli

