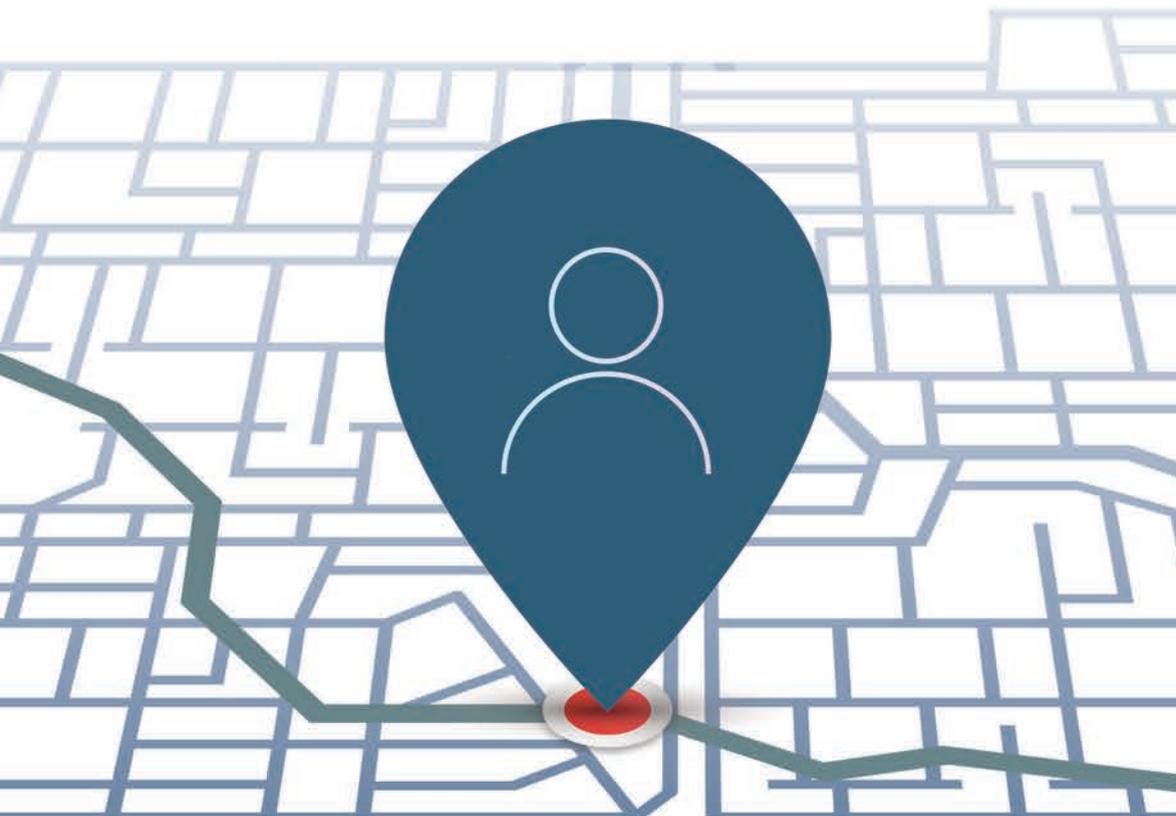


ANTONIO FAZZARI

IN VIAGGIO CON IL TUO TALENTO



**LA FORMULA PER LIBERARE
CIÒ CHE TI RENDE STRAORDINARIO**

FRANCOANGELI

Informazioni per il lettore

Questo file PDF è una versione gratuita di sole 20 pagine ed è leggibile con **Adobe Acrobat Reader**



La versione completa dell'e-book (a pagamento) è leggibile **con Adobe Digital Editions**.

Per tutte le informazioni sulle condizioni dei nostri e-book (con quali dispositivi leggerli e quali funzioni sono consentite) consulta [cliccando qui](#) le nostre F.A.Q.

Trend

Le guide in un mondo che cambia

In testi agili, di noti esperti, le conoscenze indispensabili nella società di domani.

I lettori che desiderano informarsi sui libri e le riviste da noi pubblicati possono consultare il nostro sito Internet: www.francoangeli.it e iscriversi nella home page al servizio “Informatemi” per ricevere via e.mail le segnalazioni delle novità o scrivere, inviando il loro indirizzo, a “FrancoAngeli, viale Monza 106, 20127 Milano”.

