



DR.VRANJES
FIRENZE

Fragranze che diventano esperienze.

LASCIATI ISPIRARE

MENU CERCA

la Repubblica

ABBONATI

GEDI SMILE



SABRITOS



Seguici su: f @

MODA=BEAUTY

CERCA



MODA

BEAUTY

D

JOY

adv



R CONTENUTO PER GLI ABBONATI LIFE



Organizzare la vita: 5 ragioni per cui ci ritroviamo sempre al punto di partenza

di Stefania Medetti



▲ Photo by Kinga Cichewicz on Unsplash

Sul lavoro, a casa, in coppia e in famiglia: se l'organizzazione salta e ci si ritrova sempre "punto e a capo" un motivo c'è. Ecco come si può rimediare. Prima regola: non agire

04 APRILE 2022 ALLE 01:19

3 MINUTI DI LETTURA



Dici ordine e pensi subito a Marie Kondo e al suo "segreto": ogni cosa deve avere il proprio posto. Quando si tratta di tenere in ordine le nostre giornate, le cose si complicano un po', come se l'organizzazione sfuggisse costantemente al nostro controllo. E infatti, più cerchiamo di organizzarci, più ci ritroviamo alla casella numero uno. Un paradosso, ma come si spiega? "Il termine organizzazione contiene in sé la parola *azione* ed è possibile che per questa ragione finiamo col fraintendere il suo significato", risponde Sabrina Toscani, professional organizer, autrice di "Facciamo Ordine: in casa, al lavoro, nella vita" (Mondadori) e fondatrice di [Organizzare Italia](#), società che aiuta aziende e privati a migliorare il tasso di organizzazione. "Pensiamo che agire sia la prima cosa da fare, ma non lo è".

LIFE

Come diventare più egoisti per vivere meglio

di Silvia Luperini
17 Marzo 2022



Organizzare è fermarsi e capire

Per parafrasare Viktor Frankl, autore di "Man's Search for Meaning" (tradotto di italiano con il meno efficace "Uno psicologo nei lager") che ha osservato che la felicità è il sottoprodotto delle nostre scelte, l'organizzazione è il sottoprodotto del fatto di



MANDARINA DUCK
#Mandarinatravellers

Leggi anche

La pornografia fa scuola tra gli adolescenti. Come impedire che la prendano a modello

Oroscopo d'amore: i consigli di Nina Senatori per conquistare



spostare l'accento dal cosa al perché. "Organizzare è innanzitutto fermarsi e capire. Ovvero, **valutare quello che ci circonda** - oggetti, impegni, persone - e **individuare quello che è veramente importante per noi**. Per migliorarne la gestione dei nostri spazi e delle nostre giornate, infatti, dobbiamo focalizzarci solo su quello che conta davvero", prosegue Toscani. Un piccolo cambio di rotta che contribuisce a spiegare perché, più cerchiamo di organizzarci, più abbiamo la sensazione che ci sia una forza contraria che tende all'entropia. "È la "Legge di Parkinson" - osserva Toscani - che suggerisce che **il lavoro si espande fino ad occupare tutto il tempo disponibile**. Più aumenta il tempo e più il lavoro sembra importante e impegnativo", un concetto che abbraccia anche lo spazio. Ne abbiamo fatto esperienza: più ne abbiamo a disposizione e più tendiamo a occuparlo con oggetti, senza riuscire a resistere alla tentazione di farlo. "Per queste ragioni è molto più utile partire da noi, piuttosto che da elementi esterni. Dobbiamo chiederci cosa è importante, cosa porta veramente valore". Una volta trovata la risposta a queste domande, abbiamo una bussola per orientarci nella scelta di ciò che occupa il nostro spazio e il nostro tempo.

PUBBLICITÀ



LIFE

Come rinascere e amarsi di più dopo una relazione tossica

di Veronica Mazza
13 Marzo 2022



Cinque miti da sfatare

Guardando le cose da questa prospettiva è facile capire perché incappiamo sempre nei soliti gli ostacoli sulla via del Nirvana organizzativo. "Per esempio, cresciamo con la convinzione che mettere in ordine equivalga a organizzare, ma la verità è che **fare ordine è un atto provvisorio**". Prima vengono la riflessione e da qui **l'analisi di strumenti, metodi e strategie** per una fruizione funzionale del tempo e degli spazi. "Una buona impostazione dell'organizzazione agevola poi le azioni di mettere in ordine e mantenerlo e non viceversa". La seconda trappola culturale in cui tendiamo a cadere ha a che fare con l'idea che **l'organizzazione sia una meta e non un viaggio**. "Vogliamo fare tutto velocemente e subito, ma l'organizzazione si implementa con il tempo, valutando e adeguando le soluzioni scelte". Il terzo errore è **non prendere in considerazione le variabili** della quotidianità. "In pratica, partiamo dal contenuto invece che dal contenitore, quando dovremmo invece fare un assessment dello spazio e dei tempi che abbiamo a disposizione per capire come usarli". Poiché ricadiamo negli stessi errori, la demotivazione è uno step inevitabile. "Quando un metodo o un sistema organizzativo che abbiamo impostato non funzionano crediamo che non abbia senso dargli ulteriore attenzione e finiamo per lasciar perdere.

