

## II BROWN OUT: quando il lavoro perde senso

A cura della Redazione

### Definizione e sintomi

intervista a Nadia Droz<sup>1</sup>

*Il brown out<sup>2</sup> è un processo di sfinimento fisico e psichico causato da una combinazione di fattori presenti nella vita privata e in quella lavorativa. Una sensazione di assurdità, di inutilità e di malessere...una crisi esistenziale spesso presente nel mondo del lavoro nell'era dei cosiddetti bullshits jobs. Che la realizzazione professionale sia diventata un mito?*

E' la condizione di Henri che fino a poco tempo fa si recava di buona lena presso l'azienda dove occupa un posto di *manager* generosamente retribuito e che adesso fa fatica al mattino ad uscire di casa: *"Il mio ruolo consiste nel mettere sotto pressione i sottoposti e ridurre i budget. Oltretutto, ad obiettivo raggiunto, percepisco anche un ricco bonus. Mi sento totalmente fuori posto"*.

Queste narrazioni sono ricorrenti presso gli psicologi del lavoro. *"Con la formula del sempre di più con sempre meno, i manager sono quelli in maggior sofferenza. Presi a tenaglia tra i dirigenti e la base, devono imporre metodi ai quali non credono e il loro livello di salario non aiuta ad attenuare una così forte divaricazione con i loro valori: ecco allora sorgere un sentimento di alienazione. Un quarto dei miei pazienti ne sono affetti"* afferma Laurence Oro-Messerli, psicologa specializzata in salute nelle imprese a Neuchâtel in Svizzera (Atoutpsy).

### Un calo di corrente

Questa sindrome ha un nome: *brown out*, alla lettera un calo di corrente. Nadia Droz specialista in *burn out* preferisce definirlo come *"una dismissione interna. Il lavoro non*

---

<sup>1</sup> Fonte: Intervista al Journal Le Temps. Traduzione di M.L.Salerno <http://www.nadiadroz.ch/wpcontent/uploads/2013/12/1609LeTempsBrownout.pdf>

Nadia Droz opera a Losanna nel campo della psicologia clinica, della promozione della salute nelle imprese e del supporto a persone in situazione di *burnout*.

<sup>2</sup> Dall'inglese: un *brownout* è una caduta di tensione intenzionale o non intenzionale in un sistema di alimentazione elettrica. I *brownout* intenzionali vengono utilizzati per la riduzione del carico in caso di emergenza. La riduzione può durare minuti o ore, a differenza del calo di tensione momentaneo.

*è più nell'ottica della valorizzazione ma in quella della performance, con una moltiplicazione di compiti molto frastagliati, il che finisce con occultare il cuore del mestiere. E questo sfocia in un sentimento di inutilità".*

Già nel 2013 l'antropologo americano David Graeber, professore di antropologia presso la London School of Economics, denunciava l'invasione dei *bullshit jobs* (trad: lavori di m...): attività senza senso, tanto "cronofaghe" quanto inutili, presenti soprattutto nell'ambito dei servizi.

Alcuni libri si sono concentrati sulla incongruenza del lavoro moderno. In *«Néantreprise. Dans votre bureau personne ne vous entend crier»*<sup>3</sup> (editore Favre, 2016), Marc Estat – uno pseudonimo – descrive la sua vita quotidiana in una multinazionale, ritmata da soporifere presentazioni in PowerPoint, con colleghi che ricorrono ad un gergo standardizzato: *"si switcha sull'inglese in continuazione: non si riduce ma si stretcha, non si guarda al tempo ma si timekeep e non si lavora su dati ma su inputs"*.

Questo universo disumanizzato, secondo l'autore, non può che sfociare in una *"rinuncia da parte di ogni individuo, tanto contrattuale quanto morale"*.

### **L'indice di ritorno sociale delle professioni**

Nel libro *«Boulots de merde! Du cireur au trader, enquête sur l'utilité et la nuisance sociales des métiers»* (La Découverte) - trad. *"Lavori di m... Dal lustrascarpe al trader, indagine sulla nocività sociale dei mestieri"* - Julien Brygo et Olivier Cyran fanno a pezzi il salariato. In particolare denunciano le malefatte del *«lean management»*, questa frammentazione dei compiti ispirata dagli stabilimenti Toyota in auge in molti settori e che non concede alcuna tregua ai salariati. Perfino l'infermiera è diventata "generatrice di redditività", le cui visite ai malati sono cronometrate...