ANTONIO FAZZARI

IN VIAGGIO CON IL TUO TALENTO

**LA FORMULA PER LIBERARE
CIÒ CHE TI RENDE STRAORDINARIO**

FRANCOANGELI

Illustrazioni di Giulia Bertagnolio
Volume pubblicato con il contributo di “Case for change” Srls

Grafica della copertina: Elena Pellegrini

Copyright © 2021 by FrancoAngeli s.r.l., Milano, Italy.

L'opera, comprese tutte le sue parti, è tutelata dalla legge sul diritto d'autore. L'Utente nel momento in cui effettua il download dell'opera accetta tutte le condizioni della licenza d'uso dell'opera previste e comunicate sul sito www.francoangeli.it.

Al mio papà,
il mio primo gigante.

Indice

Introduzione	pag.	9
Bisogna crederci... ma con ironia	»	11
Lasciati ispirare da chi è migliore di te	»	12
Grazie, <i>di Riccardo Masetti</i>	»	12
Come lavoreremo	»	15
Il tuo viaggio riassunto in due pagine	»	16
1. T come Talento	»	19
La lezione del maestro Roberto	»	19
Conoscere te stesso	»	22
Partire dal tuo talento	»	22
I miei amici “giganti” Sami Kahale	»	31
Travel log book: la mia T, ciò che mi rende eccezionale	»	34
I miei amici “giganti” Riccardo Bellini	»	36
2. V come Visione	»	41
Invertire il paradigma	»	41
Creiamo la tua Life Map	»	46
Travel log book: la mia Life Map	»	49
Creiamo la tua Life Wheel	»	50
Travel log book: la mia Life Wheel	»	55
Dove: la tua visione	»	55

I miei amici “giganti” Jerome Garbi	»	59
Travel log book: la mia visione	»	61
I miei amici “giganti” Federica Pompei	»	65
Travel log book: il mio scopo	»	68
3. P come Perseveranza	»	69
La brutta notizia: cambiare è davvero difficile	»	69
Convinzioni limitanti	»	73
Travel log book: la convinzione limitante che voglio disinnescare	»	75
Il pilota automatico	»	77
Come si crea un’abitudine	»	78
Travel log book: l’abitudine depotenziante che voglio trasformare	»	83
Perseveranza = realizzare il cambiamento che hai disegnato	»	85
I miei amici “giganti” Emanuela Bovone	»	91
Travel log book: i miei goal a 3-6 mesi	»	95
I miei amici “giganti” Carlo Carollo	»	116
Travel log book: come riappropriarmi del mio tempo	»	118
Travel log book: il quadro d’insieme della mia trasformazione	»	119
4. Cuore = Emozione	»	123
Emozioni = informazioni	»	124
Emozione = ricordo	»	126
Le emozioni sono contagiose	»	152
I miei amici “giganti” Nicola Lopez	»	159
Pino	»	162
Travel log book: la mia empatia e leadership risonante	»	164
I miei amici “giganti” Francesco Tortora	»	168
Michel Brousset	»	171
Conclusioni	»	177

Introduzione

Ho iniziato a scrivere questo libro perché, dopo più di vent'anni di azienda e un'attività di coaching e mentorship sempre più intensa, volevo fissare su carta un modello di lavoro. Spero possa essere di ispirazione per chi, come te, vuole riprendere in mano la sua vita.

Ho finito di scrivere questo libro in uno dei momenti più straordinari e drammatici della nostra storia. Il mondo si è letteralmente fermato come non avevamo mai visto, sotto i colpi di un virus implacabile che ha causato centinaia di migliaia di vittime. E il mio Paese, l'Italia, è stato uno dei primi al mondo ad esserne colpito.

