

## Vision Pro n. 18/2018

# Come creare una mentalità vincente per far fronte ai cambiamenti legati alla professione del consulente del lavoro

di Silvia Cusmai - consulente del lavoro e *business coach*

*Che cosa motiva le persone? Che cosa le spinge a fare una cosa piuttosto che un'altra? È davvero il denaro la leva più importante? Si può dare a qualcuno motivazione o, come dicono alcuni, è pura utopia? A questa e ad altre domande cercheremo di dare risposta analizzando le leve che si possono impiegare affinché le prime persone a superare certe convinzioni limitanti siano per primi i titolari degli studi professionali. Tutto dipende da come si interpreta il cambiamento legato al mondo della consulenza del lavoro, riuscire ad avere un atteggiamento mentale vincente significa riprogrammare le abitudini quando non sono più funzionali all'obiettivo che si vuole raggiungere.*

Sin da bambina sono stata attratta dal funzionamento della mente. Se riusciamo a comandare la mente e non ci facciamo comandare da lei, possiamo ottenere tutto ciò che desideriamo.

Creare una mentalità vincente significa allenare la mente ad adottare pensieri che inducano a comportarci in modo da raggiungere il risultato desiderato.

Una persona è vincente grazie alla sua mentalità di successo, che la porta a superare gli ostacoli e a condizionare positivamente il suo comportamento.

Nulla è più potente di una mentalità vincente, la mente è in grado di costruire e aiutarci a raggiungere qualsiasi realtà. Ovviamente, questo vale anche nell'ambito professionale.

## La mentalità del professionista a supporto del cambiamento

Oggi, con la digitalizzazione e la commodizzazione noi professionisti siamo a un bivio importante, o decidiamo di adattarci al cambiamento oppure, se saremo fortunati, riusciremo al più a vendere "il pacchetto clienti".

Cosa fa la differenza oggi tra il professionista 4.0 e il vecchio studio con ancora tantissima carta stampata?

Prima di tutto è la mentalità di un professionista che fa la differenza. Per essere vincente la mente deve essere aperta e disponibile al cambiamento, ciò vuol dire che i pregiudizi sono il nostro primo nemico perché ci inducono a vivere secondo atteggiamenti mentali dettati dall'abitudine.

Un esempio diffuso di mentalità vecchia all'interno degli studi è rappresentato dal ridotto utilizzo dei *social network*. All'inizio, si guardavano con diffidenza, e ancora oggi i *social network* suscitano l'interesse di una platea di professionisti non molto vasta. Non siamo ancora al 50% degli utilizzatori professionisti, ma nel corso dei prossimi anni presidiarli diventerà una priorità per molti.

Il problema non è solo la difficoltà a cambiare ma anche la velocità del cambiamento. Chi si adatta con troppa lentezza è destinato a non rimanere sul mercato. Alcuni professionisti non vogliono nemmeno mettersi in discussione e quando non ne potranno più fare a meno sarà con ogni probabilità troppo tardi.

La mentalità è ciò che abbiamo assorbito passivamente dai modelli di pensiero da genitori, famiglia, conoscenti, ambienti e situazioni che abbiamo vissuto. Mentalità significa l'insieme delle reazioni abituali, caratteristiche di un individuo o di una collettività di fronte ai problemi della vita e dei rapporti con gli uomini.

Quello che può cambiare è innanzitutto il nostro modo di interpretare gli eventi. È importante fare uno sforzo coraggioso e liberarci da tutti gli schemi che abbiamo reso il nostro modo di pensare senza più essere collegati con la nostra vera natura.

Cerchiamo di capire come sia possibile ritrovare noi stessi liberandoci dai modelli che ci hanno condizionato sino a oggi.

### Superare le convinzioni limitanti

Cosa si intende per convinzioni limitanti?

Le convinzioni limitanti possono essere definite come quell'insieme di pensieri e di idee che sono radicati dentro di noi, che influenzano le nostre azioni e che, di conseguenza, determinano i nostri risultati.

L'esperienza è il fondamento delle convinzioni, perché è attraverso questa che noi sviluppiamo la visione di noi stessi e degli altri. Creiamo occasioni per vivere nuove esperienze, per conoscere nuove realtà, nuove persone. Più usciamo dall'ambiente e dagli schemi limitanti che ci hanno condizionato, più accumuliamo conoscenze e - di conseguenza - nuove convinzioni. Possiamo ad esempio farci condurre dalla curiosità e leggere libri, frequentare corsi di formazione legati alla crescita personale.

Vi è mai capitato di rinunciare a un obiettivo importante solo perché credevate di non riuscire a realizzarlo?

