


CAMBIAMENTO

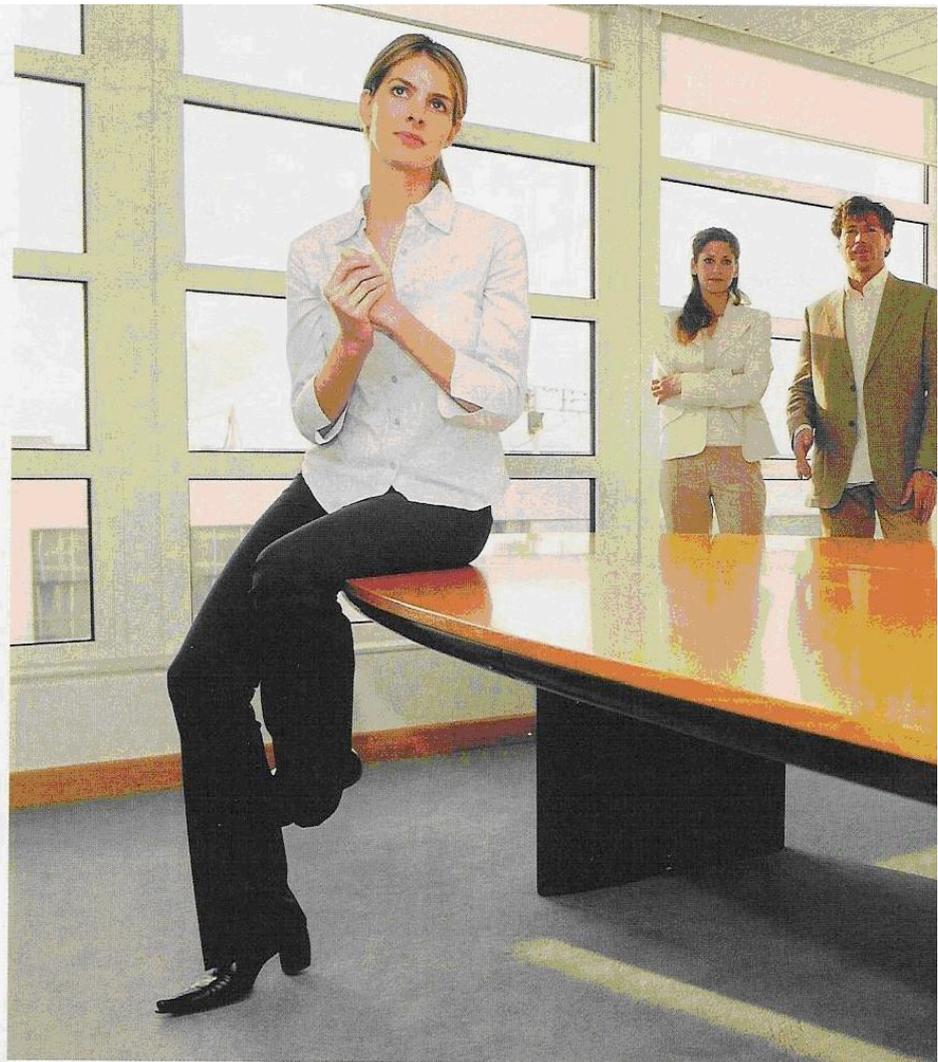
*Pensare a lunedì
vi fa star male?
Non sopportate più
il capo e i colleghi?
L'insoddisfazione
cresce? I sintomi
sono noti, la cura
è possibile.
Con un po'
di coraggio
e buon senso*

■ di **Giulia Pacchioli**

anno **NUOVO** **LAVORO** nuovo

L lavoro è diventato un incubo? Primo: ricordatevi che non è tutto nella vita. Secondo: se nonostante questo concludete che vi fa star troppo male, prendete il coraggio a due mani e dite addio a una carriera senza stimoli, alla collega arrivista sempre pronta a farvi le scarpe, al collega arrogante e maschilista, al capo troppo autoritario e ai mal di testa continui.

Sbattete la porta in faccia a tutti insieme in una sola volta, girate pagina e ricominciate a vivere. Non dev'essere una scelta avventata (sarebbe da irresponsabili), ma cambiare lavoro si può. Anche se il periodo non è dei migliori. Ci sono donne che lo hanno fatto: hanno messo un punto sul passato e si sono buttate a capofitto in una nuova avventura. Risultato: soddisfazione e felicità.

