

Talenti talentuosi anche nell'auto-sabotarsi: perché?



Ringrazio chi mi ha scritto in privato in relazione al mio scritto del 20 Giugno (<https://www.linkedin.com/feed/update/urn:li:linkedInArticle:6417105595744219136/>), in relazione alle difficoltà di Essere un talento, sollevando il tema dell'auto-sabotaggio col fine di raggiungere obiettivi sfidanti e poter quindi fare un salto verso nuovi successi.

Prendo spunto dal messaggio ricevuto per offrire il mio punto di vista sull'auto-sabotaggio dei talenti (e in generale).

Premessa doverosa: ognuno di noi ha i propri talenti. C'è chi è cosciente e li utilizza in maniera chirurgica e consapevole, c'è chi non si è mai posto la domanda, c'è chi assolutamente nega di essere talentuoso e c'è chi si offende se gli si dà feedback sulle proprie straordinarie capacità e tende a svalutarsi alimentando la scarsa autostima di sé.

Detto ciò vediamo in maniera semplice che cosa porta i talenti (o le persone in generale) ad auto-sabotarsi.

Per comprendere l'auto-sabotaggio è importante capire dei concetti semplici:

- a) la difficoltà della gestione del cambiamento
- b) la familiarità di una situazione che dà sicurezza

Perché in alcune situazioni ove pare vada tutto benissimo, "inaspettatamente" si compiono alcune azioni che, come il gioco dell'oca, ci portano al punto di partenza sabotando così il lavoro fatto e cancellando sforzi, tempo impiegato, energie profuse e il piano concreto verso i risultati?

Il cambiamento per molte persone può risultare difficoltoso e per altre addirittura impossibile. Occorre una precisa visione, determinazione, risorse interne da attivare, tenacia e la chiarezza di ciò che il cambiamento porterà di nuovo e diverso nella nostra vita e in che modo ci farà Essere. Coraggio e fiducia in sé stessi, sono leve necessarie per le azioni necessarie da intraprendere.

Quando e perché scatta l'auto-sabotaggio?

Solitamente scatta quando ci si appresta a raggiungere successi inaspettati, traguardi impensabili e situazioni in cui si potrebbe apparire autorevoli, abili e capaci. Diversi e altre persone.

Come mai accade questo?

Può accadere poiché rimanere "fermi" e quindi auto-sabotarsi, consente all'essere umano di restare in una situazione nota (diversa dalla zona di comfort!). Una situazione familiare sicura, conosciuta, che offre stabilità in contrasto con il nuovo che può destabilizzare.

Per fare un esempio concreto: se in un contesto familiare da bambini si è sempre stati visti come "calimero", oppure il linguaggio usuale era del tipo "non combinerai mai nulla nella vita", o ancora "sei una frana", "tuo fratello/sorella è più bravo di te", "sei il fanalino di coda", "hai fatto solo il tuo dovere", "potevi fare di più" e altre frasi svalutanti di questo genere, è molto probabile che i talenti tenderanno "totalmente al di fuori della consapevolezza" a comportarsi in modo tale da confermare ciò che veniva detto loro nell'infanzia. Come? Appunto auto-sabotandosi!

Il paradosso è che linguaggi dis-funzionali e violenti di questo tipo, hanno il vantaggio di generare "veri talenti" poiché si crea in loro il bisogno di alzare continuamente l'asticella per piacere e compiacere i genitori. Al contempo, in alcuni casi, se persistono comportamenti di auto-sabotaggio inconscio (la persona non se ne rende affatto conto se non gli viene mostrato da un

professionista abile, sensibile e professionale), si corre il rischio di autolimitare lo sviluppo della propria leadership e ostacolare l'espressione della propria unicità e straordinarietà per il sistema. Di solito chi limita e non esprime compiutamente sé stesso, vive insoddisfatto e frustrato.

Coraggio è tempo di prendere le redini in mano della propria vita!

Ringrazio chi mi ha offerto lo spunto per scrivere e condividere queste riflessioni. Questo scritto è per te.

Claudia Musicco

claudia@be-sogni.com

335 7574567