



“Colloqui in giardino – Südtirol0 – Gartengespräche” 2022 TALENTO 4.0

## TALK DI LEONARDO ALMONTI

### Scoprire i propri talenti in un mondo che cambia

Leonardo Almonti&Raffaele Virgadola

*“Quello che un uomo può essere, deve esserlo”* – così Maslow nel 1954 identificava scoprire i propri talenti come un dovere: per sé stessi e per gli altri; e sebbene da bambini possa sembrare qualcosa di estremamente naturale e scontato, crescendo la capacità di riconoscere i propri talenti ed attuarli nel quotidiano va via via offuscandosi, fino al punto che, nel mondo degli adulti, il talento è associato fin troppo spesso al concetto di lavoro.

A tal proposito mi piace citare Antoine De Saint-Exupéry, ne “il Piccolo Principe”, in questo passaggio:

I grandi non capiscono mai niente da soli e i bambini si stancano a spiegargli tutto ogni volta. [...] Quando ne incontravo uno – di grandi - che mi sembrava di mente aperta, tentavo l'esperimento del mio disegno numero uno, che ho sempre conservato. Cercavo di capire così se era veramente una persona comprensiva. Ma, chiunque fosse, uomo o donna, mi rispondeva: «È un cappello». E allora non parlavo di boa, di foreste primitive, di stelle. Mi abbassavo al suo livello. Gli parlavo di bridge, di golf, di politica, di cravatte. E lui era tutto soddisfatto di avere incontrato un uomo tanto sensibile.

Oltre che al mondo del lavoro, si deve riconoscere che la parola talento è associata anche al mondo creativo dell'arte e della musica, oltre che a quello competitivo dello sport. In sostanza, “un talento” è quella persona che raggiunge performance straordinarie, o dimostra un potenziale immenso. In alternativa, “il talento” è esso stesso il potenziale o quella performance straordinaria. C'è chi il talento lo associa all'intelligenza generale o al quoziente intellettivo, c'è chi lo associa alla capacità di apprendere in maniera molto veloce. Si parla inoltre di talento, nel giusto contesto: *“ognuno è un genio, ma se si giudica un pesce dalla sua capacità di arrampicarsi sugli alberi, lui passerà l'intera vita a credersi stupido”* (Erroneamente affibbiata ad Albert Einstein).

Per la verità, il taglio che mi piacerebbe dare alla conversazione di oggi sul talento è alternativo rispetto a quelli sopracitati. Mi piacerebbe parlare di talento nei termini della *“ricerca di quelle azioni che ci rendono felici perché hanno significato, ci riescono bene e ci competono”*. Ed in particolare, come individuare i propri talenti?

Il percorso per scoprire e coltivare i propri talenti è probabilmente un percorso che dura tutta la vita. La conversazione che abbiamo qui oggi è solo il primo piccolo passo di un

possibile viaggio più grande che potrete intraprendere. Ma come evidenziavo prima, individuare i propri talenti è importante per noi, non solo perché ci aiuta a capire cosa ci riesce meglio, ma anche capire cosa ci rende felici.

Se prendiamo ad esempio le riflessioni di Goldstein, l'autorealizzazione (self-actualization) è il fine ultimo di qualsiasi organismo, un "obiettivo innato" che spinge tutti gli organismi viventi. Negli uomini, si riferisce al desiderio e la propensione di un individuo a realizzarsi nelle sue potenzialità. In un certo senso, la scoperta e la coltivazione dei propri talenti. Ma così come ne parla la psicologia positiva moderna, parlavano di questo il concetto anche gli antichi greci, secondo i quali la felicità era indissolubilmente legata all'individuazione del proprio demone o talento: *Eudaimonia*, ovvero trovare il proprio demone. I greci utilizzavano questa parola per identificare uno stato di felicità, soddisfazione e benessere che non cerchiamo esternamente, ma dentro noi stessi.

Anche per Maslow, altro importante autore della psicologia positiva moderna, l'auto-realizzazione è un tema particolarmente rilevante. Infatti l'autore, famoso per aver ideato la cosiddetta "piramide dei bisogni" poneva in cima a questa piramide il bisogno di autorealizzazione, ovvero la tendenza, il desiderio, il bisogno di una persona di realizzarsi in ciò che è potenzialmente.

Ma quindi, come possiamo noi auto-realizzarci e trovare il nostro demone? Scoprire il nostro potenziale? Diventare quello che saremo o che dovremmo essere? Secondo Maslow, gli esseri umani hanno dei bisogni primari – fondamentalmente legati alla sopravvivenza – che se soddisfatti "sbloccano" i bisogni superiori. Se siamo al caldo, al sicuro, a pancia piena, abbiamo acqua e siamo riposati, allora possiamo pensare al bisogno di relazioni umane, essere amati, i cosiddetti bisogni psicologici. Se anche quelli sono soddisfatti, allora possiamo pensare ai bisogni legati alla stima ed il prestigio sociale. Infine, si parla di auto-realizzazione, quando tutti questi bisogni sono soddisfatti e finalmente possiamo prenderci cura del raggiungimento del nostro potenziale, specialmente creativo. Ecco, questo è un primo passo per scoprire i propri talenti. È molto difficile darsi il tempo, lo spazio mentale per scoprirli, se prima non soddisfiamo i più basilari bisogni.

