

Ordine/1

FAI PIÙ CARRIERA SE SEI **DISORDINATO**



Le idee vincenti nascono dal disordine perché allena il cervello a rompere gli schemi che ingabbiano la creatività

di Andrea Porta

Sedie simmetricamente riposte sotto il tavolo, accessori della cucina puliti e al loro posto, pavimenti a specchio, libri ben allineati: la casa di un ordinato è immediatamente riconoscibile. Altrettanto lo è quella di un inguaribile disordinato. Che però, curiosamente, riesce sempre a trovare quello che gli serve. «Nel proprio disordine», spiegava diversi anni fa in un'intervista al *Corriere della Sera* Francesco Rovetto, ordinario di Psicologia dell'Università di Pavia, «il disordinato si sente a casa, e cioè in un posto non pubblico, come è invece il tavolo degli ordinati ossessivi, di facile accesso. Il disordine gli è indispensabile per ritrovare gli oggetti e non è intercambiabile come avviene nel caso degli ordinati, la cui logica è rigidamente legata a lettere, numeri, colori o date». Tanto che la donna delle pulizie,

che tenta di riordinare la casa o la scrivania rischia solo di fare danni. Non solo: è proprio questo ordine nel disordine a rendere creativi.

Genio e sregolatezza

«Del resto è dal caos che si è generato l'universo», spiega ad *Aimée* Davide Algeri, psicoterapeuta a Milano.

«Le idee più geniali scaturiscono spesso dal disordine, che ci permette di uscire degli schemi mentali e di cambiare prospettiva».

In fondo è quello che da più di quarant'anni spiegano i sostenitori del pensiero laterale, la disciplina psicologica che aiuta manager e persone comuni a sfruttare le potenzialità cognitive, leggendo la realtà da prospettive non convenzionali. «Quella dei disordinati», prosegue Rovetto, «è una logica creativa che gioca sulle associazioni, sui raggruppamenti e sulla memoria visiva: gli oggetti vengono ritrovati per la posizione in cui sono stati visti l'ultima volta o per la loro vicinanza ad altri che magari non c'entrano per niente».

Strato su strato

L'ordine infatti è un concetto soggettivo: **quel che può essere ordinato per una persona non lo è per un'altra**. Non è un caso che chi vive e lavora in ambienti e su scrivanie costantemente sommerse da libri e oggetti di ogni tipo vi si orienti facilmente, a differenza degli ordinati che non riescono a concentrarsi

È utile prendere appunti?

✓ Il caos non è solo fisico: quando il disordine è mentale, **stilare liste di impegni o prendere appunti è utile. Ma con riserva**. La scrittrice francese Dominique Loreau ne *L'arte delle liste* (Vallardi) spiega che gli elenchi «spesso ci aiutano a essere efficienti, contribuiscono in larga misura a tenere sotto controllo la nostra vita, a farci risparmiare

tempo, a evitare le dimenticanze, il disordine e a ridurre lo stress». Talvolta, però, è un'illusione: «Possono farci credere di avere tutto sotto controllo oppure ci rendono rigidi e non ci permettono di gestire gli imprevisti», spiega Davide Algeri.

Negli ordinati patologici, le liste spingono al perfezionismo: «Per loro», aggiunge Davide



Detto, «la cosa più importante è seguire la lista, non fare le cose scritte sulla lista. E se sentono di non aver eseguito correttamente uno dei compiti, spesso rinunciano a completare l'intera lista di impegni».

METODO
I disordinati seguono un metodo a strati: i documenti meno urgenti tendono a finire sotto, quelli più importanti restano sopra.



se non in spazi essenziali. «Nella cultura occidentale», spiega Davide Dettore, professore associato di Psicologia clinica all'Università di Firenze, «associamo l'ordine a un'idea di simmetria. A questo concetto i disordinati si ribellano: più che creare caos, loro non fanno altro che disporre gli oggetti all'interno del loro spazio vitale secondo criteri diversi da quelli tradizionali, più soggettivi». Chi ha studiato l'argomento ha da tempo capito che **alla base del disordine c'è una particolare tipologia di classificazione degli oggetti**. Basta dare un occhio alla scrivania di Albert Einstein, nelle foto scattate negli anni della sua permanenza all'Institute for Advanced Study di Princeton (Usa), dove studiò le probabilità delle transizioni atomiche. Lo scienziato tedesco affermava: «Se una scrivania in disordine denota un spirito confusionario, che dire di una scrivania vuota?». E infatti, a Princeton, Einstein lavorava in un ambiente costantemente disordinato, stracolmo di fogli e libri, ma estremamente produttivo e creativo. La strategia di Einstein e di quella degli altri caotici ordinati è, secondo i cognitivisti, inconscia e si fonda su un metodo "stratigrafico". In pratica, senza che nessuno li riordini, documenti e oggetti si accumulano, ma mai casualmente: i meno urgenti, i meno attuali o quelli meno necessari finiscono inevitabilmente con lo sprofondare sotto montagne di carte sulle scrivanie, o negli angoli meno battuti dell'ufficio o della casa. All'opposto, risalendo verso la superficie o nei luoghi più accessibili si depositano gli oggetti attuali o i documenti ai quali i disordinati stanno lavorando. In pratica, un metodo di archiviazione spontaneo.

