

Andrew Smart, ricercatore, ci spiega perché la vera produttività sta nei momenti di pausa

L'elogio dell'ozio

In una società ossessionata da crescita e produttività si tratta di cambiare paradigma. Perché l'innovazione non è figlia dello stress, ma del tempo 'perso' della riflessione.

di Franco Cavalleri

Ogni giorno ci viene richiesto di occupare ogni istante della nostra giornata, gestire più cose contemporaneamente, essere veloci, pratici, efficienti. Produttivi. In nome della nostra crescita non solo lavorativa ma perfino umana. Tutto falso. La Storia dimostra che saranno i più pigri ad avere l'ultima parola: Isacco Newton scoprì la forza di gravità mentre oziava sotto un albero di mele e Archimede elaborò il principio che prende il suo nome mentre era immerso nella vasca da bagno. La cultura dell'efficienza non solo è improduttiva, ma può seriamente minare la qualità del nostro lavoro e danneggiare il nostro modo di pensare.

A sostenerlo è Andrew Smart, studioso del cervello umano e di organizzazione aziendale e del lavoro, con il suo primo libro, "In pausa" (pubblicato in italiano da Indiana). Nelle sue 192 pagine, Smart sostiene che dovremmo fermarci un momento, sedere e non fare nulla: solo così saremo produttivi. Un vero e proprio ribaltamento a 180 gradi della cultura dei manager degli ultimi anni, un manifesto in difesa dell'ozio. Un manuale indispensabile da distribuire ai propri capi, difendendo il sacrosanto diritto a lavorare con calma.

Un sogno realizzabile, in un mondo in cui le performance sono misurate al millisecondo?

Sono d'accordo che è molto difficile, oggi, vivere senza mettere a rischio la salute nel lungo periodo. E anche per quello che riguarda il breve periodo avere un lavoro serio significa non poter essere creativi, rimanere in contatto con le proprie emozioni o riflettere sulla propria vita, perché siamo sopraffatti dal business. La pressione perché facciamo le cose velocemente cresce sempre di più. Non sono sicuro di quale possa essere la soluzione, a meno che non vogliamo prendere in considerazione una nuova organizzazione economica che non privilegi il profitto rispetto alle persone. Dovremmo anche affrontare la crescente disuguaglianza, perché quando la ric-



Il tempo della vita

KEYSTORE

chezza è così concentrata siamo tutti sotto pressione per lavorare con maggiore efficienza anche solo per evitare di perdere quel poco che abbiamo. E, come cerco di spiegare nel libro, il cervello umano, semplicemente, non è disegnato per fare questo.

I suoi colleghi come hanno reagito all'invito di "prendersi una pausa"?

Le persone con cui lavoro e che sanno del mio libro pensano tutte che sia una grande idea e sono d'accordo, ma pochi di loro oserebbero parlarne apertamente. C'è una paura generale, in modo particolare nel settore industriale, che esprimersi onestamente nei confronti delle scadenze e dei carichi di lavoro

porti al licenziamento. La conoscenza scientifica sulla necessità di fare delle pause e di non lavorare troppo sta acquisendo forza e le aziende non possono più negare che aspettarsi dai dipendenti che sacrifichino la loro salute fisica e mentale per il profitto a breve termine della società non è sostenibile. Ma la pressione per produrre profitti impedisce a chiunque di fare qualunque cosa significativa al riguardo.

I direttori delle risorse umane chiedono di essere "multitasking"; di mantenere il ritmo nello sviluppo delle capacità personali. All'insegna del "Chi si ferma, è perduto".

Bene, questo è uno dei tanti casi in cui le

aziende dimostrano di ignorare completamente le conoscenze scientifiche riguardo al cervello. Il multitasking non funziona, è un'illusione pensare che possiamo fare più cose contemporaneamente. Il nostro cervello non è in grado di filtrare quelle informazioni che non hanno alcuna importanza per quello che stiamo facendo. Così, quando sento qualcuno proclamare di essere multitasking, rimango molto scettico e mi viene l'istinto di verificare quello che sta veramente facendo e scommettere che ci sono molti errori. Inoltre, il multitasking porta a una specie di deficit di attenzione compulsiva, tanto da causare dipendenza da multitasking, e la capacità di focalizzarsi sulla realtà ne soffre.

PAUSA

Il tempo delle idee

Premiare chi si ferma, si siede a riflettere e trova nuove idee. È possibile? «È molto difficile per le aziende - spiega Andrew Smart - comportarsi in questo modo perché sono sotto una pressione continua per massimizzare i profitti a breve termine. Inoltre sono poco avvezze al rischio e a permettere alle persone di dimostrare creatività; una creatività che potrebbe portare idee nuove, ma anche non portare a nulla, non si può prevedere. Di certo non potrai mai avere idee innovative se costringi le persone a essere sempre impegnate, a non avere mai il tempo per riflettere. Perfino nel mondo accademico gli scienziati tentano di sfornare quanti più studi e ricerche possibili, al fine di ottenere borse di studio e posizioni nelle università. C'è una corporativizzazione della ricerca accademica che si inserisce nel modello del profitto a breve termine. Hanno sempre meno tempo per studiare, meno tempo per pensare, e come conseguenza meno tempo per avere idee. Nel lungo periodo la nostra società soffrirà molto per questa mancanza di nuove idee. Ci stiamo veramente sparando nei piedi».

