

# I Feticci del Management #3ComfortZone

*Entrare facendo finta di uscire*

di Carlo Romanelli



Feticci del Management  
rubrica che nasce da 30  
anni di esperienza  
professionale di Carlo  
Romanelli:

*"E' il frutto di quello che  
ho visto, ho fatto, ho  
incontrato ed ho studiato,  
e non ho nessuna pretesa  
di cambiare le  
convinzioni di  
chicchessia.  
Solo di raccontare."*



# I FETICCI DEL MANAGEMENT

## #3COMFORTZONE

### ENTRARE FACENDO FINTA DI USCIRE

DI CARLO ROMANELLI

Vi racconto una storia.

Quando ero bambino, al mio paese imperava un Comandante dei Vigili Urbani leggendario:

sempre in divisa, inappuntabile con la camicia inamidata e le scarpe lucidissime, era sempre personalmente presente all'uscita dalla scuola e prolifico quanto a sgrammaticati insegnamenti di educazione civica.

Tutti in paese lo chiamavano *MacArthur* per via del suo incedere marziale e del suo fare autoritario, si sa che nei paesi di provincia dare soprannomi indelebili è un'arte plurisecolare.

Per noi bambini e ragazzi *MacArthur* era un mito: lui per noi voleva essere un punto di riferimento per la sicurezza dai pericoli della strada e dei malintenzionati, ma soprattutto lo adoravamo perché durante la fiera del paese andava a controllare le giostre e ci riempiva letteralmente di biglietti omaggio; secondo lui i bambini avevano il *diritto* di andare in giostra, chiunque fossero e a qualunque classe appartenessero. Quando ce li portava, era contento quanto noi.

Un giorno, davanti alla banca dove lavorava mio padre, notò un uomo che varcò più volte la porta d'ingresso (che allora non aveva barriere di sicurezza) e lo fermò chiedendogli spiegazioni;

l'uomo si rifiutò di dargliene e nacque un'accesa discussione che si concluse con un verbale di denuncia di oltraggio da parte del nostro *MacArthur*. Sul verbale scrisse che l'uomo, con fare sospetto, davanti alla banca, "*entrava facendo finta di uscire*".

***Entrare facendo finta di uscire!*** Per noi nel tempo quella frase divenne "*Il Principio di MacArthur*", un calembour ricorrente, una parola d'ordine, una barzelletta, forse anche un principio filosofico.

Ecco, ogni volta che ascolto in un convegno o leggo sui social (Linkedin in primis) l'esortazione di qualcuno ad "*uscire dalla zona di comfort*", magari accompagnata dalla slide con il cerchietto che indica la comfort zone e la freccia che invita ad andare fuori da lì per trovare cose meravigliose o addirittura magiche, immergendosi nella "*vita reale*", mi viene in mente il *Principio di MacArthur*.

La definizione "zona di comfort" nasce in riferimento ad uno spazio di temperatura compresa circa tra i 19-20 e i 26-27 gradi Celsius, **zona nella quale ci si sente fisiologicamente a proprio agio** e non si avvertono né troppo caldo, né troppo freddo, e **psicologicamente** serve ad indicare il "**luogo**" in cui si sentiamo bene, sappiamo cosa fare e come muoverci, le situazioni che affrontiamo sono più prevedibili, insomma la nostra sicurezza mentale.

**E' un'area fondamentale per la nostra salute e il nostro benessere.**

Nelle organizzazioni l'invito ad uscire dalla zona di comfort viene messo in relazione all'assunzione di rischio, allo sprone all'innovazione, all'accettazione e tolleranza di stati d'incertezza, al miglioramento delle prestazioni e della produttività, e viene spesso iconizzata tramite imprese estreme, prestazioni eccezionali, vite straordinarie, storie di rinascita.

Molto bene, ci sta. **E' vero che se vuoi continuare ad imparare, a "crescere" a non restare indietro, devi anche continuare ad adattarti ad assumerti dei rischi ed accettare di fallire, e questo per tutto l'arco della tua vita? Sì, è vero, è decisamente vero.**

Lo scrittore Arturo Pérez-Reverte nelle sue *"Avventure del Capitano Alatriste"* scrive che *"un uomo deve camminare finchè può, andare in posti lontani e farsi saggio, forse così potrà capire meglio"*, io credo fermamente che abbia ragione, che sia così; ma fino a che punto, e a quali condizioni questo è vero?

Immaginiamo di essere uno di quei bambini che grazie a Mc Arthur potevano sognare sulle giostre (oggi va così, abbiate pazienza) e, magari sui dischi volanti, di diventare un giorno un astronauta, come si diceva un tempo. Immaginate che quel bambino ci abbia creduto, si sia laureato in astrofisica e sia riuscito ad entrare in un programma aerospaziale.

