

Il potenziale nascosto: il metodo per navigare l'incertezza giovanile - Libro: "Dai forma al tuo talento"

Fontana (per FrancoAngeli): strumenti concreti per affrontare ansia e costruire un futuro professionale e personale

Follow us on
 Google News

Il panorama attuale presenta sfide significative per le nuove generazioni, spesso alle prese con un profondo senso di smarrimento. Pressioni esterne, aspettative elevate, il confronto costante con gli altri e la scarsità di riferimenti solidi alimentano questo stato d'animo. Una ricerca recente, condotta su oltre **1.600** giovani tra i **18** e i **30** anni, conferma la diffusa presenza di ansia, paura del fallimento e incertezza riguardo al futuro. In questo contesto, l'esigenza di offrire strumenti efficaci e accessibili per affrontare tali difficoltà è diventata prioritaria.

"Le incertezze e le aspettative dei giovani non coincidono per tanti motivi, il libro porta a non considerare la realtà come qualcosa che ci accade, ma come un qualcosa che attivamente possiamo costruire. Ovviamente non siamo indistruttibili, ma possiamo allenare quello che siamo e, nei momenti di difficoltà, scoprire una forza che non pensavamo di avere",

afferma **Patrizia Fontana**, descrivendo l'essenza del suo lavoro. Il libro ***Dai forma al tuo talento*** nasce proprio dall'esperienza diretta di **Patrizia Fontana** come **head hunter**, **coach** e fondatrice del progetto **Talents in Motion**. Questo testo si propone come uno strumento attuale e valido per superare l'ansia generalizzata e l'incertezza che spesso accompagnano lo sviluppo personale e professionale dei giovani adulti nel loro percorso verso l'occupabilità, o **employability journey**.





In un mondo sempre più delineato dagli acronimi **VUCA** (Volatile, Incerto, Complesso, Ambiguo) e **BANI** (Fragile, Ansiogeno, Non lineare, Incomprensibile), i concetti tradizionali di carriera e autorealizzazione appaiono meno definiti. In questo clima, la paura di sbagliare o restare indietro può inibire il potenziale e soffocare la creatività. **Dai forma al tuo talento** propone un metodo per sviluppare una mentalità nuova e vincente, unendo principi di **neuroscienze**, **psicologia comportamentale** e **spiritualità laica**. L'obiettivo è guidare i lettori verso la realizzazione personale, aiutandoli a scoprire le proprie potenzialità e il percorso più adatto a loro.

Patrizia Fontana ha sviluppato un programma originale, di provata efficacia, che include strumenti pratici per allenare un **"cervello agile"**. Questa espressione indica la capacità della mente di adattarsi, apprendere rapidamente e gestire emozioni, ansie e paure. L'allenamento del **"cervello agile"** permette di superare gli ostacoli mentali e di agire nel presente, costruendo un futuro ricco di realizzazioni professionali e personali, facendo emergere il talento innato.



"Le aziende devono ripensare alla formazione, passando da una logica trasmissiva ad una trasformativa, nella quale relazione, intuizione, talento e attenzione all'unicità della persona sono centrali", ha evidenziato **Elena**

concentrazione sugli obiettivi;

- **Azione ripetuta:** mettere in pratica costantemente nuove abitudini e comportamenti.

Panzerà, Hrd Vp Emea-Ap Sas e presidente di **Aidp Lombardia**, durante la presentazione del volume. Il libro di **Fontana** si concentra sullo sviluppo di una mentalità vincente e sul superamento dei limiti, proponendo un percorso strutturato in quattro fasi interconnesse, che formano il **Metodo A.L.T.O.** (Attitudine, Limiti, Talento, Obiettivi):

- **Consapevolezza:** la fase iniziale che invita alla riflessione su di sé e all'attivazione del "cervello agile";
- **Definizione degli obiettivi:** stabilire traguardi chiari e raggiungibili;
- **Attenzione focalizzata:** mantenere la



La capacità della mente di adattarsi, la **neuroplasticità**, gioca un ruolo centrale nella trasformazione degli schemi di pensiero limitanti, spesso attivati da un **"pilota automatico"**. *"L'Università ha un ?dovere' di far sbocciare i talenti dei nostri studenti. Io sono orgoglioso di essere alla guida dell'università Bocconi che si è posta questo obiettivo, che è un tema che viene trattato molto bene nel libro 'Dai forma al tuo talento' di Patrizia Fontana", ha dichiarato Francesco Billari, rettore dell'università*

Bocconi.