una segretaria per conquistare,
segno per segno

Love Bombing, quando il "troppo" amore diventa manipolazione

BEAUTY

MODA&BEAUTY



Deciso, elegante, passionale, intimo: il profumo del mare racconta l'animo umano

CONTENUTO SPONSORIZZATO

Ann. adv

Attico al centro di Bolzano

Palais9.it Apri >



Invece, dovremmo riprenderli in considerazione per valutare per quali ragioni non abbiano funzionato, se erano in linea con il nostro sentire e fare le dovute correzioni". Non sempre abbiamo successo al primo tentativo. Anzi, le cose nella vita assomigliano molto di più a una maratona che a una gara di velocità. Da qui il quinto mito da sfatare, collegato alla **capacità di valutare la nostra realtà**: "Dobbiamo imparare a dividere la complessità in piccoli pezzi, non possiamo organizzare tutto in una volta sola, dobbiamo procedere per gradi, individuare le priorità, dandoci il tempo di provare e capire se le cose funzionano e ci semplificano la vita".

Mettere mano allo spazio e alle relazioni

Quando passiamo dall'io al noi, dal singolo alla famiglia e alla coppia, le variabili si moltiplicano ulteriormente. "La famiglia ha i suoi equilibri, anche organizzativi, quindi dobbiamo ricercare quelle strategie e sistemi che permettono a tutti i membri di vivere e convivere con maggior facilità e, quindi, con un'organizzazione condivisa". **Una volta apprese e praticate le strategie per l'organizzazione personale si possono applicare alla famiglia.** "Collaborare sull'organizzazione è un ottimo modo per crescere insieme, imparando l'uno dall'altro", osserva Toscani. Analogamente, anche la coppia richiede un adattamento delle modalità organizzative. "Non è facile ed è un processo di adattamento continuo, perché ogni persona ha il proprio modo di organizzarsi e non deve ignorare l'impatto che può avere sul partner. Lavorare insieme a una soluzione organizzativa condivisa è anche l'occasione per sviluppare modelli di comunicazione efficaci, utili anche al di fuori di questioni organizzative". Infine, se sul lavoro è chiara la relazione tra efficienza e organizzazione, l'esperta suggerisce che **invece di puntare a una maggior produttività dovremmo cercare di individuare il giusto equilibrio tra risorse investite e risultati ottenuti.** Attenzione anche allo spazio: "Poiché accoglie le nostre azioni, può fare la differenza tra facilitarle e ostacolarle. Curare l'organizzazione dello spazio permette di gettare le basi per vivere e lavorare in maniera più fluida, per essere più soddisfatti e stancarsi di meno", conclude Toscani.

Argomenti

life

JOY.IT

Yoga Vibes

La selezione per il tuo momento di benessere



ANDAMANE



MAGNATA



NINETY PERCENT



ADIDAS BY STELLA

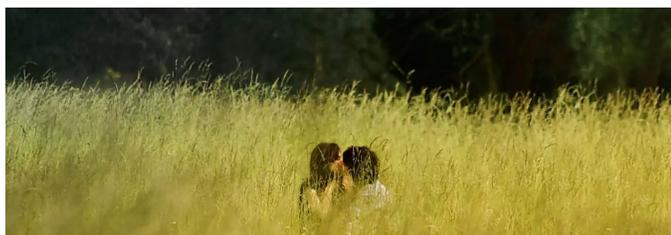


Libero accesso a tutte le news, agli approfondimenti e ai podcast del sito di Repubblica

1 € AL MESE PER TRE MESI, POI 5,99 € AL MESE PER 3 MESI

© Riproduzione riservata

Taboola Feed





Giornata mondiale del bacio, cosa fare se per la coppia non è più un gesto spontaneo

la Repubblica



gesto spontaneo

la Repubblica



I giocatori di tutto il mondo hanno atteso questo gioco!

Forge of Empires

[Gioca](#)

Sei sicuro dell'affidabilità del tuo antivirus? Passa a Bitdefender, 6 mesi gratis !

Contenuti Sponsorizzati



Confronta offerte e risparmia fino al 75%

Offertarapida.it

[Richiedilo ora](#)

PROTEGGERE UNA FAMIGLIA UCRAINA

Contenuti Sponsorizzati



Quanto vale la tua auto? Scoprilò in meno di 1 minuto!

iValutatore.it

Nuovi incentivi auto statali aprile 2022 senza rottamazione. Scopri le nostre auto in pronta consegna da 89€ / mese

richiedmiglioreofferta.com

Contenuti Sponsorizzati