Quando parliamo di talenti, solitamente ripensiamo alla nostra giovinezza. Questo perché i bambini sani hanno i propri bisogni interamente curati dai loro genitori e possono così liberamente dedicarsi all'auto-realizzazione.

Non sempre però, quando i tuoi bisogni non sono soddisfatti, è impossibile trovare il proprio talento o felicità. Infatti, la ricercatrice giapponese Mieko Kamiya, studiando i malati di Lebbra isolati, scoprì che – differentemente da quanto si pensasse – parte di loro erano ancora in grado di dare senso alla propria vita ed essere felice, Kamiya parla di Ikigai.

Ikigai deriva da due parole giapponesi: "Ikiru", vivere e "Gai", valore. Una parola che è equiparabile quindi a "Ciò che rende la vita degna di essere vissuta". Daichi Kobayashi compara l'Ikigai all'auto-realizzazione.

È quindi evidente che per il raggiungimento della propria auto-realizzazione e per la scoperta dei propri talenti vi è un'interazione imprescindibile tra ambiente e volontà. C'è bisogno di volersi auto-realizzare, ma c'è anche bisogno di avere il giusto ambiente che favorisca questa crescita.

In sede di questa giornata, mi piacerebbe, che ognuno di voi facesse una riflessione sul proprio Ikigai, o sul proprio livello di auto-realizzazione così come viene concettualizzato per la cultura giapponese. Nel foglio che avete ricevuto, trovate l'adattamento dell'Ikigai-8, un questionario per misurare il proprio Ikigai.

## ESERCIZIO 1 - QUESTIONARIO

Ecco, ora che avete completato il questionario, non ha importanza quanti punti avete totalizzato, quanto piuttosto la riflessione che queste domande hanno scatenato in voi e come risuonano nel raggiungimento della vostra auto-realizzazione.

Come avrete avuto modo di notare, per la cultura giapponese, il senso di realizzazione dipende da 3 elementi fondamentali: emozioni positive ed ottimistiche verso la propria vita e il proprio futuro, nonché la realizzazione di essere importanti/rilevanti per qualcuno.

Una cosa però va specificata, ed è un qualcosa che anche la psicologia umanistica, nella sua teoria dell'auto-realizzazione sottolinea. Nonostante in molti parlano di sé-ideale, questo non è un percorso verso la "perfezione", ma è esattamente l'opposto: è un percorso verso il raggiungimento dell'imperfezione delle proprie potenzialità intrinseche, cui dobbiamo approcciarvi in modo interamente soggettivo. Scopriremo i nostri talenti, *"quelle azioni che ci rendono felici perché hanno significato, ci riescono bene e ci competono"*.

Per scoprire cose nuove di sé, spesso e volentieri è necessario uscire dalla propria zona di comfort. Questo perché ogni cambiamento richiede un passo al di fuori. Se tornate sul foglio dove avete compilato il questionario, troverete un cerchio che rappresenta la vostra zona di comfort, quella zona in cui siete competenti e vi sentite a vostro agio, una zona dove già conoscete tutto e c'è poco spazio per crescere. Per scoprire nuove cose, di voi stessi e sui vostri talenti, alle volte è necessario superare la barriera di resistenza ed uscire dalla propria zona di comfort. In questa zona è normale provare sentimenti come la paura, lo sconforto, un certo fastidio, ma anche sentimenti positivi come l'eccitamento ed entusiasmo. Vi chiedo di appuntare sul grafico, un punto per dove vi sentite quando siete in casa vostra, un punto dove vi sentite quando siete a lavoro o, se siete studenti, in università, un punto quando vi siete innamorati ed avete chiesto a lui o lei di uscire. Ed infine, vi chiedo di fare una riflessione su qual è stata l'ultima volta che vi siete stupiti, scoprendo un talento di voi che non conoscevate, come vi sentivate in quel momento?

## ESERCIZIO 2 – ZONA DI COMFORT

Avrete notato che, con molta probabilità in quest'ultimo caso eravate molto fuori la vostra zona di Comfort. Ecco, questa zona è la cosiddetta zona dell'apprendimento.

Infine, prima di lasciarvi, vorrei chiedervi un ultimo sforzo creativo. Oggi abbiamo riflettuto sulla nostra auto-realizzazione, imparato come avvicinarsi al proprio potenziale, curando i

nostri bisogni di base e a volte anche uscendo dalla propria zona di comfort. L'ultima cosa che vi chiedo è di provare a riflettere su quelli che sono già i vostri talenti, che forse conoscete o forse ancora non vi è chiaro.

Se girate il foglio sul quale avete lavorato avete spazio bianco – e colori – per poter disegnare.

Vi chiedo di disegnare l'attività o le attività che per voi rispondono a queste domande:

- Cosa ti piace fare senza che gli altri te lo debbano chiedere?
- Da quale attività le persone ti devono trascinare via a forza per farti smettere?

Buona scoperta dei vostri talenti!

**ESERCIZIO 3 - DISEGNO**