Come spesso avviene in questi momenti eccezionali, ci siamo sentiti tutti uguali. Indipendentemente dal livello culturale, dallo status economico, dalla nostra storia, tutti noi siamo stati privati di alcuni bisogni primari. Ci è stata improvvisamente negata la libertà di muoverci, quella che la mia generazione ha dato da sempre per scontato. Abbiamo dovuto rispettare un "lockdown" che ci imponeva di restare a casa. Una procedura normale in tempo di guerra, ma noi una guerra non l'avevamo mai vissuta. Anche nei rari momenti in cui ci veniva consentito di uscire per fare la spesa o andare in farmacia, non potevamo interagire con altre persone in modo naturale. Ancora oggi, oltre un anno dopo l'inizio della crisi, entriamo nei nostri uffici, nei negozi, nei luoghi chiusi con mascherine che ci coprono buona parte del viso. Niente strette di mano, vietati gli abbracci, nessun raggruppamento con più persone.

L'impatto di queste restrizioni sul nostro equilibrio è stato rilevante e nel libro ne approfondiremo i motivi biologici e psicologici. Come può reagire il nostro corpo quando è avvicinato da persone con il volto coperto, che non possiamo toccare perché potenzialmente portatori di un virus letale? Stimolazione di cortisolo, stress, ansia.

In effetti, tutti noi abbiamo provato paura e abbiamo sofferto. Anche coloro che si affannavano a raccontarci quale splendida occasione fosse stata il lockdown per stare in famiglia, e rilassarsi un po'. Sono stati gli stessi che, settimana dopo settimana, si sono aperti e ci hanno confessato quanto difficile fosse rimanere sereni e creare una nuova normalità.

A questo si sono aggiunti gli effetti della crisi. Ciascuno di noi ha almeno un amico o un parente che ha improvvisamente perso il lavoro o che ha dovuto trasformare la propria professione. E, purtroppo, la recessione che ci aspetta renderà questo bilancio ancora più pesante.

Con questo libro ti propongo un viaggio che può rappresentare una grande opportunità di cambiamento professionale e personale. Se lo interpreterai con convinzione, questo percorso potrà trasformare un momento di paura e confusione in un momento di reale trasformazione. Ti propongo di metterti in viaggio, ripartendo dal tuo talento, dai tuoi sogni, dalla tua tenacia e dalla tua passione. Ti propongo di ripartire da te.

Ci credo perché l'ho visto funzionare in tutti i casi in cui è stato applicato, tra cui me stesso. Per essere chiaro: al contrario di molti autori di testi di self improvement ben più autorevoli di me, non ti prometto che, al termine della lettura, raggiungerai tutti i tuoi sogni – sembra uno scherzo ma questo è quello che è scritto in moltissimi dei best seller nelle librerie –. In un contesto costellato da guru di professione, che passano di conferenza in conferenza e di libro in libro promettendo miracoli, questo testo mette su carta l'esperienza pratica che faccio ogni giorno in azienda e in università. Nasce dal tentativo di applicare al campo della crescita personale e del “life design” gli strumenti di comunicazione, pianificazione strategica e talent management che utilizzo tutti i giorni nel mio lavoro. Lungo il percorso, troverai anche un continuo rimando ai principali studi di neuroscienza e di psicologia comportamentale.

Per farlo, ho chiesto la collaborazione di una delle più brillanti giovani ricercatrici di neuroscienze in Italia e nel mondo, Martina Ardizzi¹ dell'Università degli Studi di Parma. Perché? Per evitare di ricorrere al concetto di “passaparola”, tanto in voga nel mondo del coaching, e condividere solo ricerche di verificato valore scientifico.

¹ Martina Ardizzi è ricercatrice presso il Dipartimento di Medicina e Chirurgia – Unità di Neuroscienze, dell'Università degli Studi di Parma dove insegna Psicologia generale e neuropsicologia. Da diversi anni coordina progetti di ricerca su scala nazionale e internazionale volti a esplorare le basi neurobiologiche dell'intersoggettività e della rappresentazione del corpo nello spazio. Martina vanta numerose pubblicazioni ed è riconosciuta a livello internazionale nel settore delle neuroscienze. È stata ricercatrice-ospite presso diverse università straniere, tra cui l'Assam University (India), l'University of Essex (Regno Unito) e la Berlin school of mind and brain (Germania).

Questo libro, dunque, non guarisce da malattie, non fa miracoli, ma sono convinto che possa innescare un cambiamento autentico nella tua vita e che possa ricordarti lungo il percorso di sorridere di te stesso e degli altri.