Peggio: l'attuale modo di lavorare sarebbe mortifero perchè svaluta tutti i mestieri a forte valenza sociale, a favore di quelli che "fanno soldi". Per illustrarlo i due giornalisti si basano su di uno studio inglese che misura il "ritorno sociale sull'investimento" di diversi mestieri, in funzione dei loro effetti sulla collettività.

E così, l'addetta alle pulizie in ambito ospedaliero produce 13 franchi svizzeri di valore sociale per ogni franco del suo salario (8 franchi l'ora), *"soprattutto per effetto del suo apporto alla riduzione delle infezioni ospedaliere"*.

---

<sup>3</sup> Trad. "L'impresa del nulla - Nel vostro ufficio nessuno vi sente gridare" è un libro di 300 pagine al vitriolo sul mondo delle imprese. Come il personaggio principale del suo libro, Marc Estat ha lavorato nel settore della produzione presso alcune multinazionali: "Questo settore è di una ricchezza incredibile perchè vi si incontrano tutti i tipi di mestieri: operai, interinali, tecnici, amministrativi, ingegneri, commerciali, capi intermedi, top managers, consulenti, direttori risorse umane insieme a sindacalisti" sostiene l'autore, colpito dalle incongruenze tecniche, strutturali e umane che vi si incontrano. <http://www.managerlenchanteur.org/ressources/neantreprise-dans-votre-bureau-personne-ne-vous-entend-crier/>

All'opposto, il pubblicitario *"la cui attività mira ad aumentare il consumo"* – ciò che certamente consente una creazione di impieghi ma genera soprattutto un aumento dell'indebitamento, dell'obesità, dell'inquinamento, dell'uso di energie non rinnovabili, per non parlare del deturpamento dei nostri spazi di vita – *"distrugge un valore di 14,8 franchi ogni volta che genera un franco di valore. Al contrario della maestra d'asilo che per l'educazione prodigata ai bambini e per il tempo liberato ai genitori rende alla società 9,53 volte ciò che percepisce in forma di salario"*.

Conclusione dei due giornalisti: i salariati in basso nella scala sono condannati ad una vita di fatica e di precariato e quelli in alto al cinismo...

### **Un indottrinamento ludico**

A fronte del malessere crescente, l'impresa si preoccupa dello stato degli organici. Osserva il sociologo Aurélien Fouillet: *"Ovunque viene introdotto il gioco: gli scivoli da Google, i week-ends di team building trascorsi a pedalare in bici con i colleghi. Ma questo è un playing washing, un indottrinamento ludico. Questo serve soprattutto ad imporre una dimensione intima per sentirsi poi obbligati a rispondere alle email di lavoro all'una di notte. E' un totalitarismo dolce che destabilizza ancora di più quando se ne prende coscienza"*.

### **La ripartenza**

Tutto questo genera molti desideri di forte riconversione presso i manager. Osserva Laurence Oro-Messerli: *"Molti sognano un lavoro liberato dalle pastoie legislative e ad esempio idealizzano l'artigianato. Ho conosciuto un giovane manager che vuole diventare birraio. Per addestrarsi, ha iniziato a produrre birra nel tempo libero e ne trae una soddisfazione immensa"*. Aurélien Fouillet vede *"molti quadri d'impresa prendersi un diploma di cuoco, ebanista o rilevare la fattoria di famiglia per ridare un senso alla loro vita"*.

La start-up francese Switch Collective<sup>4</sup> - la cui *mission* dichiarata consiste nell' *"arte di reinventarsi e di crearsi una carriera che abbia un senso"* si è specializzata nel *brown out* dei quadri con l'offerta di un percorso formativo intitolato *"Fate il bilancio con calma"*. *"Il profilo dei nostri clienti? Molto scolarizzati, 28 - 40 anni, inseriti in struttura, con un percorso apprezzabile secondo i criteri della riuscita sociale, ma che non si riconoscono più nel loro lavoro. Tutti sognano di contribuire a qualcosa di utile"*, afferma Clara Delétraz, cofondatrice. In programma, per soddisfare la ricerca di senso, conferenze filosofiche e...test ayurvedico<sup>5</sup>. *"Il cambiamento passa anche dal corpo. Per riprendere contatto col proprio intuito, lavorano sul proprio profilo ayurvedico. A valle della formazione, 70% di loro cambia vita. C'è il caso di un ingegnere che mette su un bar, di una donna manager che si lancia nel design dei vestiti da sposa, ecc..."* Fondata da meno di un anno, la *start up* riceve chiamate da Londra, Bruxelles,