CAMBIAMENTO


“Ricominciare è stato più semplice: ho deciso di mettermi in proprio. Ora sono felice”

Flaminia

► Flaminia Fazi è una di queste. Oggi, a neanche quarant'anni, è contenta e orgogliosa di sé. E ne ha tutte le ragioni: è a capo di U2coach, un'azienda tutta sua che è specializzata in sviluppo organizzativo e personale e funziona a mille. Dieci anni fa era una persona distrutta. Il motivo? Mobbing. «Ero impiegata nella direzione di una società assicurativa, dove le donne che volevano fare carriera non erano ben viste. E la cosa è stata talmente pesante che mi sono venute le bolle su tutto il corpo e febbre a quaranta. Ma ci ho messo molto prima di decidermi a licenziarmi» spiega. In rapporto ricominciare è stato più semplice. «Non è stato un salto nel buio. Mentre lavoravo, ho cercato di indi-

viduare un settore che mi interessava: mi sono laureata in sociologia con indirizzo Economico, Organizzativo e del Lavoro e mi sono specializzata in gestione di risorse umane e programmazione neuro linguistica. Ho fatto un po' di esperienza come consulente, poi, alla fine del 2000, ho deciso di mettermi in proprio: siamo partiti in 6 amici, ora siamo in 18 e io sono una persona felice».

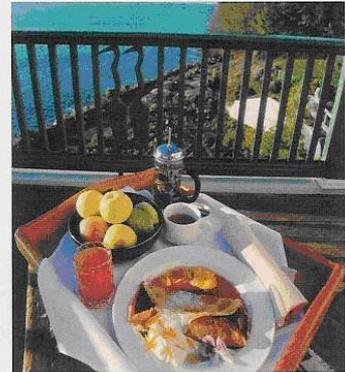
Un'altra donna, Wanda Patrucco, 58 anni, è stata spinta da un'altra molla. «Insegnavo lettere e mi piaceva. Mi piaceva molto il rapporto con i ragazzi, un po' meno l'organizzazione scolastica - racconta -. Ma, a un certo punto, ho sentito l'esigenza di fare qualcosa con le mani. Così ho



TRASFORMARE LA CASA IN UN B&B

L'ospitalità è il vostro forte? Trasformatela in un business. Offrite un letto e una buona colazione a famiglie, uomini d'affari e turisti. In altre parole, "aprite" un Bed and Breakfast. È facilissimo. Occorrono solo una camera in più e l'animo da "perfetta" padrona di casa. E c'è un vantaggio fondamentale: non bisogna fare nessun investimento. Non è nemmeno necessario aprire la partita Iva. Basta fare una denuncia di inizio attività all'azienda di promozione turistica locale.

Per chi ci vuole provare, le associazioni e i circuiti nazionali B&B sono un valido punto di riferimento. Per esempio, Bed & Breakfast Italia (l'iscrizione è gratuita) risolve due problemi importanti: seleziona i clienti e si occupa del pagamento. Nessun pericolo, insomma, che una donna sola si trovi a ospitare un uomo o di dover affrontare antipatiche questioni di denaro. Ma per far parte del gruppo bisogna avere precise caratteristiche: una casa anche in affitto, però accogliente; una camera per gli ospiti, anche con bagno in condivisione, però di almeno 12 metri quadrati, con un'illuminazione centrale e un comodino dotato di abat-jour per letto; e, poi, la possibilità di "offrire" una buona colazione italiana. Chi ha questi "requisiti" può arrivare a guadagnare anche 52 euro netti a notte per una matri-



moniale: la tariffa è stabilita da un esperto del circuito, che visita la casa e le attribuisce una categoria. Ma ogni organizzazione ha proprie regole. Prima di buttarsi in questa nuova avventura, è quindi bene informarsi di quale sia la più vicina alle proprie esigenze. Qui di seguito trovate gli indirizzi delle associazioni e dei circuiti B&B più conosciuti a livello nazionale:

- Associazione naz. Bed & Breakfast e affittacamere, Lido di Venezia. Tel. 041/731429. Sito: www.anbba.it
- Bed & Breakfast Italia a Roma. Tel: 06/6878618. Sito: www.bbitalia.it
- Società Bed & Breakfast Voyage, a Milano. Tel 02/3311814
- Caffeleto - High Quality Bed & Breakfast in Italy: www.caffeleto.it
- Dolce casa: www.dolcecasa.it

seguito dei corsi di ceramica e ho scoperto il Raku, l'antica arte giapponese di fare ceramiche. È cominciato come hobby che si è trasformato in passione. Io sono una che si butta: ho deciso di lasciare la scuola e aprire un piccolo laboratorio con negozietto sull'Isola dei Pescatori, nel lago Maggiore. I primi passi sono stati difficili, anche perché non avevo mai venduto nulla. Poi, però, è andata bene. Ora, desidererei trovare qualche allievo a cui insegnare la tecnica del Raku...».

Ma quali sono le mosse giuste per mettersi in proprio?

