



# Alla prova nella natura

Immergersi nell'ambiente, sperimentarne la libertà e gli ostacoli è un bisogno fondamentale che la vita di oggi spesso ci preclude. Realizzare meeting e team building nella natura permette di ritrovarsi più rilassati e aperti alla collaborazione. E permette di raggiungere meglio e più efficacemente gli obiettivi del gruppo **di Aura Marcelli**

**S**iamo in un'epoca dominata da grandi contraddizioni. Mai come di questi tempi l'ecologia ha assunto un ruolo di primo piano nella comunicazione mediatica e nelle scelte consapevoli di molti, eppure, la vita della maggior parte delle persone è sempre più separata dalla natura. Cresce (fortunatamente e doverosamente) il senso di responsabilità nei confronti dell'ambiente, ma spesso resta quasi un esercizio intellettuale, privo di reale contatto con l'elemento naturale, se non in sporadiche ed eccezionali occasioni. Siamo, in altre parole, affetti da una condizione nota come Deficit di Natura. A coniare questo termine è stato

lo psicoterapeuta statunitense Richard Louv nel 2006, per descrivere i disagi e i rischi di una vita avulsa dal contesto ambientale, passata tra asfalto e cemento, in una routine casa-ufficio che soffoca, spesso senza neppure accorgersene, procurando negli adulti elevati e costanti livelli di stress, ansia, depressione, malattie respiratorie e cardiovascolari. La natura ci manca, a tutti ineluttabilmente e indistintamente, perché, a prescindere dalla nostra esperienza personale e dai gusti, siamo progettati per provare *biofilia*, ossia amore per la natura e senso di connessione con l'ambiente. A contatto con il verde dei boschi o l'azzurro del





mare, o tutti i colori della campagna o della montagna, il nostro organismo e la nostra mente reagiscono istintivamente: contenendo le sensazioni di rabbia e stimolando quelle di soddisfazione, normalizzando la frequenza cardiaca, la pressione e i livelli di ormoni legati allo stress nel sangue.

### Esperienze formative gratificanti

Ecco allora che ritrovare tempo e spazio per la natura diventa fondamentale. Ed ecco perché proprio la natura può diventare un'alleata preziosa e ineguagliabile anche in ambito aziendale per vivere e far vivere esperienze formative gratificanti. Organizzare meeting e team building immersi nel contesto naturale semplicemente funziona. «Stare in ambiente naturale, in quanto essere umano, vuol dire inevitabilmente ritrovarsi», ci ha spiegato **Gianluca Boario**, titolare e coach di Eventi in Natura, brand che orga-

nizza da 15 anni attività esperienziali indoor e outdoor per la formazione e gli eventi aziendali. «Uscire dal contesto lavorativo e dal sistema urbano può realmente rendere molto più efficaci le attività di team building e di meeting, favorendo l'apprendimento nella parte formativa e rendendo più spensierata quella non immediatamente formativa. La natura, se anche non può risolvere tutti i problemi, aiuta molto. Ci aiuta ad abbassare certe barriere per una visione più rilassata. Ci dà un grado di soddisfazione istantaneo dovuto al fatto che stare in natura è per noi qualcosa di atavico».

Ovviamente la natura da sola non basta. La riuscita di un meeting o di attività di team building passa anche e soprattutto dalle caratteristiche della location scelta, che devono rispondere alle esigenze logistiche e organizzative dell'azienda e dei formatori. «La ricerca della giusta location è fondamentale», ribadisce Boario.

Ritrovare tempo e spazio nella natura permette di attivare reazioni istintive che portano al relax e alla soddisfazione

Il format di team building "Rescue", esclusiva di Eventi in Natura, simula una situazione di soccorso e stimola i partecipanti a manifestare e sviluppare le proprie capacità reattive, collaborative e di leadership

«Ci sono strutture adeguate allo scopo in tutta Italia, principalmente nel Nord e Centro. Innanzi tutto la location deve offrire una o più sale meeting per lo svolgimento delle attività in aula, per eventuali attività di backup del team building (in caso di maltempo) e per momenti di debriefing. Deve garantire una ristorazione non solo di qualità, ma anche in linea con quelli che sono i trend attuali: km0, prodotti bio, locali e tradizionali, anche rivisitati secondo i dettami della cucina

gourmet, ma partendo sempre dal prodotto. Si può trattare di strutture agrituristiche e relais, con almeno 30/40 camere, che propongano standard paragonabili ad un 4 stelle per i servizi alberghieri. E, naturalmente, devono contare su adeguati spazi esterni, giardini, campagna o area boscata».