<sup>4</sup> <https://www.switchcollective.com/#lart-de-se-reinventer>

<sup>5</sup> Test di costituzione ayurvedica: dalla medicina tradizionale indiana, per ciascuna categoria (struttura fisica, peso, ecc...) segna la costituzione - Vata, Pitta, Kapha- in cui ci si può riconoscere e sulla base della quale viene stabilito un regime alimentare specifico e una tipologia di pratica yoga. [http://www.fiordilotothai.com/test\\_ayurvedico\\_fiordiloto.pdf](http://www.fiordilotothai.com/test_ayurvedico_fiordiloto.pdf)

Barcellona, Ginevra... Dobbiamo credere che molti sono anche pronti a sottoporsi ad un test ayurvedico pur di sfuggire ad una nuova presentazione in PowerPoint...

Il loro libro di riferimento rimane quello di un docente universitario già membro di un prestigioso *think tank* a Washington, Matthew Crawford: *Shop class as soulcraft: an inquiry into the value of work* (Penguin 2009), tradotto in sette lingue e reperibile in italiano col titolo *“Il lavoro manuale come medicina dell’anima”* Ed. Mondadori, 2010. Attualmente Crawford collabora con l'Institute for Advanced Studies in Culture presso l'Università della Virginia ed è titolare di un'officina per la riparazione di motociclette, la Shockoe Moto, a Richmond.

### **Sostiene Crawford<sup>6</sup> ...**

Le attività pratiche, ormai ai margini del sistema scolastico, negli ultimi decenni hanno decisamente smesso di accendere la nostra fantasia. Ci siamo convinti che i cosiddetti “lavori di concetto” siano più gratificanti sul piano sociale e intellettuale. Non è quasi mai vero e Matthew Crawford, filosofo che ha preso la bizzarra decisione di abbandonare il suo ben remunerato lavoro in un centro di studi politici di Washington per fare il meccanico di motociclette, capovolge proprio questa idea: l’evoluzione del lavoro d’ufficio, in realtà, ha trasformato i “colletti bianchi” in un esercito di frustrati esecutori di direttive altrui. E, soprattutto, li ha privati della possibilità di toccare con mano i benefici concreti della propria attività.

Quanti di noi sarebbero capaci di rimediare a un piccolo guasto in casa propria, si tratti di un semplice elettrodomestico o di un lavello? Quanti sarebbero in grado di riparare la propria automobile o, molto più banalmente, la bicicletta senza dover ricorrere a un meccanico o a qualcuno che, a pagamento, lo faccia per noi?

Non sono passate neppure due generazioni e, incredibile a dirsi, quello che per i nostri nonni o per i nostri genitori era del tutto ovvio, è diventato per noi quasi impensabile: prendersi cura degli oggetti quotidiani, dedicarvi del tempo, sporcarsi magari le mani di grasso, ma ripararli da sé. I mestieri manuali, come ci mostra Crawford con il racconto della sua stravagante storia personale, offrono spazi di libertà e appagamento del tutto dimenticati da molti di noi. Anche sul piano intellettuale: riparare una motocicletta, per esempio, richiede una profonda conoscenza degli oggetti che si hanno tra le mani e nello stesso tempo un finissimo intuito, una spiccata capacità di “riconoscere modelli”, di ricondurre la specificità di ogni caso a situazioni tipiche.

Dedicarsi a un lavoro manuale significa rispondere a criteri di valutazione oggettivi, condivisi da tutti coloro che praticano lo stesso mestiere. Significa vivere in uno stato di responsabilità personale nei confronti degli oggetti che ci circondano. E soprattutto significa stare dentro una “comunità di utilizzo”, in cui i rapporti personali esistono ancora. Se tutto questo non bastasse, l'autore ci mostra perché riparare le cose con le proprie mani ci spinge a un consumo più consapevole, ci rende padroni di quello

---

<sup>6</sup> Fonte: <https://www.librimondadori.it/libri/il-lavoro-manuale-come-medicina-dellanima-matthew-crawford/#close-modal>

che possediamo, e non schiavi di una tecnologia nascosta e oscura, e ci conduce a una relazione migliore con il nostro ambiente. Insomma, ci fa stare meglio.

Sostiene Crawford: il lavoro manuale è un'ottima medicina per l'anima, l'umanità prima di noi lo ha sempre saputo, è ora di riscoprirlo.