Il giudizio degli altri

Oggi il maggior esperto di psicologia del disordine è probabilmente Eric Abrahamson, docente di Management alla Columbia University (Usa). Autore di *La forza del disordine* (Rizzoli), Abrahamson ha condotto



Cosa succede nella coppia

La condivisione degli spazi tra ordinati e disordinati può essere difficile, specie in coppia. **Di solito l'ordinato giudica male il disordinato e si sente superiore**, spiega Francesco Pierelli, «il suo trionfo avviene quando riesce a mettere le mani sul disordine del coniuge e, pensando che l'ordine sia il bene e il disordine il male, procede nella sua crociata e pretende perfino ringraziamenti». **Nelle giovani coppie è normale**: «La funzione educativa reciproca, cioè la capacità di organizzare e dividersi i compiti della vita quotidiana», spiega Anna Salvo, psicoterapeuta all'Università della Calabria, «ha bisogno di tempo per maturare. Interrogarsi sul perché il disordine dia fastidio può essere un buon metodo per iniziare».

numerosi studi sull'argomento. In uno di questi, aveva rilevato come circa il 67 per cento di 160 intervistati affermasse di provare addirittura **senso di colpa nei confronti della propria mancanza d'ordine** e che più della metà giudicasse i disordinati in modo estremamente negativo. Non c'è però da stupirsi: anche Paul Harris, psicologo alla Harvard Gra-

duate School of Education (Usa), ha chiesto ai suoi studenti come immaginavano i proprietari di due appartamenti, uno affollato di riviste e biancheria abbandonata e l'altro con superfici libere, senza polvere e con pile di riviste disposte in ordine e con gusto. Gli aggettivi usati dagli studenti: "Incompetente", "inefficiente",

CHI SEI IN UFFICIO LO DICE IL CESTINO

Osservate i colleghi: dal loro cestino della spazzatura capirete se sono fannulloni. Studiando oltre 10 aziende, Abigail Sellen degli Hewlett-Packard Laboratories di Bristol e Richard Harper del Digital World Research Centre della Surrey University (Regno Unito) nel 2002 avevano concluso che **la quantità di materiale sulle scrivanie e di cartacce prodotte da ciascun dipendente rivelano la sua propensione al lavoro e all'organizzazione**. Una scrivania ricolma è correlata

statisticamente a più mansioni o a maggiore disordine. D'altro canto, fare ordine gettando ciò che non serve ha un costo in termini di tempo, in parte sottratto alle ore di lavoro. Una buona produttività dovrebbe dipendere quindi da un corretto rapporto tra ore di lavoro e ore di pulizia. In dieci anni le aziende hanno aumentato l'uso delle tecnologie digitali ma, secondo un recente rapporto del Wwf, non ridotto l'uso di carta: una ricerca analoga condotta oggi rivelerebbe dunque risultati analoghi.

	Scrivania piena	Scrivania vuota
Cestino pieno	Impiegato produttivo e ordinato	Impiegato improduttivo, ma ordinato
Cestino vuoto	Impiegato produttivo, ma disordinato	Impiegato improduttivo

“disorganizzato”, “irresponsabile”, “pigro” e “impulsivo” per il disordinato, mentre “responsabile”, “gran lavoratore”, “ansioso”, “conservatore”, “formale”, “disciplinato” e “inflexibile” per l’ordinato.

