Pietro Trabucchi
Foto: Sergio Tempera

Quando il manager diventa allenatore

I confini tra tempo lavorativo e tempo privato vanno sempre più assottigliandosi e confondendosi, con effetti quasi sempre positivi sia per il lavoratore sia per l'azienda. E tutto il mondo del running ne trae beneficio

La mentalità di una volta prevedeva la separazione netta tra vita privata e vita lavorativa. Portare i propri interessi extra-lavorativi all'interno dell'azienda veniva ritenuto in conflitto con la produttività. Oggi questo assunto viene messo pesantemente in discussione, in particolare se gli interessi privati che vengono coltivati in azienda riguardano l'esercizio fisico e l'attività sportiva. Alcune aziende promuovono apertamente l'attività fisica dei dipendenti per salvaguardarne la salute, diminuire l'assenteismo da malattie e come forma di benefit. Altre invece guardano ancora più lontano e si accorgono che attività fisica e sport possono diventare strumenti per aumentare coinvolgimento, motivazione nei singoli e coesione nei team.

Questione di forma mentis

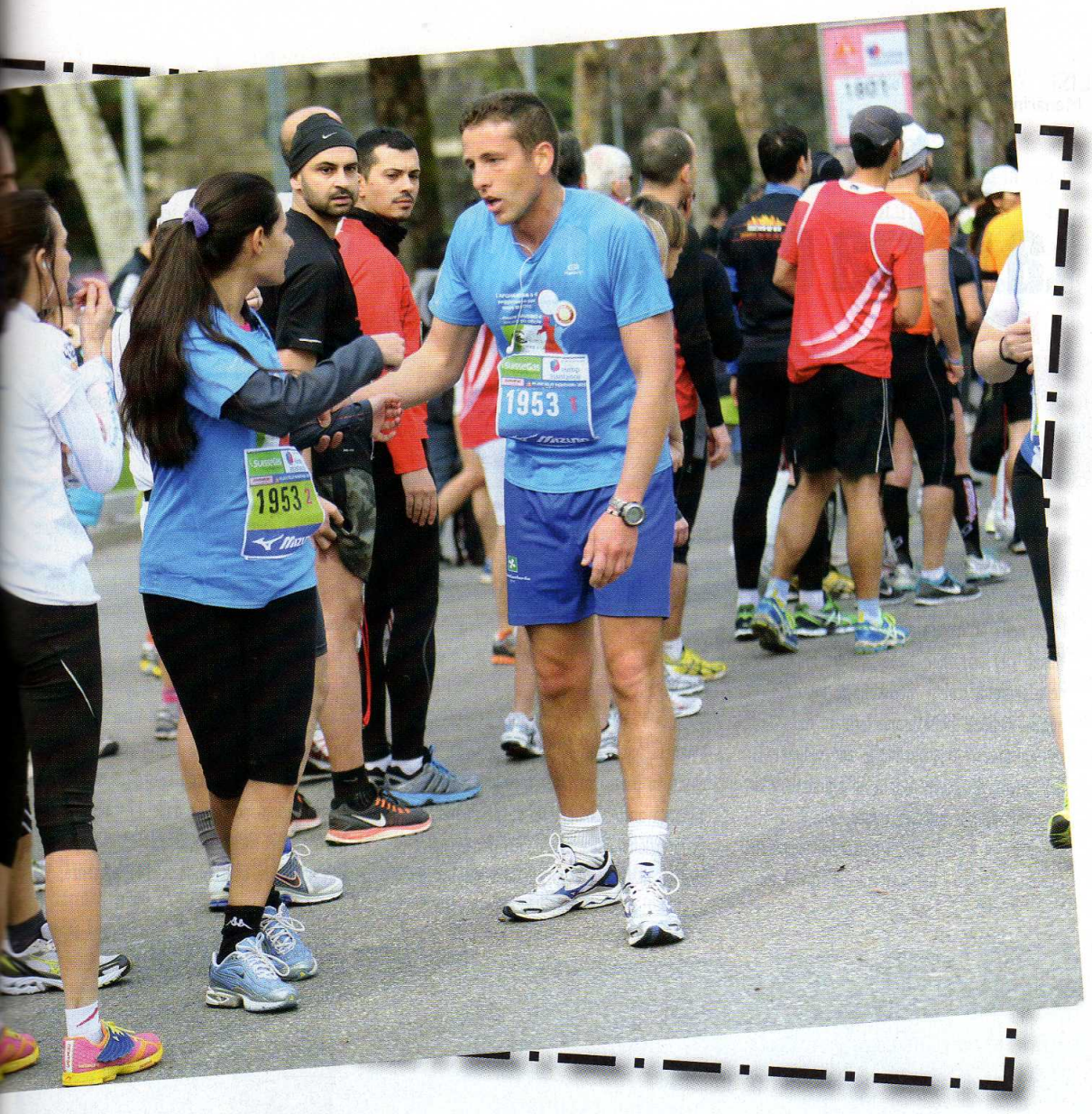
E non solo. La corsa, con il suo approccio all'allenamento che insegna metodo, disciplina e preparazione per raggiungere un obiettivo, diventa funzionale a creare una forma mentis adeguata al mondo del lavoro. Ne è particolarmente convinto Alessandro Patruno, senior sales manager di un'importante società di investimenti finanziari e runner appassionato, che da alcuni anni promuove la corsa presso i colleghi: «Al di là del gesto specifico, quello che la corsa ti insegna è come raggiungere un obiettivo, cioè un metodo di preparazione; pianificare il raggiungimento delle mete, curare i dettagli, verificare i risultati, imparare che l'impegno è connesso direttamente ai risultati che si ottengono. È un approccio mentale che, se trasferito nel mondo del lavoro, diventa efficacissimo». Alessandro ha cominciato in sordina a promuovere la corsa presso i colleghi. Li invitava a correre con lui, a condividere delle occasioni di allenamento. Piano piano, grazie alla forza contagiosa della sua passione, è riuscito a muovere un gran numero di persone.

