

# CHI RIMANDA È MENO EFFICIENTE?

La tendenza a rinviare è scritta nel Dna, dice una ricerca americana. Ma è sintomo di equilibrio o solo di pigrizia?

di NATASCIA GARGANO scrivi a [attualita@mondadori.it](mailto:attualita@mondadori.it)

**ELIANA LAMBERTI** psicoterapeuta e trainer di programmazione neurolinguistica (Pnl)



**sì** «Rimandare porta a vedere più lati negativi di quelli che ci sono veramente e blocca le nostre azioni. Spesso si rinvia in attesa di prendere la decisione perfetta, senza pensare che pure lo stare fermi ha delle conseguenze,

per esempio farci perdere buone occasioni e aumentare l'ansia. Agendo subito, anche se non tutto va bene, viviamo comunque un'esperienza che ci servirà per il futuro».

**Nel lavoro è una penalizzazione** «Non rimandare è molto importante in qualsiasi impiego: i capi preferiscono persone in grado di scegliere velocemente e di assumersene la responsabilità. Inoltre, saper decidere è indice di una sana autostima, cosa che conta anche nella vita familiare e sociale. Una persona che riesce a prendere l'iniziativa in modo rapido e ad accettarne le conseguenze è un buon modello per i figli. E trasmette sicurezza al partner».



**DEBORAH LEVI** responsabile servizio Lavoro e benessere del Centro medico Santagostino di Milano



**no** «Rimandare può essere una strategia per raccogliere informazioni utili e per organizzare meglio i nostri impegni. Stabilire che determinate incombenze verranno affrontate

successivamente presuppone la capacità di dire no, sapere che in quel momento è la cosa migliore per noi. Non è pigrizia o inefficienza: decidiamo di concederci del tempo calcolando le conseguenze e dandoci delle priorità».

**Nelle relazioni è indice di autonomia** «Posticipare significa non sentirsi obbligati a soddisfare subito le richieste degli altri. E libera soprattutto le donne dal senso di colpa di non riuscire a fare tutto. Se una mamma superimpegnata rimanda la festa per il compleanno del figlio alla settimana dopo, in nome di una maggiore serenità, non è per questo un "mostro"».

[dibattiti.donnamoderna.com](http://dibattiti.donnamoderna.com)

## la parola ai lettori

**39%** **SÌ PERCHÉ...** **@triky** «Meglio agire d'impulso. In base alle mie esperienze, aver preso decisioni a scoppio ritardato ha sempre comportato problemi e preoccupazioni». **@focatigre** «Chi tarda troppo perde il treno. E se perdi il treno non arrivi mai agli obiettivi. Occorre, sì, ponderare le decisioni, ma occhio all'orologio che fa tic tac: le buone occasioni non capitano mai due volte».

**61%** **NO PERCHÉ...** **@imma** «Bisogna deciderlo con calma per rispetto verso noi stesse. Con i mariti, figli vogliono tutto subito. Ma spesso sono i cari!». **@valentina** «Il tempo non rispetta le cose fatte in fretta. Quando si tratta di decisioni importanti è sempre bene prendersi lo spazio necessario per riflettere con calma. La pazienza è buona consiglio».