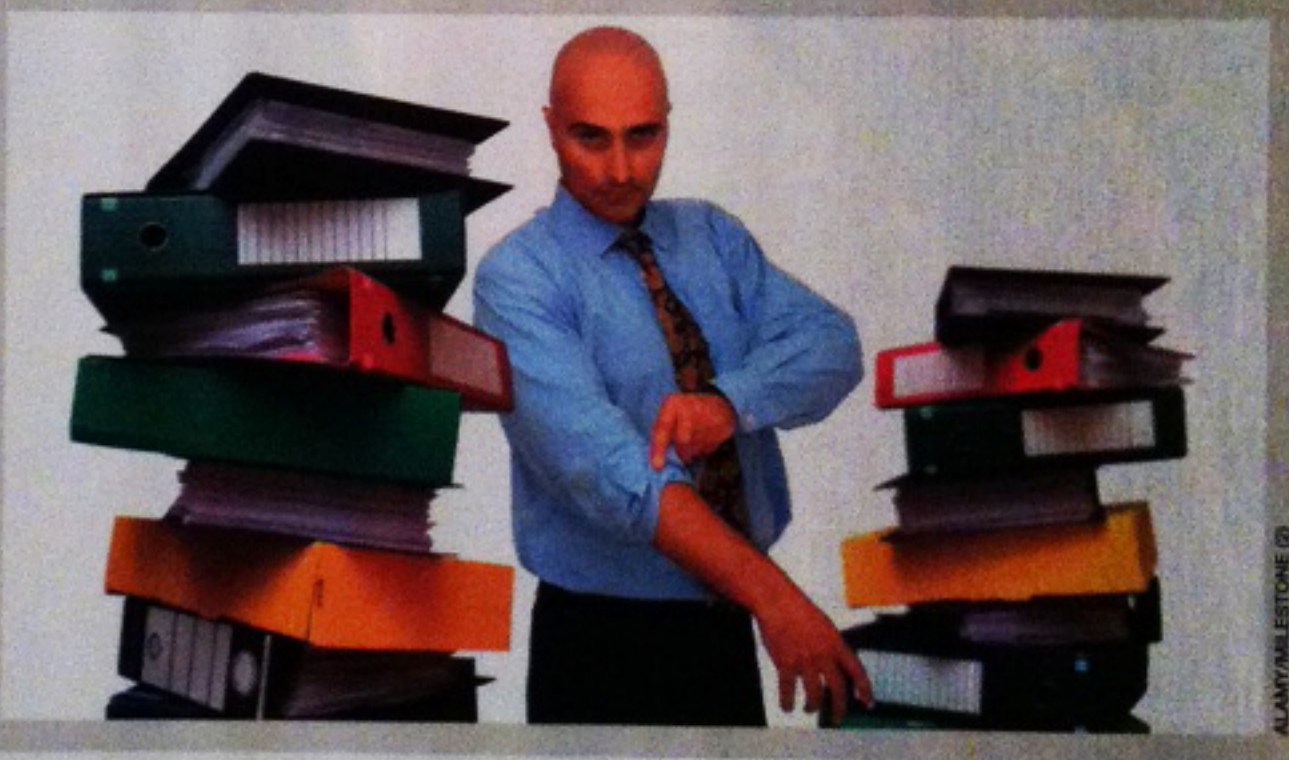
Stereotipi? Forse no

«L’ordinato è spesso preciso, attento ai dettagli, perfezionista e frequentemente ha maggiori difficoltà a cambiare le proprie abitudini», conferma Davide Algeri. «Il disordinato, invece, ha dalla sua il vantaggio di soffrire meno il peso degli imprevisti, è tendenzialmente flessibile e malleabile». Normali differenze individuali, quindi. Tuttavia, in pochi casi, **gli eccessi di ordine e disordine sfociano in vere e proprie patologie**. Se infatti l’accumulo di oggetti inutili e il conseguente disordine può essere sintomo di un disturbo psichico chiamato disosofobia (vedi il servizio seguente), anche l’ordine maniacale può nascondere una forma di disagio. «Diventa disturbo mentale quando è di ostacolo alle attività quotidiane», spiega Algeri. «Le persone patologicamente ordinate sono spesso insicure e l’ordine dà loro la sensazione di sentirsi adeguati al contesto». Così da ordinate diventano perfezioniste, pretendono da se stesse e dagli altri il massimo e assumono atteggiamenti rigidamente moralisti e antisociali. Ma a quello stadio il problema diventa un vero disturbo della personalità.

I sei vantaggi del disordine

✓ Secondo Eric Abrahamson, docente di Management alla Columbia University (Usa), ecco sei vantaggi del “disordine ordinato”: nel lavoro e nella vita di tutti i giorni.