Gli esperti suggeriscono, innanzitutto, di fare una scelta coerente. Per intenderci, è consigliabile trasformare un hobby o un

interesse in lavoro, mentre non lo è buttarsi in un business qualunque, solo perché si è sentito che funziona. Poi, non partire alla cieca, ma prepararsi. Possono servire i corsi sull'imprenditorialità ed è necessario fare un business plan: in questo senso possono essere utili i "Punto nuova impresa" aperti in molte Camere di Commercio. Infine, vale la pena anche informarsi presso Regioni, Province e Comuni se ci sono finanziamenti per attivare nuove imprese (a livello nazionale, purtroppo in questo momento non ne sono previsti e anche la legge 215 specifica per le donne, non ha bandi aperti).

Preferite, invece, puntare sul lavoro dipendente? Un buon punto di partenza ►

"Insegnare mi piaceva. Ma ho sentito l'esigenza di fare qualcosa con le mani"

Wanda

CAMBIAMENTO



“L’hobby può diventare un lavoro. Occhio a non scegliere un business solo perché si dice che funziona”

► può essere un corso del Fondo sociale europeo (l’iscrizione è gratuita). I bandi sono pubblicati sui giornali, ma si possono anche ricevere informazioni agli assessorati alla formazione professionale di Regioni e Province o agli sportelli Informativi.

Se diventa un chiodo fisso

Si soffre per lavoro. Eccome. Capita a tutti di svegliarsi una mattina con la nausea dell’ufficio. Ma cosa succede quando è troppo? Quando le aspettative di crescita sono frustrate, i rapporti con i colleghi

negativi e gli orari impossibili? L’abbiamo chiesto a Rosanna Gallo, psicologa del lavoro e docente all’Università Cattolica.

«Si sviluppa del risentimento nei confronti dell’organizzazione che porta ad auto-marginarsi, a non collaborare. Il passo successivo è la rabbia che può trasformarsi in aggressività nei confronti di se stessi e degli altri e nuocere alla qualità del lavoro. Infine, la rassegnazione, oggi molto diffusa tra i lavoratori».

Anche la famiglia ne risente?

«Certo, gli affetti, il partner e i genitori sono il primo punto di sfogo».

Musi lunghi?

«E tristezza. Ma si può arrivare anche alla depressione».

Qual è la differenza?

«La tristezza è positiva, perché è sana. Mentre la depressione è patologica: è bloccante, ti fa vedere tutto nero, diventare ipercritico e meno generoso».

La soluzione è cambiare lavoro?

«Prima io consiglio di fare un test di realtà e parlare con il capo per capire se è una crisi momentanea e se ci sono opportunità di sviluppo, di cambiamento. È una carta che va giocata».

Ma come capire quando siamo andati oltre la sopportazione? Insomma, quando bisogna dire basta?

«Ci sono “sintomi” che vanno ascoltati: quando il lavoro diventa un chiodo fisso e, per esempio, non si dorme la notte e si ha un senso di malessere generale, si deve maturare una decisione. Anche perché, poi, la depressione viene percepita in sede di colloquio e di certo non aiuta». Allora, che fare?

«Bisogna rimboccarsi le maniche in tempo e puntare sulle competenze personali: sono la moneta che permette di ricollocarsi»

UN AIUTO PER CAMBIARE LAVORO



- Portale dei comitati di promozione dell’imprenditoria femminile: www.if-imprenditoriafemminile.it
 - Osservatorio per l’imprenditorialità femminile: www.osservatoriodonna.igol.it
 - Impresando, il portale di chi vuole fare impresa: www.impresando.it
 - Formaper: www.formaper.it. Per la creazione d’impresa, lavoro autonomo e nuove imprese.
 Sportelli Punto Nuova impresa:
 Milano (tel. 02/85155211- 6765.2299),
 Campobasso (tel. 0874/471247-36),
 Latina (tel 0773/663887),
 Savona (tel. 019/83141),
 Sesto S. Giovanni (Mi) (tel.02/2626650),

Baveno (Vb) (tel. 0323/912803),
 Bari (tel. 080/5404611),
 Brindisi (tel. 0831/ 595291)
 Foggia (tel. 0881/706361-63), Lecce (tel. 0832/332279 – 684291- 373659),
 San Giorgio Ionico (tel. 099/5915223),
 Taranto (tel. 099/7307675),
 Vicenza (tel. 0444/994745),
 Verona (tel. 045/8085744)
 - Per Milano, Sportello rosa: www.sportellirosa.com.
 E.mail: info@sportellirosa.com,
 tel: 02/8845.8182
 - Sito legge 215 sull’imprenditoria femminile: <http://www.l215.it/>
 - Corsi Fse: www.welfare.gov.it/Europalavoro/Indirizzario