

L'intervista

“Si può fare con delle regole: occhio alle truffe e niente fretta”

Monica Lasaponara, autrice del libro *Mollo tutto e cambio vita* (Newton Compton), si autodefinisce una “escape coach”. Da anni supporta chi vuole cambiare vita attraverso un nuovo percorso di lavoro.

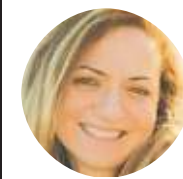
Come è diventata una “escape coach”?

«Per anni mi sono occupata di marketing per note multinazionali. Ma mi sono resa conto di essere infelice. Mi mancava una parte di vita, non avevo tempo di occuparmi di ciò che mi interessava davvero».

E quindi cosa ha deciso di fare?

«Ho scoperto che a Londra esistevano eventi chiamati “Escape Monday”, riunioni in cui dei ragazzi si vedevano (il lunedì, giorno più faticoso della settimana), per ascoltare le storie di chi aveva iniziato una nuova vita. Ho “importato” queste riunioni in Italia e il pubblico aumentava ogni volta. Così mi sono ritrovata a supportare chi voleva provare a cambiare. Ho lasciato il marketing e ora gestisco la mia vita con gli orari che voglio e faccio un lavoro che mi piace».

Quindi aiutare gli altri a costruire il Piano B è diventato il suo Piano B.



▲ Autrice
Monica Lasaponara, escape coach



E da dove si inizia?

«Aiuto a capire prima di tutto quale attività potrebbe interessare al cliente. Quasi mai si tratta di una sua passione o di un hobby, quanto piuttosto di un talento nascosto. Un esempio: quella che poi è diventata una mia “escaper” era molto brava ad arredare casa con poco. Non aveva idea che questo suo piccolo talento potesse diventare un lavoro. Oggi è un’armonizzatrice di spazi».

Qual è il segreto per riuscire nell’impresa?

«Intanto non si può passare dal Piano A al piano B da un giorno all’altro, serve tempo e dedizione. Chi dice che è facile, mente. In rete si trovano moltissimi sedicenti imprenditori digitali che vendono improbabili soluzioni per guadagnare soldi facili. Sono truffe. Cambiare vita richiede un lungo percorso, ma non è impossibile».

Chi sono i suoi clienti?

