

Thank you, Grazie



Editoriale di
Denise Alessi e
Marilù Cecere

La maggior parte delle persone la mattina va a lavoro (a parte il 12 % della popolazione giovanile che risulta disoccupata, ma questo è un altro editoriale), e la maggior parte di loro svolge un'attività che in misura ed in maniera diversa s'impatta sulla qualità della giornata di un'altra persona; potremmo anche non averne un'evidenza immediata ma le nostre azioni sono interconnesse con quelle di tanti altri soggetti che fanno parte del nostro "universo". Pertanto, se il lavoro verrà svolto bene la soddisfazione sarà reciproca e la giornata avrà assunto la giusta piega, altrimenti sorgeranno delle lamentele e delle tensioni. Il secondo caso lo conosciamo fin troppo bene a chi non è mai capitato di fare o subire un rimprovero come conseguenza di un lavoro non fatto bene e che a sua volta ha prodotto per un disagio?

Ma in questa sede vogliamo - da veri promotori del pensiero positivo- prendere in esame la prima casistica e pertanto ci domandiamo, ma se il lavoro è svolto bene e si è contribuito in piccola parte a rendere più agevole la quotidianità di qualcuno, cosa succede?

Nella maggior parte dei casi ahimè nulla! E questo perché spesso non si riflette abbastanza sull'impatto positivo che un lavoro ben fatto ha sulla nostra quotidianità e lo si considera il livello minimo di base della performance, o meglio non costituisce un elemento di cui stupirsi, quanto piuttosto la norma.

Tuttavia, se pensiamo al piacere di una brioche deliziosa accompagnata da un caffè intenso e due chiacchiere con il barista gentile che ci fanno cominciare la giornata con il piede giusto, è evidente come anche le piccole cose che fanno da

sfondo alle nostre giornate, alle quali siamo assuefatti non siano da sottovalutare, anzi di come necessitino di uscire dall'anonimato e pubblicamente elogiati!

Come dare il giusto rilievo ad un lavoro ben fatto?

Chi fa il proprio lavoro cavandosela anche abbastanza bene, cosa potrebbe desiderare?

L'imprenditrice di cosmetici Mary Kay Ash ha provato a rispondere a questa domanda così "ci sono due cose che le persone desiderano più di sesso e denaro: riconoscimento ed apprezzamento".

Se basta "così poco" perchè non dire più spesso un bel "grazie" o fare più spesso un apprezzamento quando un lavoro è ben fatto? Ci sono aziende che conoscono bene il valore del "grazie" e ne hanno addirittura formalizzato l'utilizzo: è il caso di Mattel - la più grande azienda di giocattoli del mondo (quale bambina almeno una volta nella vita non ha stretto tra le mani una Barbie?) - in cui vi è un vero e proprio programma per questo, il Rate Reviews, che consente ai dipendenti di riconoscersi e ringraziarsi l'un l'altro con un semplice certificato che attribuisce una bibita o un caffè gratis, oltre al più classico premio ad alti dirigenti eccezionali conferiti nel corso degli incontri pubblici aziendali (probabilmente è anche per queste buone abitudini che Mattel è stata nominata per sei

anni di fila "una delle migliori aziende in cui lavorare").

Tuttavia, anche se la parola "grazie" dovremmo conoscerla tutti, fare un apprezzamento non è poi così facile - soprattutto in azienda. Ecco qualche suggerimento per rendere i vostri ringraziamenti più incisivi:

- Scrivete a mano note di ringraziamento ogni volta che potete - nell'era digitale il tocco personale rende il messaggio più sentito e spontaneo
- Fate gli apprezzamenti in modo specifico e tempestivo, volendo anche in pubblico
- Dire alla persona come vi ha fatto sentire il lavoro ben svolto
- Incoraggiare a continuare così
- Incoraggiate una cultura della gratitudine, è un fattore in grado di produrre un cambiamento per una migliore performance sostenibile e un forte elemento di motivazione.

A proposito di questo ultimo punto mi piace spendere due parole in più in quanto il circolo virtuoso che può innescare in azienda è molto potente.

Il sentimento di gratitudine secondo l'approccio della psicologia positiva, aiuta a vivere meglio. Alcune ricerche hanno messo in evidenza che le persone particolarmente grate sono più propense ad effettuare regolarmente esercizio fisico, ad avere meno malesseri fisici, a valutare complessivamente bene la loro vita nell'insieme, ad essere più ottimiste per il futuro, a riportare più entusiasmo,

determinazione, energia.

Le persone grate non sono prive di senso di realismo, ma valutano in modo più positivo il presente e il futuro. Inoltre è più probabile che avvertano un senso di interconnessione con chi li circonda, sono più responsabili, più aperte alle esperienze, estroverse, concilianti, meno nevrotiche. La gratitudine è anche considerata una delle pietre miliari della legge dell'attrazione

Se porgere ringraziamenti ed apprezzamenti stimola un sorriso sul viso di chi li fa e in generale fa sì che in noi si manifesti un atteggiamento positivo interiore che attira come un magnete positività e fortuna, e se per contro si riempie di soddisfazione chi li riceve, allora il cerchio è chiuso!

Soddisfazione produce motivazione, la motivazione migliora il clima aziendale, e un'organizzazione che mette in moto questa macchina, che si adopera per produrre benessere anche banalmente con una semplice pacca sulle spalle, avrà sicuramente un incremento della qualità della performance...

Pertanto il messaggio che vogliamo lasciarvi, prima delle vacanze è chiaro: non importa che sia la scienza piuttosto la religione o le filosofie new-age a giustificare il sentimento di gratitudine, ciò che conta è praticarlo quotidianamente.

Siete ancora qui?!

Cominciate a pensare a chi rivolgere il primo "grazie" della giornata