Uno che insegue i propri sogni, di quelli che tanto piacciono alle aziende.

E immaginate che un giorno sia stato scelto tra coloro che hanno la possibilità di partecipare ad una missione per andarci davvero, nello spazio. Immaginate quanto studio, quanta fatica negli allenamenti, quanta disciplina e forza di volontà, senza sapere se mai ci andrà veramente nello spazio, perché basta un raffreddore il giorno prima della partenza e magari il sogno di una vita svanisce. Ma quel bambino sognatore, poi ragazzo determinato e infine uomo o donna preparato, un giorno parte e realizza il suo sogno. Ha una missione, uscire nello spazio infinito magari per riparare un satellite o qualunque altro compito. La sua zona di comfort è la navicella, lui là dentro conosce tutto, l'ha sperimentata per anni, sa come viverci dentro e cosa fare. E così, arriva il suo *day of the days*, si apre il portello della navicella e finalmente esce nello spazio infinito, è uscito dalla zona di comfort per esplorare qualcosa di nuovo, è felice, irrimediabilmente felice. Poi, là fuori, si accorge che qualcuno ha dimenticato di agganciare alla sua tuta il cavo che lo tiene agganciato alla navicella. Cosa accadrà? Il panico, semplicemente il panico, uno stato dove svaniscono prestazioni, talenti, allenamenti, tutto: si rende conto che non potrà più tornare indietro. Se invece la cordicella sarà ben salda quella sua escursione nello spazio infinito lo renderà nuovo, pieno della sua esperienza e, soprattutto, in grado di metterla a frutto, di raccontarla e trasmetterla ad altri. E di tornare a casa.



*“E’ bello (e utile, n.d.a.) uscire dalla zona di comfort. Ma è anche bello poter tornare indietro”, dice l’autrice Alina Tugend in un’intervista al New York Times.*

**Uscire dalla zona di comfort è utile quando permette di sperimentare situazioni di “ansia controllata o ottimale” o “disagio produttivo” che permettono di apprendere cose nuove e di sperimentarle senza entrare in una dimensione in cui l’eccesso di stress inibisce l’apprendimento abbattendo le prestazioni.**

Conoscete la “Legge di Yerkes-Dodson”? Già nel lontano 1908 questi due studiosi dimostrarono con i loro esperimenti che la curva delle prestazioni s’innalza fino ad un punto determinato di “ansia ottimale” e si abbassa bruscamente quando l’ansia è troppa o troppo poca. Chi conosce lo sport facilmente conosce questa legge.

Oppure qualcuno preferisce il più quotato, citato, ultrapostato e noto D. Goleman? Eccolo: *“oltre la zona ottimale c’è un punto in cui il cervello secernerà troppi ormoni dello stress che iniziano ad interferire con la nostra capacità di lavorare bene, imparare, innovare, ascoltare e pianificare efficacemente”.*

Quindi le uscite dalle “zone di comfort”, in qualunque ambito della vita, devono restare entro una soglia in cui la produttività mentale e le prestazioni raggiungono il loro picco, mentre molto spesso per “migliore produttività” e prestazioni più elevate s’intende “fare più cose”. Sbagliato, sbagliatissimo, paraculissimo.

Chi, invece, è rimasto consapevolmente per buona parte della propria vita con un piede fuori dalla propria comfort zone senza mai rinunciare al piacere (o avere semplicemente la fortuna)

di viverci dentro, finché potrà sarà più vitale, reattivo, aperto, intellettualmente longevo. Inoltre, un conto è scegliere, volere ed essere accompagnati e/o sostenuti in percorsi di vita e di professione che conducano “al di fuori”, piuttosto che essere sbattuti fuori duramente dalla vita o da qualcun altro che non ha alcun interesse reale al tuo percorso di apprendimento.

Pertanto, attenzione ai post facili con le freccette che vogliono farti sentire un cretino fuorigioco solo per proporti qualcosa, oppure per farti credere che l’influencer di turno è più avanti di te.

**Normalmente chi t’invita troppo caldamente ad uscire dalla zona di comfort proponendoti esempi personali irripetibili, ha una zona di comfort molto più grande della tua e non ha alcuna intenzione di uscire dalla sua, semmai di prendersi qualcosa della tua.** Ci mettiamo una vita a costruire la nostra zona di comfort, una vita intera, e quando uscirne diventa uno slogan, è insopportabile.

Ammiro molto le organizzazioni e i manager che si fermano ad agganciare il cavo alla tuta dei propri astronauti e li accolgono quando tornano a casa.

Non mi piacciono affatto quelli che costruiscono i cavi, li vendono e poi si dimenticano di agganciarli in piena missione interstellare.

Adesso devo andare, il portello si è aperto: se vedo che il cavo è agganciato vado a cercare la stella MacArthur.