Scardinate le resistenze dei partecipanti grazie all'effetto immediato della natura e attivata una risposta emotivamente positiva, si possono efficacemente indirizzare le attività secondo le esigenze, gli scopi e gli obiettivi formativi della propria azienda. Che si debba stimolare il team working, favorire l'integrazione o agevolare processi di comunicazione, le attività di team building da svolgere nella natura sono molte, più o meno trasversali agli obiettivi e declinabili a seconda delle esigenze. Il contesto naturale consente di far vivere ai partecipanti esperienze forti, che mettono a nudo le proprie peculiarità positive o negative, che consentono, attraverso il confronto con gli "incidenti" che si verificano, di agire comportamenti più o meno inaspettati. Mettendo in evidenza così le proprie competenze e acquisendone di nuove. Vediamo insieme a Eventi in Natura alcuni dei format più interessanti.

### Team Farm

Si tratta di mettere in campo attività outdoor e indoor tipiche della vita in campagna stimolando il team working e l'integrazione di tutti i partecipanti. Le prove a rotazione, dalla costruzione dello spaventapasseri alla preparazione della pasta, dalla semina e raccolta nell'orto alla piantumazione dei fiori, richiedono di mettere a frutto le proprie preconoscenze e le proprie capacità migliori, accettando quelle degli altri e stimolandone l'attuazione in gruppo. Si esce dalla propria area di comfort, ci si trova fuori dagli schemi abituali e ci si confronta con atteggiamenti anche diversi da quelli che si creano sul posto di lavoro. Tutto questo permette di allontanarsi dai condizionamenti, reagendo liberamente e godendo più o meno delle nuove esperienze.





### Team building sociale

In inglese è noto come *charity team building*, ma per noi italiani il concetto di carità potrebbe essere fuorviante. Quello che si fa è costruire insieme qualcosa che poi sarà donato ad altri. Viene così innescata una leva emotiva molto forte, che coinvolge i partecipanti da subito in tutto il processo, generando dinamiche molto interessanti. Si possono costruire arnie didattiche per aziende apistiche o piccole realtà (anche all'estero e in contesti di povertà) dove viene usata la produzione di miele come integrazione alimentare. Oppure si può realizzare un orto verticale da regalare a una scuola. O, ancora, si può scegliere il format "adotta un sentiero", attivandosi a 360 gradi per sistemare un'area protetta o uno spazio verde (dal sopralluogo, al progetto, alla realizzazione, alla comunicazione attraverso una brochure informativa). In ogni caso, parte integrante dell'esperienza è la consegna del manufatto e l'incontro consapevole con la realtà alla quale si sta facendo dono del proprio impegno e del proprio tempo.

### Non lasciare nessuno indietro

La metafora è immediata e palese. E funziona. Nella natura si possono mettere in scena situazioni reali nelle quali il gruppo fa la differenza. Qui la parte sportiva e ludica è importante, ma tutto è pensato per stimolare nei partecipanti una risposta solidale e partecipata, orientata ad uno scopo: salvare tutti, raggiungere l'obiettivo senza lasciare nessuno indietro. Si va dal classico orienteering - nelle varie versioni in bici, kayak, quod, con attività di caccia al tesoro - alle attività più o meno impegnative di Survival - nelle quali ci si mette alla prova con la sopravvivenza nella natura, imparando ad accendere un fuoco, a costruire un riparo, ma anche svolgendo insieme attività come il tiro con l'arco - fino all'originale Rescue. Quest'ultimo format esclusivo mette in scena una simulazione di soccorso. Innanzitutto si apprendono pratiche base utili al salvataggio, poi si viene proiettati in uno scenario, ad esempio



una macchina incidentata dentro a un fosso con all'interno un manichino o una persona reale che simula il ferito. L'obiettivo è, naturalmente, mettere in salvo il malcapitato, ma anche recuperare una cassa di materiali dispersi poco distanti, sempre in posizione molto scomoda e non raggiungibile. I partecipanti si dividono in squadre di lavoro, utilizzando le competenze acquisite e procedendo al recupero. Queste attività permettono di raggiungere diversi target formativi: leadership, time keeping, problem solving, team working e communication skill.

Mettersi alla prova nella natura e lavorare insieme per raggiungere un obiettivo favorisce e rafforza il team working e la conoscenza reciproca

