

<https://www.uomoemanager.it/manager-tossici-per-il-lavoro-ecco-come-riconoscerli/>



Manager tossici per il lavoro? Ecco come riconoscerli

Un italiano su due soffre di stress a causa del lavoro. Certamente la pandemia con tutte le sue conseguenze non è stata di grande aiuto, anzi... La diffusione dello smart working, secondo alcuni studi, ha contribuito ad aumentare il numero delle persone colpite da esaurimento nervoso addirittura del 20%.

Quali possono essere le cause? Una potrebbe essere legata alla difficoltà di **separare la propria vita privata da quella professionale** oppure dalla **difficoltà di staccare dal proprio lavoro in modo significativo** quando si vive costantemente connessi. Ma potrebbe esserci una ragione ancora più profonda: avere a che fare con **colleghi o manager "tossici"** che, a lungo andare, hanno impatti molto negativi sull'ambiente, sulle performance e sulla salute di dipendenti e collaboratori.

"Sentire lamentele legate al proprio capo, al proprio lavoro o magari a qualche collega – precisa **Francesca Contardi, managing director di EasyHunters**, prima società di ricerca e selezione con un Digital Operating Process – non è certo inusuale e non ci stupisce affatto, ma ci sono casi in cui l'ambiente diventa talmente tossico da compromettere il benessere delle persone e, a lungo andare, anche le loro performance. In questo secondo caso, è fondamentale intervenire tempestivamente e promuovere piani di gestione dello stress per non compromettere la salute

delle persone ed evitare di perdere i migliori talenti a causa di un ambiente di lavoro non stimolante o, peggio ancora, tossico”.

Come riconoscere i manager “tossici”. Quelli che potremmo definire manager “tossici” hanno una serie di atteggiamenti che possono facilitarci nell’individuazione: tendono infatti a non ascoltare, hanno un atteggiamento aggressivo, hanno scarsa attenzione nei confronti di chi lavora insieme a loro e dei risultati, promuovono o assumono le risorse sbagliate e tendono a criticare eccessivamente, spesso anche in pubblico.

Cosa fare se sorgono conflitti con uno di loro se si lavora in smartworking? “Quando vengono a mancare momenti di condivisione in ufficio o davanti alla macchinetta del caffè – conclude Francesca Contardi – è più facile che problemi di poco conto si ingigantiscano. Pensiamo, ad esempio, a differenti opinioni su un determinato argomento o sul modo per svolgere un certo lavoro: quando ci si può confrontare dal vivo, può essere più semplice trovare un punto in comune rispetto a quando si interagisce soltanto via mail o al telefono. E lo stesso vale quando si deve dare un feedback negativo. Se non ci si vede, tutto diventa più impersonale. Io consiglio di favorire occasioni di incontro frequenti, sia di team sia individuali, in modo da creare relazioni basate sulla condivisione e sulla fiducia, ma anche di non aspettare troppo prima di reagire ad un ambiente tossico perché si corre il rischio di trasferire il proprio stress anche all’interno del team o durante eventuali colloqui di lavoro. Il dialogo è sempre la scelta vincente: parlare apertamente con le persone delle proprie difficoltà può contribuire a creare un clima più sereno e a lavorare meglio”.