Creatività e produttività

Ecco, chiarito il problema che fare? Per Smart è una questione di cultura e di informazione: «Credo che per raggiungere l'obiettivo di una maggiore oziata si debba diffondere la conoscenza scientifica che sta alle spalle. E come per il fumo. Cinquanta anni fa nessuno pensava che facesse male, c'erano perfino pubblicità che ti dicevano "fumare fa bene alla tua salute". Ora il messaggio della scienza è chiaro, fumare ti ucciderà. Oggi, sempre meno persone fumano, il fumo è bandito da molti luoghi pubblici, gli stessi fumatori capiscono il rischio che corrono. Credo sia lo stesso per il lavoro. La nostra cultura deve imparare a seguire quanto la scienza dice sui danni del lavoro per la salute. Dovrebbe essere possibile assicurarsi il necessario per sé e per la propria famiglia, per una bella vita, senza trovarsi con la pressione alta, problemi cardiaci, obesità o altre patologie. Senza parlare del fatto che essere sempre occupati e lavorare tante ore distrugge la creatività e il benessere emozionale nel breve periodo».



Miguel Angel Cienfuegos

LO SPETTACOLO

'Dall'altra parte', l'assurdo della pace

di Claudio Lo Russo

Assurdità della guerra, assurdità della pace. Di quella requie che segue sempre la tempesta, anche se irrimediabilmente corrotta dal clangore bellico della follia umana. Una coesistenza "pacifica" che si realizza solo tracciando confini, alzando muri, separando popoli. Già solo per l'attualità del suo dire allucinato, 'Dall'altra parte' è uno spettacolo che merita di essere

visto. Nel testo di Ariel Dorfman - autore cileno che porta nella sua storia l'esperienza del conflitto, della fuga, della separazione - la Compagnia Teatro Paravento ha dato una scossa all'incendere calmo della sua produzione.

Con una scena essenziale quanto efficace nell'evocare le assenze prodotte dalla guerra, Miguel Angel Cienfuegos porta in scena un testo che dà forma in modo inquieto alla follia in cui si perdono le ragioni di ogni conflitto e le speranze di un ordine giusto che riscatti l'oscurità ottusa del Male. In scena, con il regista, l'abituale compagna di lavoro, Luisa Ferroni, e il bravissimo Davide Gagliardi. Atom e Levana vivono da 20 anni asse-

diati dalla guerra che divide due città immaginarie; seppelliscono morti senza nome e aspettano il ritorno del figlio. Ma quando la pace viene firmata, questa prende il volto di un soldato che fa passare la nuova frontiera in mezzo al loro letto, trasformando la loro vita domestica in un assurdo di norme e carte bollate. Forse proprio quel giovane smemorato e allucinato è loro figlio? Uno spettacolo ben diretto e interpretato nella sua contrapposizione fra staticità e frenesia, in cui si percepisce però la diversa cultura teatrale di Gagliardi, davvero notevole nella parte del soldato vittima e braccio del sistema (venerdì 4 e sabato 5 aprile al Teatro Foce a Lugano).

LE BREVI

Gran Premio di musica, c'è pure Franco Cesarini

C'è anche un italofono tra i 15 finalisti della prima edizione del Gran Premio svizzero di musica; si tratta del compositore 53enne Franco Cesarini, di Melide. La cerimonia di premiazione si terrà il 19 settembre a Losanna, in occasione del festival Label Suisse. Il Gran Premio svizzero di musica, spiega l'Ufficio federale della cultura, nel solco delle novità portate dalla Legge federale sulla promozione della cultura, è una distinzione riservata a "lavori eccellenti e innovativi in ambito musicale, con l'obiettivo di presentarli al grande pubblico". Al vincitore un riconoscimento di 100mila franchi.

Giulio Casati e Andrea Scanzi al Sociale, parole e musica per raccontare De André

Venerdì 4 aprile alle 20.45 il Teatro Sociale di Bellinzona presenta "Le cattive strade", incontro-spettacolo dedicato a Fabrizio De André, di e con Giulio Casale e Andrea Scanzi. Da una parte il cantautore, dall'altra il giornalista e scrittore accompagnano il pubblico attraverso la carriera di De André. Al racconto di Scanzi, che ripercorre gli snodi del percorso artistico del cantautore ligure, si alternano le interpretazioni con chitarra e voce di Casale. L'obiettivo, spiega quest'ulti-

mo, è "personalizzare con rispetto, caratterizzare ed eclettismo il repertorio" di De André. Lo spettacolo - in forma multimediale, con proiezioni video, estratti audio e fotografie - vuole raccontare anche il De André meno noto, le "continue rivoluzioni e le poderose intuizioni (anche musicali) di un intellettuale inquieto. Scomodo, Irripetibile". Preveduta: 091 825 48 18, www.ticketcorner.ch e in tutti i punti vendita Ticketcorner.

La migrazione fra vita e morte

Questa sera al cinema Forum di Bellinzona, alle 20.30, la rassegna "Un po' di cinema svizzero", a cura dei cineclub cantonali, presenterà il documentario di Kaveh Bakhtiari, "L'escalade", Prix de Soleure 2014. Il film, presentato alla Quinzaine des réalisateurs a Cannes, racconta le vicissitudini di alcuni migranti iraniani ad Atene, nell'appartamento di un loro connazionale, con la speranza di poter raggiungere l'Occidente. La serata è organizzata in collaborazione con Amnesty International, che ha sostenuto il film.



'L'escalade' al cinema Forum

Tettamanti e de Weck sul servizio pubblico

Giovedì 3 aprile alle 20.30, allo Studio 2 della Rsi a Lugano, il ciclo "È il giornalismo, bellezza" presenta l'incontro con Tito Tettamanti (finanziere) e Roger de Weck (direttore generale della Ssr), dal titolo "Serve al pubblico il servizio pubblico? Quale futuro per l'informazione in un panorama mediatico sempre più competitivo". Tema di discussione il presente e il futuro del giornalismo e dell'informazione. Modera Aldo Sofia. L'incontro potrà essere seguito in diretta su www.rsi.ch/eventi.