SALESEDGE / PRODUTTIVITÀ

IL SISTEMA 3-1

Il metodo di produttività costruito sulla giornata lavorativa italiana

SalesEdge

Edizione rivista / 14 ottobre 2026

Licenza individuale. Vietata la redistribuzione. Esempi e obiettivi non garantiscono risultati.

IL PROBLEMA CHE NESSUNO NOMINA

La produttività è nata in contesti anglosassoni. I libri vengono da San Francisco, da Londra, da New York. Le metodologie presuppongono un certo tipo di giornata: riunioni brevi, email come canale principale, confini netti tra lavoro e pausa.

In Italia funziona diversamente. La pausa pranzo è un rito collettivo, non una variabile. WhatsApp è un canale di lavoro a tutti gli effetti. L'open space è pensato per la socialità, non per la concentrazione. Le riunioni si convocano per rispetto gerarchico più che per necessità operativa.

Nessuno di questi elementi è sbagliato in assoluto. Sono semplicemente reali. E qualsiasi sistema di produttività che li ignori è destinato a fallire entro due settimane.

Il Sistema 3-1 è stato costruito su questa realtà, non contro di essa.

LA STRUTTURA: TRE BLOCCHI PIÙ UNO

La giornata lavorativa tipo in Italia dura circa nove ore: dalle 8:30 alle 17:30, con una pausa pranzo di un'ora intorno alle 13. Questa struttura non è un ostacolo — è l'impalcatura su cui costruire il sistema.

Il Sistema 3-1 divide la giornata in quattro parti fisse:

Blocco A — Mattina profonda (8:30 – 10:00) 90 minuti di lavoro profondo. Prima di aprire email, WhatsApp o qualsiasi messaggio. È il momento in cui il cervello è fresco e le interferenze sono ancora basse. Va dedicato all'output più importante della giornata: scrivere, progettare, analizzare, costruire.

Blocco B — Mattina operativa (10:15 – 11:45) Secondo blocco da 90 minuti. Meno puro del primo, ma ancora protetto. Qui va il secondo lavoro profondo della giornata, oppure le riunioni che richiedono presenza mentale alta. Tra il Blocco A e il Blocco B ci sono 15 minuti di buffer — per rispondere a un messaggio urgente, bere un caffè, staccare la testa.

Pausa pranzo (13:00 – 14:00) Non è opzionale, non è un lusso, non è tempo da ottimizzare. È una risorsa cognitiva. Mangiare in fretta davanti allo schermo non recupera energia: la consuma. La pausa pranzo usata bene — anche solo per uscire dall'edificio 20 minuti — resetta il cervello per il pomeriggio.

Blocco C — Pomeriggio profondo (14:30 – 16:00) Terzo blocco da 90 minuti. Il cervello nel primo pomeriggio è meno vivace, ma è comunque in grado di lavoro profondo se la pausa è stata usata bene. Questo blocco ospita il terzo lavoro importante della giornata.

Blocco G — Gestione (16:00 – 17:00) 60 minuti dedicati interamente alla gestione: email, WhatsApp, follow-up, riunioni brevi di allineamento, pianificazione del giorno successivo. È il momento in cui si risponde, si coordina, si amministra. Non prima.