Il libro è articolato in capitoli che guidano il lettore attraverso riflessioni e esercizi pratici. Il primo capitolo, **Preparati al viaggio**, introduce il concetto di **"cervello agile"** e la necessità di uscire dalla propria zona di comfort, dimostrando come sia possibile sviluppare un atteggiamento consapevole per affrontare le sfide della carriera. Viene anche esplorata l'importanza della **spiritualità laica** come strumento di crescita personale.

*"Credo che l'Italia non sia lungimirante e generosa con le sue ragazze e i suoi ragazzi. La riprova sono i quasi *100mila laureati che nel corso degli ultimi anni hanno scelto di andare all'estero per trovare migliori condizioni di vita e di lavoro. Occorre investire*

Fondazione Assolombarda.

Il secondo capitolo, **Gli strumenti per il tuo viaggio**, sottolinea come la mente sia il nostro migliore alleato se ben utilizzata e come la percezione influenzi la realtà. Attraverso un parallelismo con le scoperte della **meccanica**

su una formazione di qualità. Purtroppo destiniamo poco del **PIL** nell'istruzione. Le nostre ragazze e ragazzi meritano attenzione e rispetto, anche severità. Si tratta di essere ambiziosi e capaci e di costruire un futuro diverso da quello che abbiamo vissuto in passato", *ha commentato Antonio Calabrò*, Presidente di **Museimpresa** e della

quantistica, che evidenziano come l'osservatore possa influenzare la realtà, il testo descrive l'impatto dei pensieri e delle intenzioni sulle azioni. Questa sezione del libro si concentra sul potenziale creativo del lettore e sull'importanza di vivere nel presente, abbracciando l'incertezza come fonte di opportunità.

*"Con la nascita dell'Ufficio Studi LIUC pochi mesi fa, come primo tema abbiamo scelto quello relativo ai giovani, anche perché l'Ufficio Studi è composto da giovani ricercatori di economia e ingegneria. Abbiamo inventato l'indice **YES, Youth Enhancement Score**, che vuole essere un messaggio positivo in questo mondo molto complicato per i nostri ragazzi e in cui dobbiamo attrarre i giovani trattenendoli in Italia visto che ne abbiamo un gran bisogno", ha sottolineato **Anna Gervasoni, Rettrice dell'Università Liuc**.*

Il terzo capitolo introduce tecniche per sviluppare e mantenere una mentalità vincente,

c o m e l a **visualizzazione**, l a **manifestazione** e la **gratitudine**, elementi utili per allineare mente e corpo verso gli obiettivi. L'autrice guida il lettore nella scoperta del proprio potenziale creativo, evidenziando l'importanza di pazienza e perseveranza. Infine, il quarto capitolo approfondisce la pratica del **Metodo A.L.T.O.**. Ogni fase si basa sulla precedente, creando un percorso organico di crescita personale che permette l'integrazione di nuove abitudini nella vita quotidiana. Con uno stile chiaro e diretto, **Dai forma al tuo talento** è un manuale dedicato ai giovani, ma utile anche a genitori, insegnanti, **coach, recruiter** e a tutti coloro che lavorano con le nuove generazioni.

Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.

Follow us on
Google News



next

003600

ARGOMENTI: marketing - retail - ecommerce - intelligenza artificiale - AI - IA - digital transformation - pmi - high yield - bitcoin - bond - startup - pagamenti - formazione - internazionalizzazione - hr - m&a