Il massimo coinvolgimento si è verificato in occasione delle staffette charity per la maratona di Milano. In nome dell'ideale altruistico dell'evento è riuscito ad appassionare perfino una serie di colleghi orgogliosamente sedentari. Gradualmente l'azienda ha cominciato prima a seguire con interesse e poi ad appoggiare l'attività di Alessandro. «Anche se le ricadute del correre in termini di atteggiamento mentale del lavoratore non appaiono immediatamente evidenti» spiega.

«Le organizzazioni – prosegue – cominciano invece sempre di più a comprendere i benefici dell'attività fisica come fattore di modulazione dello stress, miglioramento dell'umore e rigenerazione fisica e psichica, elementi essenziali in periodi come questo. Oggi abbiamo un cospicuo gruppo di runner in ufficio, con i quali organizziamo tutto l'anno partecipazione a gare e uscite di allenamento. In più, in occasioni particolari come quelle delle staffette benefiche, riusciamo a coinvolgere un mucchio di altri colleghi cha ancora non sono runner abituali, ma che con il tempo tendono a diventare tali.»

Pausa pranzo sulla via della corsa

Vito Palmiotti è anche lui un manager di una multinazionale con sede a Malpensa-Pioltello, che è riuscito a portare la corsa all'interno della vita della sua azienda. L'occasione è arrivata con il trasferimento dell'attività nella nuova sede con caratteristiche di avanguardia nel campo della sostenibilità e del rispetto dell'ambiente, situata in una zona verde alla



periferia di Milano. Nel nuovo building c'era perfino uno spogliatoio a disposizione dei dipendenti. Allora Vito, forte dei suoi dodici anni di maratone, ha deciso di mettere a disposizione dei colleghi la sua esperienza. L'ha fatto così, in parte per condividere una passione personale, in parte perché convinto che la corsa abbia sempre un effetto di miglioramento dell'ambiente umano. Quello che ha fatto è stato molto semplice: ha organizzato nella pausa pranzo una sorta di corso di corsa aperto a tutti i colleghi interessati. Così Vito, una volta alla settimana, ha cominciato a condurre durante l'intervallo di pranzo un po' di colleghi sulla via della corsa, della categoria "Quelli che cadono dal divano". Hanno iniziato con la classica forma di un minuto di corsa alternato a un minuto di cammino, una seduta col manager-allenatore e uno schema di lavoro da applicare da soli durante altre due pause pranzo settimanali. Dopo un anno, in sede si contavano due decine di nuovi mezzi-maratoneti e oggi, con il benestare formale dell'azienda stessa, durante la pausa pranzo corrono in ottanta (su trecento in organico). Vito sottolinea soprattutto l'aspetto aggregante della corsa, la sua capacità di cementare relazioni: «Sudare e faticare insieme, rincorrere un obiettivo comune, crea gruppo, costruisce legami talmente forti che aiutano sempre in ambito lavorativo. Oggi, grazie alla corsa, sono diventato profondamente amico di colleghi che prima conoscevo a stento. E, quando si finisce per lavorare con amici, si vive un grande privilegio».

Fantozzi non abita più qui

Qualsiasi cinefilo ricorda il martirio di Fantozzi costretto dal megadirettore galattico a prendere parte al trofeo ciclistico aziendale. Nel contesto raccontato da quei film (eravamo a metà degli anni '70) vita privata e vita lavorativa dovevano rimanere assolutamente separate. La loro commistione era fonte di ridicolo (ricordate la scena della partita tra scapoli e ammogliati con i colleghi o la sfida a tennis con Filini?) oppure segno del potere del tiranno (il capo supremo che obbliga gli impiegati a condividere rovinosamente la sua passione ciclistica o per il cineforum).
Come spiega *L'intimité au travail*, l'ultimo libro dell'antropologa francese Stefana Broadbent, i confini tra tempo lavorativo e tempo privato vanno sempre più assottigliandosi e confondendosi tra loro. Con effetti quasi sempre positivi sia per il lavoratore sia per l'azienda. Quarant'anni dopo Fantozzi, fare sport insieme ai colleghi di ufficio non ha più quell'aria così sinistra.