



dall'ESTERO

## VUOI LAVORARE MEGLIO? LASCIA PERDERE I SOCIAL



**Deep Work: rules for focused success in a distracted world**, Cal Newport, pagg. 304, Grand Central Publishing, \$ 28.

Probabilmente la sfida è trovare il giusto equilibrio, la tecnologia fa parte della nostra vita e del nostro lavoro: non possiamo più farne a meno. Ma allo stesso tempo, avere il coraggio di spegnere il nostro smartphone è un atto di coraggio e doveroso se dobbiamo svolgere un compito che richiede la nostra concentrazione.

Ogni giorno sentiamo decantare i vantaggi che i social network possono portarci in termini di business, nuove opportunità, idee, contatti e nuovi modi per dare il via a scambi e conversazioni con potenziali clienti. Eppure, c'è chi prende le distanze da tanta euforia e invita a lasciar perdere gli onnipresenti social, affermando addirittura che per avere successo e dare il massimo non sono affatto necessari, anzi, spesso ci allontanano dai nostri obiettivi, ci fanno perdere tempo, denaro, energie e rappresentano un'incessante fonte di distrazione. Può sorprendere che l'invito a disconnetterci e a chiudere i nostri account arrivi da guru del web, a cominciare da Arianna Huffington, fondatrice di un impero della comunicazione online che ha fatto dei social e della condivisione delle notizie il suo punto di forza. Nei giorni scorsi, durante l'iConic Conference di New York, la Huffington si è detta preoccupata: «Il settanta per cento delle persone dormono con i loro telefoni nel proprio letto. Siamo costantemente raggiunti da notifiche, post, messaggi, email. Eppure i momenti più creativi avvengono quando lasciamo perdere tutto questo, non a caso, spesso, mentre facciamo la doccia. Da imprenditrice posso dire la stessa cosa: è fondamentale avere il tempo per la riflessione, sviluppare la capacità di cogliere le idee migliori senza essere distratti».

La distrazione costante, favorita dalla tecnologia, sem-