- 1. Flessibilità:** il disordine permette di adattarci rapidamente alle novità e con minori sforzi.
- 2. Completezza:** il disordine è di natura vario, comprende più alternative e possibilità diverse che l’ordine prestabilito non contempla.
- 3. Risonanza:** il disordine consente uno scambio di informazioni tra il soggetto e l’esterno e non rinchioda in certezze incrollabili che ci bloccano.
- 4. Inventiva:** il disordine consente di affiancare in modo casuale elementi diversi favorendo così associazioni creative inedite.
- 5. Efficienza:** il disordine permette di raggiungere gli obiettivi in minor tempo e consumando meno risorse, se non altro quelle necessarie a riordinare e catalogare cose e informazioni.
- 6. Robustezza:** il disordine è soggettivo e come tale unico. Ognuno ha il suo, mentre l’ordine è logico e quindi riproducibile da chiunque. Questa è una certezza per chi usa il “caos ordinato” come strumento della propria professione: per esempio creativi e liberi professionisti.



SENSO DI COLPA? I disordinati si sentono colpevoli per la propria mancanza di ordine, a cui è associato generalmente anche il giudizio negativo degli altri.

Se l’ordinato di colpo diventa disordinato...

✓ Quando un ordinato diventa disordinato, un motivo c’è. Un evento traumatico può toglierci la voglia di sistemare casa e di prenderci cura di noi stessi. In alcuni casi lo psicologo non basta. «C’è un punto da cui è difficile tornare indietro», spiega Beverly Wade, esperta di management britannica che nel 2005 ha fondato la società di riordino a domicilio *Cluttergone*. I clienti? «Trent’anni e oltre, soprattutto donne, che attraversano momenti di passaggio come un divorzio». Chi vuol fare autoterapia gettando via quel che non serve più può seguire invece i corsi di *space clearing*, disciplina di ispirazione orientale portata in Italia da Lucia Larese che la presenta nell’omonimo volume (Edizioni Mediterranee). Il principio base? **Un’abitazione straripante di cose superflue corrisponde a un approccio esistenziale inconcludente**. «Capire perché siamo attaccati a oggetti che non usiamo più, ma da cui non riusciamo a separarci è il primo passo per cambiare», spiega. «La ricerca dell’essenzialità attraverso l’ordine in una cultura come la nostra dove tutto è sovrabbondante è sicuramente un fatto positivo», commenta Davide Dettore.



CRISI
Rimediare a un disordine transitorio, e cioè in caso di crisi personale, è una buona autoterapia.

IL DISORDINE PARLA DI TE

Il tuo salotto è impeccabile?
La scrivania è ricoperta di carte?
Misura il tuo tipo di (dis)ordine
con il nostro test *di Andrea Porta*