Le credenze sono il filtro attraverso il quale interpretiamo noi stessi e il mondo che ci circonda. Sono le mappe che ci guidano e che influenzano il nostro modo di essere e di agire.

“La mappa non è il territorio” è la frase che sintetizza, meglio di ogni altra, la programmazione neuro linguistica. Secondo questa tecnica di comunicazione, ognuno di noi ha una propria percezione del mondo, cioè una rappresentazione interiore della realtà, che deriva dalle proprie esperienze, pensieri e propensioni. Modificando la propria visione del mondo, la persona può potenziare le proprie percezioni, migliorare le proprie azioni e le proprie prestazioni. Si tratta di una visione del mondo che possiamo decidere di utilizzare a nostro vantaggio, per rendere più serena la nostra esistenza.

Le mappe sono, quindi, il frutto delle nostre esperienze, dell'ambiente in cui siamo nati e cresciuti finora. Di fronte ai problemi che si verificano ogni giorno è necessario un atteggiamento mentale positivo, le persone che lavorano con noi hanno bisogno di essere guidate da persone felici e positive.

Le persone di successo amano condurre i propri collaboratori, proporre spunti di miglioramento e non si demotivano quando qualcosa non va nel modo giusto, hanno sempre un "piano B".

Allenare la mente a essere creativa e positiva è un lavoro, tanto quanto andare in palestra per allenare i nostri muscoli. Si possono seguire alcune istruzioni basilari per poter iniziare questo allenamento.

Ipotizziamo, ad esempio, che un professionista pensi di non essere all'altezza di gestire una controversia di lavoro. Come inciderà questa credenza sui suoi risultati? Probabilmente non proverà nemmeno a impegnarsi di più perché convinto che tanto... fallirà nel suo intento.

Le nostre credenze sono una nostra scelta. In altre parole, ciò che siamo è quello che scegliamo di essere.

Abbiamo il potere di cambiare la nostra realtà se solo impariamo a focalizzarci sulle credenze che ci potenziano, piuttosto che su quelle che ci limitano. Lavorare sulle proprie convinzioni è un processo che richiede impegno e costanza.

Si possono seguire alcune tecniche basilari per poter iniziare questo allenamento.

1. Definire in modo chiaro quali sono le priorità e comportarsi di conseguenza: riflettiamo su come trascorriamo le nostre ore, eliminiamo ciò che non è produttivo, dedichiamo consapevolmente il nostro tempo alle attività che ci sono di maggior beneficio e osserviamo come migliora la nostra vita.
2. Selezionare le persone di cui ci circondiamo. Dopo aver riconosciuto l'importanza di investire il nostro tempo in attività produttive (ovvero attività che ci danno un rendimento positivo), la seconda miglior strategia per sviluppare un'attitudine al successo è selezionare le persone di cui ci circondiamo.

Il noto formatore americano Jim Rohn disse che siamo la media delle 5 persone con cui trascorriamo la maggior parte del nostro tempo.

Quali sono le persone di cui vi circondate? Le avete scelte voi o le frequentate solo perché le avete attorno? Stare in loro compagnia vi rende una persona migliore? Vi supportano e vi permettono di dare il meglio di voi o tendono a sminuirvi, lasciandovi demotivati e senza energie?

3. Se desiderate essere felici, frequentate persone felici. Se volete un fisico in forma, frequentate chi è già in forma. Se volete diventare un professionista 4.0, frequentate chi lo è già.

Investite il vostro tempo con chi ha già ottenuto il risultato che anche voi desiderate ottenere.

Scegliete consapevolmente le persone di cui vi volete circondare, assicurandovi che vi stimolino a diventare la miglior versione di voi, che celebrino i vostri successi e vi aiutino a rialzarti nei momenti difficili.

Il vostro compito è esprimere ogni giorno tutto il talento, non quello di trattenervi per evitare di infastidire chi avete attorno.

4. Porsi obiettivi ambiziosi.

Utilizzate il tempo che avete a disposizione e attivate le persone che vi possono essere d'aiuto per raggiungere un obiettivo importante per te.

Per sviluppare una mentalità di successo e prendere il controllo della vostra vita, è fondamentale porvi obiettivi che vi portino a essere una persona migliore, che vi diano energia e vi ispirino ad agire, che vi facciano sviluppare nuove competenze e migliorare costantemente la vostra posizione e il contributo che potete portare al mondo.

### **Eliminare le abitudini cattive e coltivare quelle buone sul lavoro**

Possiamo cambiare le nostre abitudini se sappiamo come funzionano. Per gli scienziati, le abitudini si formano perché abbiamo bisogno di cercare dei modi per risparmiare energia.