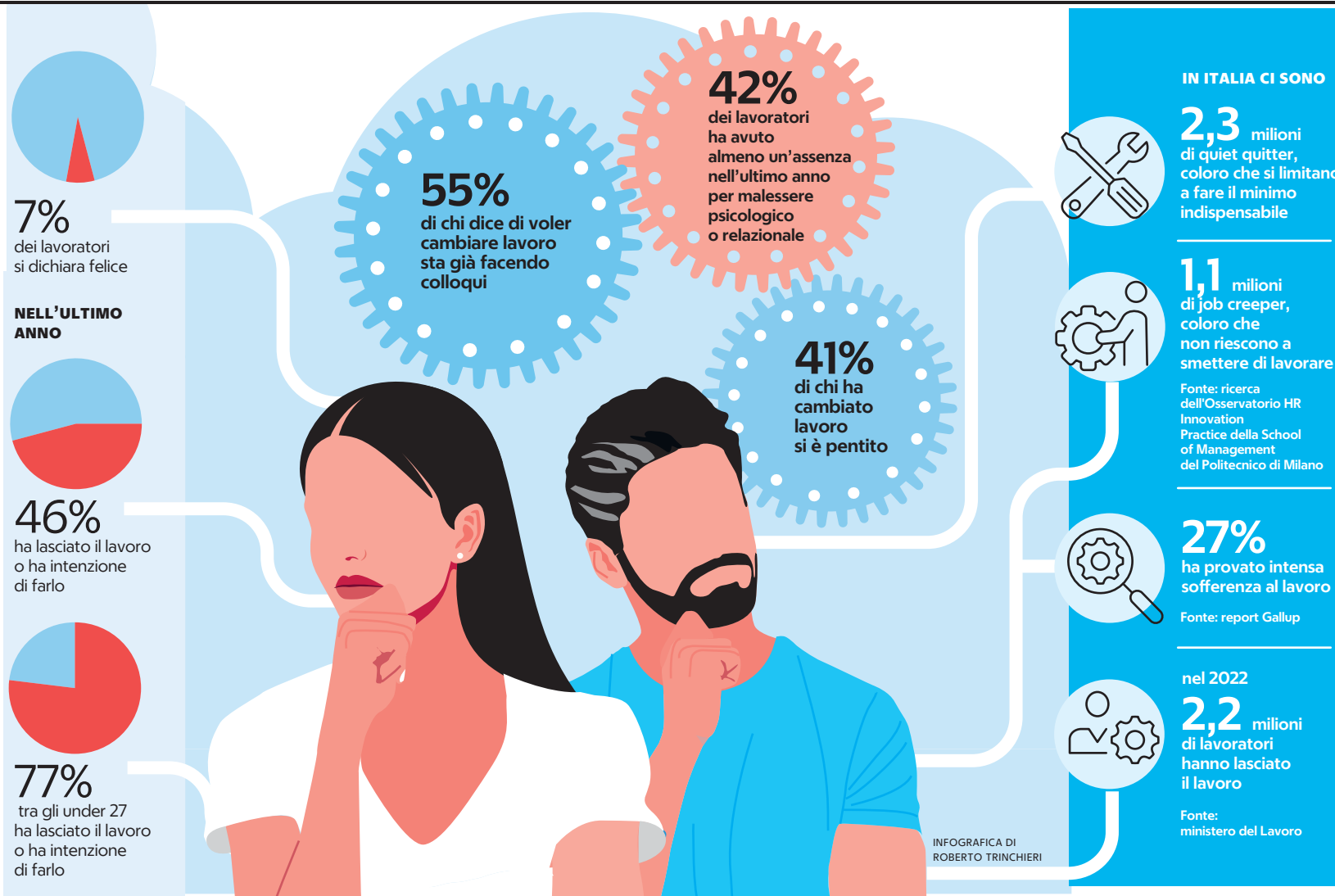
«È un fenomeno molto femminile. Ma non esclusivamente. Lavoro con persone “normali” che non hanno capitali a disposizione. Creiamo “micro-business” per i quali non servono grossi investimenti iniziali. La pandemia ha cambiato le priorità. Quando siamo in modalità pilota automatico ci dimentichiamo che la vita è una sola. E con il Covid ci siamo resi conto spesso che è meglio stare a casa che in ufficio. E la misura del successo non è più solo frutto di considerazioni economiche, ma di quanto tempo e libertà abbiamo per fare ciò che ci rende felici».

I costi?

«Un percorso con me si aggira sui 400-500 euro. Si tratta di nove mesi di lavoro insieme: dall’individuare il Piano B fino alla sua realizzazione».

— v.t.

© RIPRODUZIONE RISERVATA



La tendenza

Quelli che mollano tutto “Ma prima di cambiare vita provate bene la nuova”

Non ne posso più. Il mio lavoro non mi piace. Il capo mi umilia. Per quello che faccio non mi pagano abbastanza. Non ho più tempo per fare niente. Per me. Per i miei figli. Sono infelice. Pensieri come questi abitano nelle teste di migliaia di persone per anni. Anche per sempre. Perché i lavoratori italiani sono i più tristi d'Europa. Ma una via d'uscita – assicura chi ce l'ha fatta – c'è: il Piano B è possibile.

Per realizzarlo, però, bisogna seguire delle regole ben precise. Ce le spiega chi – come la *escape coach* Monica Lasaponara – per mestiere fa proprio quello di aiutare chi non ce la fa più a cambiare lavoro e, quindi, vita. Primo punto fondamentale: è vietato lasciare il pro-

R Ogni settimana sul sito di *Repubblica* racconteremo le storie di chi è riuscito a cambiare vita

Stress, poco tempo libero, paghe troppo basse: in Europa gli italiani sono i meno soddisfatti del proprio impiego

Piccola guida per chi cerca una svolta

di Valeria Teodonio

gna a realizzare dei videocorsi sugli argomenti più disparati e poi li pubblica sul portale che gestisce (Muud.it). Dall'uncinetto alla ceramica, dal business alla cucina.