Bisogna crederci... ma con ironia

Nel corso della mia carriera nel mondo del marketing e delle vendite di una multinazionale, ho imparato che mantenere una distanza dal proprio successo, a qualsiasi livello, è essenziale. Questa distanza è codificata in una frase che mi fu rivolta, rimanendo, per me, un motto di vita.

Bisogna crederci, ma con ironia.

Questo mi disse, all'inizio della mia carriera, un'impiegata dell'ufficio Media prossima alla pensione.

Aveva notato la smodata motivazione da neoassunto che mi muoveva insieme alla voglia di mostrare al mondo quello che ero capace di fare. E lei, che di persone del genere nei suoi 40 anni di carriera ne aveva viste tantissime accavallarsi nel suo ufficio, mi diede un consiglio pieno di generosità e comprensione che è diventato il mio motto. Lo fece mentre armeggiava con la sua calcolatrice a nastro, uno strumento che ai miei occhi di neolaureato, cresciuto con le macro di Excel, sembrava un reperto storico. E che invece, nelle mani della signora Laner, si trasformava in un'implacabile sentenza. Mentre cercavo di stare dietro alle sue dita velocissime, mi guardò bonaria e mi disse: "Sa, caro Fazzari, le do un consiglio: bisogna crederci, ma con ironia!".

Oggi ne sono davvero convinto. "Bisogna crederci...". Perché senza essere convinti di se stessi, delle proprie scelte, delle persone che ci circondano, non potremmo tirare fuori il nostro meglio.

Il mio approccio al lavoro e alla vita è quello dell'"ottimista cronico" e quindi, in questi anni, ho imparato a tenermi alla larga dallo scetticismo improduttivo, dal sarcasmo spesso vigliacco di coloro che si chiamano fuori da un problema ma che, allo stesso tempo, si sentono autorizzati a sentenziare su tutto e tutti. È fondamentale condividere una missione, dei principi e credere che, nonostante tutte le avversità, tu e il gruppo di lavoro di cui fai parte possiate fare qualcosa di incredibile. In caso contrario, sarebbe più onesto salutare e prendere un'altra strada. In questo senso, sono davvero convinto

che questo metodo possa segnare una svolta nel tuo percorso alla ricerca della felicità.

Bisogna crederci... sì... ma con ironia! Alla convinzione e alla resilienza, va affiancata un'arma fondamentale che da sempre contraddistingue i grandi. La capacità di guardarsi allo specchio con un sorriso, non prendendosi troppo sul serio e, al contrario, accettando con divertimento le proprie piccole nevrosi e fissazioni.

Lasciati ispirare da chi è migliore di te

Quando ero ragazzo, una delle raccomandazioni dei miei genitori che mi irritavano maggiormente era quella di frequentare “brava gente”. Mi sembrava un pensiero piccolo, benpensante e anche un po’ classista. Solo oggi capisco che, dietro quell’indicazione generica, si nascondeva un consiglio fondamentale.

Per affrontare il tortuoso percorso che ti aspetta per raggiungere un cambiamento sostenibile non puoi essere da solo. Hai bisogno di una squadra che, come fanno i ciclisti, si alterni alla guida, ti dia coraggio e lanci lo sprint nei momenti decisivi. Quindi, assicurati il team migliore! Ricerca il talento, chi è migliore di te, metti da parte ogni possibile spirito competitivo e lasciati ispirare. Non si tratta di selezionare le persone per censo o classe sociale, ma di aprirsi al meglio dell’essere umano. È per questo motivo che nello scrivere questo libro non potevo certo ritenere sufficiente la mia prospettiva e ho quindi chiesto l’aiuto di alcuni “giganti” che hanno ispirato il mio percorso. Si tratta di persone che ho avuto la fortuna di incontrare nel lavoro e la bravura di tenermi accanto nella vita. Ognuno di loro ha raggiunto traguardi professionali e personali straordinari in Italia e in giro per il mondo. Saranno loro a ispirare il nostro viaggio con il loro esempio e la loro storia.