Noi scegliamo se un'abitudine debba diventare un comportamento, quindi qualsiasi abitudine è una nostra scelta. Tutta la nostra vita è un sistema di abitudini pratiche.

Le abitudini permettono alla nostra mente di ridurre gli sforzi, l'abitudine è un istinto vantaggioso perché un cervello efficiente richiede meno spazio e se la testa è più piccola, il parto è più agevole e il tasso di mortalità fra neonati diminuisce.

Un cervello efficiente permette di smettere di pensare costantemente a comportamenti elementari come camminare e cosa mangiare per poter dedicare le nostre energie a inventare grandi cose.

La notizia che mi ha colpita maggiormente è che il cervello non sa distinguere tra abitudini buone o cattive.

Siamo noi a dover indirizzare la nostra mente verso le buone abitudini, evitando che sia la nostra mente a decidere per noi come sia meglio vivere.

Parliamo delle buone abitudini da coltivare. Se avete deciso di mettervi in discussione e siete aperti al cambiamento, una prima abitudine che reputo essere la base per costruire una mentalità vincente è quella legata alla cura della propria persona.

Iniziare a volersi bene è il primo vero passo che è importante fare per avere una buona energia, per poter migliorare la propria situazione professionale è necessario avere le energie e per farlo è importante iniziare a prendersi cura di noi stessi. Ognuno di noi sa riconoscere il modo migliore per farlo.

Alimentarsi in modo sano aiuta ad aumentare la nostra energia, la vita sedentaria al contrario ci costringe a non fare fluire l'energia nel modo giusto.

Tutti noi sappiamo che quanto appena scritto corrisponde alla realtà e allora perché non lo facciamo? Dai miei studi sull'utilizzo del cervello, ho compreso che è solo una questione di programmazione, se noi siamo in grado di programmare la nostra mente allora sarà molto più facile combattere la pigrizia, dettata da un'abitudine comoda per la nostra mente.

### Suggerimenti per riprogrammare le abitudini

Agite ora, dovete capire che se la convinzione limitante era in grado di imbrigliarvi, una convinzione potenziante è in grado di liberare il vostro potere, quindi se avete scelto ad esempio di rimettervi in forma, iniziate e fate il primo passo, comprate solo cibi sani, fatevi consigliare da un esperto la migliore alimentazione, ricordate che i vostri pensieri sono alla base di qualunque azione.

Le convinzioni limitanti entrano nel pensiero a furia di ripetersi, quindi usate la stessa strategia per le convinzioni potenzianti, ripetete la vostra convinzione, così potenzierete le vostre credenze. Continuate a pensare come se foste già in forma, frequentate ambienti dove le persone sono già alleate con il proprio corpo.

Come avete potuto leggere, sostituire una convinzione non richiede azioni complicate. Tutto sta nella consapevolezza e nella capacità di manipolare la nostra mente, senza farci condizionare negativamente dal mondo che ci circonda, si tratta semplicemente di mettere in dubbio le vostre certezze.

Quando avete in mente una convinzione limitante, riflettete su di essa: quanto vi costa in termini economici, di energie e relazioni questa cattiva abitudine? Se pensiamo ancora al nostro esempio, la

mente farà di tutto per dissuadervi dal raggiungere l'obiettivo, vi dirà che oggi siete stanchi e domani sarà meglio e ogni giorno inventerà una scusa pur di non iniziare a praticare una nuova attività per migliorare la vostra forma fisica e di conseguenza la vostra energia.

Il mio consiglio è proprio quello di non ascoltare la vocina che ci vuole sedentari perché è appurato che la mente sia resistente al cambiamento e sarà la nostra peggiore consigliera, il trucco è proprio quello di compiere la nuova azione avendo cura di non ascoltarla, è una bella sfida se sappiamo prenderla come tale.

### **Il cambiamento è strettamente legato alla motivazione e alla passione per il nostro lavoro**

Nessun cambiamento, nessun grande obiettivo vi sarà permesso di raggiungere, se non avrete una squadra che vi segue.

Un professionista *leader* si evidenzia per la capacità di conquistare la fiducia totale dei suoi soci o collaboratori. Senza di quella è molto difficile che un *leader* venga accettato e riconosciuto. Soprattutto è molto difficile che venga seguito con rispetto e dedizione.