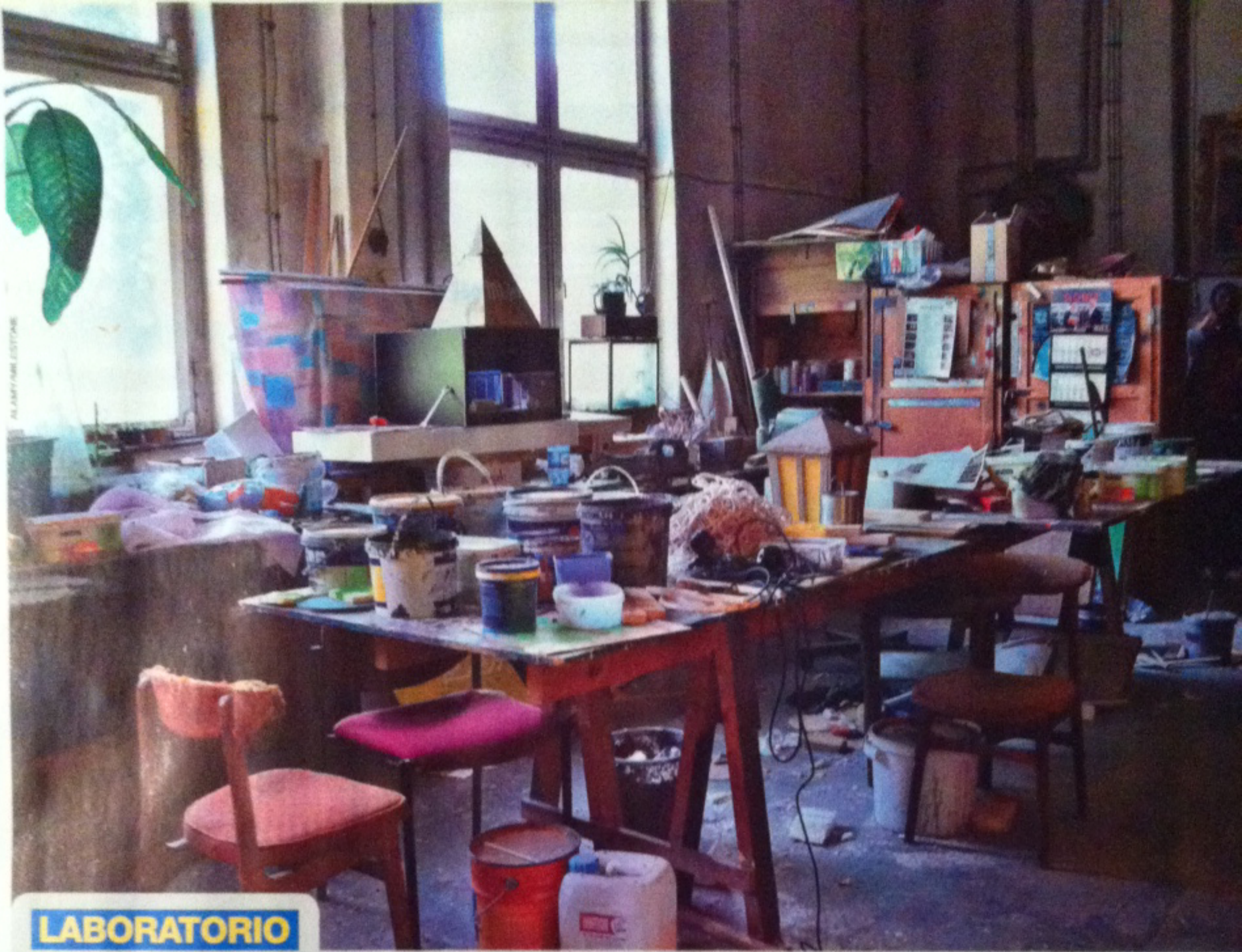
SOGGIORNO

✓ Troppo ordine rende l'ambiente asettico, **eccessivamente funzionale, talvolta al limite del perfezionismo clinico** di chi lo abita. In ogni luogo domestico è infatti normale un andamento ciclico nel modo di

vivere l'ordine. Spesso infatti attraversiamo fasi di caos seguite da momenti di ordine assoluto in funzione del periodo dell'anno o del momento della settimana in cui ci troviamo: «Si tratta di un modo per rinno-

vare e rinnovarsi», spiega lo psicologo Davide Algeri. Uno studio su mille donne afroamericane condotto nel 2010 da Nicole Keith dell'Indiana Purdue University (Usa) ha mostrato che a una casa ordinata e pulita corri-

sponde un buono stato di salute cardiovascolare delle proprietarie. La ragione? Decisamente banale: «Dedicare anche solo mezz'ora al giorno a pulizie e bucato significa mantenersi in buona attività fisica».



LABORATORIO

✓ La paura di trovarsi sprovvisti di qualcosa può spingere alcune persone particolarmente insicure ad accumulare oggetti inutili: «Non buttando via nulla, non si separano dagli og-

getti ai quali sono emotivamente legati», spiega Davide Algeri. A volte però conservando, senza sapere perché, anche quelli a cui non sono più affezionati. Lo *space clearing*, tecnica di

ispirazione orientale, aiuta a ritrovare ordine dentro di sé proprio facendo piazza pulita in casa. Lucia Larese, che l'ha fatta conoscere in Italia, spiega: «L'ordine non è solo un'esigenza pratica,

ma psicologica. Custodire oggetti del passato che hanno per noi valore è ottimo, conservare cianfrusaglie inutili senza legami con il presente, per la paura di liberarsene, è dannoso».



SCRIVANIA

✓ «La nostra postazione di lavoro è un territorio a cui sentiamo di appartenere», spiega Enrico Maria Ragaglia, psicologo dell'Università di Milano-Bicocca, «e che addomesticiamo con degli adattamenti funzionali». Tutto deve essere a portata di mano. Quando gli oggetti, come nella foto qui a lato, sono in disordine, è implicito che le operazioni «di pulizia» dovrebbero essere svolte in un secondo

psicologo di Firenze: «Rimandiamo il riordino finché il disordine ci assale». Per Eric Abrahamson, autore de *La forza del disordine* (Rizzoli), un disordinato impiega il 36 per cento di tempo in meno dei colleghi ordinati a ritrovare ciò che cerca. Il suo è un sistema di archiviazione definito «informale», opposto a faldoni e cartelle. «Nel caos», spiega lo studioso, «il lavoro più urgente rimane in