

HR/organizzazione

Tuffarsi nel mondo del lavoro imparando a gestire se stessi



Oltre alla competenza personale legata al modo con cui si controlla la propria personalità bisogna possedere una competenza sociale per interrelazionarsi con gli altri



di Rino Sardo

Si sa, il mondo del lavoro rappresenta un'arena nella quale ogni individuo porta se stesso con la propria personalità, esperienze di vita e conoscenze tecniche. Tutto questo si incontra e scontra con regole che, a seconda della realtà aziendale, sono più o meno vicine a noi, ai nostri valori morali e all'etica che abbiamo come riferimento. Minore è la distanza tra la cultura aziendale ed il nostro bagaglio personale e minore è lo sforzo di adattamento che ci viene richiesto, viceversa, maggiore è la distanza e maggiore è la capacità di adattamento che dovremo sviluppare.

L'adattamento è un'attività che consiste nella realizzazione di azioni, emozionali e pratiche, volte alla gestione o soluzione dei problemi. La nostra capacità di orientare tali azioni adattative all'ambiente circostante implica sia la possibilità di modificare l'ambiente in relazione alle nostre necessità, sia l'eventualità di agire su noi stessi per modificare alcuni tratti soggettivi. Così, ad esempio, per adattarsi al freddo si può decidere di cercare riparo in un ambiente riscaldato o, se impossibile, di effettuare movimenti che innalzino la temperatura corporea. Il maggiore o minore successo dei processi adattativi è dato dal bilancio tra le caratteristiche qualitative e quantitative degli eventi che li suscitano e le risorse personali del soggetto coinvolto. Così, un soggetto può essere capace di affron-



tare determinati eventi, ma non essere in grado di fronteggiare e gestire in modo adattativo con gli stessi esiti eventi differenti.

Tutto ciò, porta alla considerazione che, per avere successo nella vita in generale e nell'ambito lavorativo in particolare - dice Moreno Prosperi consulente di strategie e direzione aziendale - non è sufficiente avere un'intelligenza vivace, una carriera scolastica brillante, precise competenze professionali e, probabilmente, alcuni fattori legati alla sorte, come ad esempio il far parte di una

classe sociale abbiente, l'aver un aspetto fisico avvenente e l'essersi imbattuto in circostanze fortunate del tutto favorevoli. Pensiamo ad esempio ad una persona con una straordinaria intelligenza, brillante dal punto di vista accademico, competente sul piano lavorativo, ma arrogante, irascibile, incapace di trattare con le altre persone e di gestire le proprie emozioni. Nonostante le sue competenze professionali e la sua intelligenza, è assai improbabile che possa avere successo nella sua carriera professionale. Possiamo quindi sicuramente afferma-



Se pensiamo ad una persona intelligente e brillante ma incapace di trattare con le altre persone è assai improbabile che possa avere successo nella sua carriera professionale

re che, se per accedere ad una determinata professione appaiono prerequisiti importanti l'essere qualificati come persone intelligenti, avere un titolo di studio conseguito a pieni voti, mettere in campo una competenza professionale di prim'ordine, per facilitare una brillante carriera lavorativa sono necessarie anche altre caratteristiche raggruppate sotto il termine di "intelligenza emotiva" e qualificate come un modo particolarmente efficace di trattare se stessi e gli altri.

Tra queste caratteristiche rientrano ad esempio le capacità di:

- motivare se stessi e di continuare a perseguire un obiettivo nonostante le frustrazioni;
- controllare gli impulsi e rimandare la gratificazione;
- modulare i propri stati d'animo evitando che la sofferenza ci impedisca di pensare;
- essere empatici e saper sperare.

Più in generale, alla base dell'intelligenza emotiva ci sono due grosse competenze caratterizzate da abilità specifiche:

- una competenza personale, legata al modo in cui controlliamo noi stessi e alla cui base troviamo la consapevolezza, la padronanza di sé e la motivazione;
- una competenza sociale, legata al modo in cui gestiamo le relazioni con gli altri e alla cui base troviamo invece l'empatia e le abilità nelle relazioni interpersonali.

In conclusione, si può affermare - continua Prospero - che non esiste solo un'intelligenza di tipo cognitivo, ma ne esiste un'altra, di pari importanza, di tipo emotivo-relazionale, che ci consente



di capire meglio noi stessi e di interagire in modo più efficace con gli altri. In questo senso è pertanto facile comprendere come per avere successo nella vita in genere e nell'attività professionale in particolare, non sia sufficiente avere un elevato quoziente intellettivo o essere competenti da un punto di vista professionale, ma occorra soprattutto disporre anche di una intelligenza emotiva che ci consenta di es-

sere competenti anche da un punto di vista relazionale.

Finita l'esposizione teorica, che è stata incentrata sugli studi e le pubblicazioni di Daniel Goleman (psicologo cognitivista, professore di psicologia ad Harvard e scrittore), è necessario passare ad una sua implementazione pratica. Per farlo è indispensabile creare un modello che conduca ad una valutazione a 360° dell'individuo inserito nel contesto aziendale in cui opera e, quindi, oltre alle competenze personali e sociali bisogna inserire, nel modello, le conoscenze tecnico-specialistiche dell'individuo stesso.

Il modello deve necessariamente essere flessibile al fine di adattarsi alle diverse realtà aziendali; ovvero, deve essere in grado di recepire, elaborare e spiegare la diversa importanza che hanno, ad esempio, le competenze tecnico-specialistiche rispetto alle competenze sociali in relazione al contesto culturale e professionale e, anche, del ruolo ricoperto.

Nel prossimo numero approfondiremo i termini già trattati ed esporremo una applicazione pratica dei concetti esposti.



Moreno Prospero:
«Per avere successo non bastano intelligenza, competenze professionali e titoli di studio a pieni voti ma soprattutto l'«intelligenza emotiva»»



Moreno Prospero, consulente di strategie e direzione aziendale