Ricordiamoci che lavoriamo per soddisfare molti bisogni diversi, non solo materiali, ma anche psicologici ed emotivi, e più esigenze riusciamo a soddisfare con il nostro lavoro, più siamo motivati a svolgerlo con impegno. La motivazione è strettamente legata alla passione. Abbiamo passione per le cose che piacciono. Le altre le facciamo per necessità, per dovere o per abitudine ma certamente in esse non riusciamo, con continuità, a esprimere il meglio di noi stessi.

Un passaggio importante per motivare le persone che lavorano con te e accompagnarle al cambiamento è quello di continuare ad amare il nostro lavoro.

Se svolgiamo un lavoro che non ci piace, probabilmente riusciremo a cavarcela ugualmente, riusciremo a portare a casa un compenso guadagnato con onestà ma difficilmente potremo soddisfare bisogni immateriali quali la sicurezza, l'appartenenza, l'autostima, l'autorealizzazione e, quindi, stare bene con noi stessi e stimolare gli altri a lavorare con energia. Ogni tipo di lavoro può essere il più bello o più brutto del mondo, dipende sempre da come ci poniamo e da che cosa ricerchiamo realisticamente in una professione. Il tempo che dedichiamo all'attività lavorativa rappresenta una parte troppo grande della nostra vita per poterci permettere il lusso di fare qualcosa che non ci piace, in attesa perenne delle vacanze, del fine settimana o della fine della giornata. Poiché ognuno di noi è motivato da fattori differenti, è importante non stancarsi mai di ricercare e di costruirsi l'attività lavorativa che nel

complesso risulti più stimolante e ci consenta di esprimere al meglio le proprie potenzialità e i propri talenti.

È importante chiedersi se abbiamo ancora l'energia e la voglia di metterci in discussione provando a cambiare mentalità e solo se saremo sinceri riusciremo a trovare o meno la motivazione al cambiamento.

### Vivere con entusiasmo

*"Un uomo ha entusiasmo per 30 minuti, un altro per 30 giorni, ma è quello che ce l'ha per 30 anni che fa della sua vita un successo"* Edward B. Butler.

Di solito qualcuno afferma che sia venuto prima l'uovo, così qualcun altro chiederà: e quale gallina lo ha fatto se è venuta dopo?

Allora potresti pensare che prima sia venuta la gallina. Ottimo, e da quale uovo è saltata fuori?

Di sicuro oggi potremo dire con certezza, che non lo sappiamo e non lo sa nessuno.

Sono partita dalla gallina e dall'uovo per un motivo semplice: fate le cose alla grande perché avete entusiasmo, o avete entusiasmo perché fate le cose alla grande?

Se pensiamo al bisogno finale che vogliamo realizzare anche ciò che non ci entusiasma è un passo per raggiungere il fine ultimo, sono certa che anche noi professionisti non proviamo entusiasmo per ogni attività che svolgiamo, il segreto forse è proprio quello di pensare alla propria missione quando si lavora e mettere energia positiva in ogni cosa che facciamo, anche l'attività di un consulente del lavoro può essere la più noiosa, ripetitiva o sempre vicina ai problemi delle persone, ma se ci focalizziamo sul fatto che il consulente sia colui che ha il preciso obiettivo di rendere sereni gli imprenditori e di gestire al meglio le persone che fanno parte della realtà aziendale, diventa tra i mestieri più utili nel mondo imprenditoriale. Importante è quindi dove mettete il *focus*.

### Il cambiamento e nuovi scenari per il consulente del lavoro

Il mondo delle professioni sta attraversando un profondo cambiamento. I professionisti si trovano sempre più a supportare le aziende integrando tra i propri servizi la consulenza su aspetti complessi legati alle relazioni lavorative.

È a causa della crisi che il professionista è chiamato a intervenire in situazioni delicate di cambiamento organizzativo che coinvolgono intere funzioni o specifiche mansioni, il suo ruolo diventa strategico nel porsi come consulente fidato per gestire i cambiamenti e portare maggior benessere negli studi.

Quali sono le nuove competenze richieste per poter affrontare questa trasformazione epocale nell'ambito delle professioni e diventare il consulente di fiducia del cliente?

La cura del rapporto con il cliente è uno degli *asset* fondamentali di qualsiasi *business*. Costruire un rapporto empatico, positivo e propositivo che dimostri al cliente che siamo risolutori di problemi e che ci prendiamo cura anche a livello emotivo delle sue ansie è la nuova strada da percorrere. Non dobbiamo sembrare degli psicologi come ogni tanto ci sembra, meglio sarebbe essere *coach*, ossia quella persona che aiuta il suo cliente a raggiungere un obiettivo o a risolvere un problema estrapolando da lui la strategia e chiedendo a lui come sia meglio farlo con le risorse che ha a disposizione in quel momento.