Grazie

di Riccardo Masetti, presidente di Susan G. Komen Italia

Il tuo primo passo è già stato un gesto di generosità. Acquistando questo libro hai dato, infatti, un piccolo ma significativo contributo per aiutare chi sta affrontando il viaggio più difficile: quello contro il tumore del seno. Il ricavato dei diritti d’autore verrà totalmente devoluto all’organizzazione Susan G. Komen Italia che ho il piacere di guidare dal lontano 2000.

In questi anni abbiamo onorato la fiducia che la casa madre americana ci aveva accordato, arrivando a organizzare la più grande manifestazione al

mondo nei tumori del seno (la Race for the Cure con oltre 80.000 iscritti a Roma nel 2019) e raccogliendo in 20 anni un volume di fondi tale da consentire l'avvio di quasi 1.000 nuovi progetti di diagnosi preventiva, ricerca, educazione e miglioramento delle cure su tutto il territorio nazionale. Oggi stiamo portando la prevenzione dove è più difficile farla arrivare, con la carovana della prevenzione che dal 2017 ha già offerto gratuitamente, con le sue 4 unità mobili, più di 33.000 prestazioni mediche ai territori e alle comunità più in difficoltà.

Ma c'è ancora tantissimo da fare per dare assistenza e conforto alle donne malate e per creare una cultura della prevenzione quanto mai decisiva per questa malattia (un tumore del seno diagnosticato tempestivamente è curabile nel 90% dei casi!).

Nella mia vita ho avuto la fortuna e il privilegio di condurre due gruppi virtuosi, uno nell'ambito della mia attività professionale con il gruppo clinico di Chirurgia Senologica del Policlinico Gemelli di Roma, e l'altro nell'ambito del mio impegno sociale con la Komen Italia.

L'inaspettato e graditissimo invito di Antonio ci ha dato una bella occasione per riflettere sul viaggio fatto finora ma, soprattutto, sulla strada che abbiamo davanti.

Buon viaggio a tutti.

Come lavoreremo

Ecco una prima indicazione sulla metodologia di lavoro che seguiremo. Durante il nostro percorso ti chiederò a più riprese di disconnetterti da tutto e scrivere. Per questo motivo, alla fine di ogni capitolo, troverai anche un compagno indispensabile per qualsiasi avventura: il tuo quaderno di viaggio o “travel log book”. È lì che potrai completare i tuoi esercizi, cristallizzare i tuoi pensieri e articolare i tuoi propositi.

Ti suggerisco di completare gli esercizi regalandoti un luogo e un momento per te stesso. Silenzia lo smartphone, niente social, niente telefonate. Solo tu, il tuo quaderno e ciò che hai raccolto da questa prima fase di esplorazione.

Quando approfondiremo la P di Perseveranza, parleremo dell'importanza di isolarsi per creare focus. Un'esperienza sempre più rara ma per questo tanto preziosa.

Perché tanta attenzione alla forma scritta? Perché attraverso la scrittura, le nostre riflessioni perdono la loro natura eterea per assumere una forma propria, fissata nella carta, “altra” da noi. Grazie a questa distanza, possiamo osservare i nostri pensieri da una nuova prospettiva, a volte sorprendendoci per la loro forza e originalità, altre volte richiamandoci a correzioni e ripensamenti.

Ti suggerisco di custodire il tuo quaderno di viaggio con grande cura e orgoglio. Al suo interno, troverai pagine autentiche di quello che sei e soprattutto progetti di enorme valore per quello che puoi diventare.

Il tuo viaggio riassunto in due pagine

Questo percorso ha l'obiettivo di aiutarti ad accendere ciò che ti rende eccezionale e creare un cambiamento sostenibile nella tua vita.

Dopo aver letto praticamente tutto quello che c'è da leggere sul tema, la mia conclusione è che ciò che manca nella letteratura sul tema "self improvement" è l'integrazione tra i diversi ingredienti della trasformazione personale. Ogni autore approfondisce un'area ma non ho trovato una guida sufficientemente completa che descriva l'intero percorso di cambiamento. Ecco perché ho creato questa semplice formula che sintetizza i quattro fattori chiave che, nella mia esperienza di manager e coach, determinano il vero cambiamento sostenibile:

$$\text{Cambiamento di successo} = (T + V + 2P)^{\heartsuit}$$

T = Talento: i.e. l'area di forza che ti rende straordinario. Questo libro non è fatto per chi vuole focalizzarsi nel migliorare ciò che non fa bene. Per far esplodere il tuo potenziale, devi identificare e far leva su quella qualità nella quale eccelli. Ti sorprenderai di quanto potenziale di crescita hai ancora e di quale incredibile energia avrai focalizzandoti su ciò che da sempre ti fa brillare.