Giada invece era il braccio destro di un importante produttore teatrale, un lavoro interessante e prestigioso. Ora è un’armonizzatrice di spazi, aiuta a organizzare e rendere armoniose le case. Francesco era un impiegato e si occupava di assistenza clienti: oggi insegna ai freelance a rendere il loro lavoro più produttivo. Laura era impiegata nel turismo: oggi è una con-

sulente di immagine olistica e spiega alle donne cosa indossare perché i loro vestiti siano in armonia con la loro personalità.

Ilaria lavora in un'azienda di formazione ma nel frattempo sta sviluppando il progetto “Mangio dunque sono”, in cui fa da “Food Organizer”. Spiega cioè come organizzare i pasti e fare una spesa consapevole. E poi c'è Carlo, operaio metalmeccanico appassionato di mountain bike, che sta lanciando il suo progetto di escursioni guidate in bici. Mestieri spesso nuovi, molto lontani dal lavoro di ufficio che

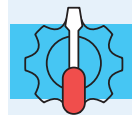
non piace a moltissimi italiani.

Secondo una ricerca del Politecnico di Milano appena il 7 per cento dei lavoratori si dichiara felice. E come afferma il report di Gallup, società americana di analisi sullo stato globale del mondo del lavoro, gli italiani sono sottopagati e mobbizzati (e, appunto i più infelici in Europa). Quasi 30 su 100 provano un'intensa sofferenza, ma sono scettici sulla possibilità di cambiare. Abbandonare un impiego sicuro – si dicono – è impossibile. E comunque sono convinti che reinventarsi a 40 o a 50 anni sia una follia.

Un'altra parte di italiani, invece, ha mollato. Dopo la pandemia c'è stato il fenomeno globale delle grandi dimissioni. Nel 2022 – la fonte è il ministero del Lavoro – quasi 2 milioni di lavoratori hanno cambiato impiego. E nell'ultimo anno – secondo lo studio del Politecnico – il 46 per cento ha lasciato il proprio ufficio o ha intenzione di farlo, una percentuale che raggiunge il 77 per cento per gli under 27.

Ma non tutti quelli che hanno lasciato hanno trovato quello che cercavano: 4 su 10 si sono pentiti della scelta fatta. Le motivazioni principali sono legate alla difficoltà di ricollocarsi dopo aver abbandonato senza un'altra offerta al momento delle dimissioni. Proprio perché molti hanno lasciato senza avere un'alternativa valida. E, come detto, il nodo è proprio questo: non si può, non si deve, lasciare il lavoro senza prima aver messo in piedi un solido piano B. Ma una volta costruito – giura chi ci è riuscito – una nuova vita è possibile. © RIPRODUZIONE RISERVATA

I consigli per un piano B



L'alternativa
Primo punto fondamentale: vietato lasciare un impiego se non si ha già l'alternativa avviata. Si rischierebbe troppo



I desideri
Bisogna interrogarsi su cosa si vorrebbe fare davvero. Molti non ne hanno idea, ma un'escape coach può aiutare a scoprirlo



Niente fretta
Non servono per forza capitali da investire. E non bisogna avere fretta, il grande cambiamento necessita di tempo



Le priorità
Ogni Piano B è diverso, la priorità di una persona potrebbe essere avere più tempo libero, un'altra fare un lavoro più creativo

prio impiego se non si ha già l'alternativa avviata. Si rischierebbe troppo. Quindi per molti mesi le due attività dovranno procedere contemporaneamente. Bisogna poi interrogarsi per capire cosa si vorrebbe fare davvero. Molti non hanno la più pallida idea di cosa sia, ma c'è chi – come un'escape coach – può aiutare a scoprirlo. Terzo: non servono (necessariamente) capitali da investire. Quarto punto: non avere fretta, il grande cambiamento richiede tempo.

Molti non vogliono più soldi, ma maggiore tempo libero e più soddisfazione. Come Stefania, che faceva un lavoro ben pagato e stabile per una multinazionale: ora inse-