V = Visione: i.e. la destinazione che vuoi raggiungere. Ti chiederò di viaggiare nel futuro per arrivare a immaginare uno scenario in cui esprimi il tuo essere eccezionale. Per farlo, partiremo da un'analisi di te stesso, dalla tua storia e dal tuo presente. Ti chiederò, attraverso la Life Map, di rileggere il tuo percorso e, mediante la Life Wheel, di riflettere sulle diverse parti della tua vita e su come integrarle al meglio. Saremo quindi pronti per definire delle ipotesi di destinazione, creando una o più immagini di te tra 5 anni. Sonderemo anche il tuo scopo, ovvero il *perché* che è dietro quella visione e che porterai nel cuore per tutto il tuo viaggio.

P = Perseveranza: i.e. la capacità di non mollare mai e continuare a perseguire gli obiettivi con determinazione superando gli ostacoli e l'inerzia. Come hai notato, questa qualità ha un'importanza doppia rispetto al talento e alla visione. Questo perché qualsiasi qualità ti abbia dato madre natura, qualsiasi splendido progetto hai per il tuo futuro, ciò che farà davvero la differenza sarà la tua "fame" per il miglioramento continuo, la tua disciplina nel creare abitudini di successo e la tua resilienza di fronte ai momenti di difficoltà.

♥ = **Emozione**: i.e. la tua attitudine ed energia positiva che si trasmette agli altri e che li coinvolge nel tuo viaggio. Un percorso di successo è possibile solo se riuscirai a rendere il tuo talento e la tua perseveranza risorse di energia e passione per chi ti sta attorno. Il mondo ha bisogno di ottimismo e carica positiva. E tu avrai bisogno di dare un senso “collettivo” al tuo successo, per renderlo un qualcosa che fa la differenza per le persone che ti circondano. Come vedi dalla formula, questa qualità può avere un effetto esponenziale nel tuo percorso perché innescherà un circolo virtuoso di energia per il quale la tua forza di spinta sarà moltiplicata da chi ti sta attorno.

T come Talento



La lezione del maestro Roberto

La mia carriera di tennista in erba fu interrotta a soli 12 anni da un infortunio alla spalla che mi portò anche a un'operazione chirurgica all'età di 16 anni. Dopo l'intervento, rimasi fermo circa 5 anni e, una volta tornato sui campi da tennis, mi resi conto di come, mentre avevo totalmente ripreso il mio dritto, il rovescio fosse il mio punto debole. Da quel momento in poi, investii molto tempo per ritrovare la fluidità nel movimento e la forza sulla palla. Vista la sostanziale debolezza del mio muscolo deltoide, pensai di iniziare a giocare il rovescio a due mani. Per molti anni, lavorai sulla mia tecnica e piano piano ritrovai un colpo che, per il mio livello amatoriale, mi sembrava piuttosto pericoloso. Grazie alla spinta della mano sinistra, avevo ritrovato potenza e stabilità e, alcune volte, riuscivo a esplodere un colpo quasi comparabile con il dritto, che rimaneva il mio pezzo forte. Ricordo ancora il livello di esaltazione che vivevo durante quei punti. Sentivo di aver raggiunto qualcosa di importante: trasformare una mia debolezza in un colpo impressionante. Ecco il mio grande errore.

A farmelo notare fu un maestro un po' attempato, Roberto, l'unico che aveva avuto la pazzia di accettare la mia proposta di fare lezioni alle 6.00 di mattina. Con lui, il palleggio andava sempre bene, mi esprimevo quasi alla pari e, ogni tanto, il mio rovescio era imprevedibile. Poi, dopo il palleggio, gli ultimi 20 minuti erano sempre destinati alla competizione: un tie-break. E lì, inesorabilmente, avevo la peggio. Nonostante vent'anni di meno, nonostante