

# Mentalità di crescita

Il documento parla della differenza tra una **growth mindset** (mentalità della crescita) e una **fixed mindset** (mentalità fissa), concetti sviluppati dalla psicologa Carol Dweck di Stanford.

Chi ha una mentalità fissa crede che le proprie capacità siano innate e immutabili: sei bravo in qualcosa oppure non lo sei, punto. Di conseguenza, quando incontra una difficoltà tende a evitarla, perché fallire significherebbe confermare i propri limiti.

Chi invece ha una mentalità della crescita parte da un presupposto opposto: l'intelligenza e le abilità non sono un dato di fatto immobile, ma qualcosa che si può allenare e sviluppare nel tempo attraverso lo sforzo e la pratica. Per queste persone un ostacolo non è una minaccia alla propria identità, ma un'occasione per imparare qualcosa di nuovo.

Un concetto chiave che Dweck introduce è quello del "yet", cioè "ancora". Invece di dire "non sono bravo a fare questo", la proposta è di dire "non sono ancora bravo a fare questo". È una piccola modifica linguistica, ma cambia radicalmente la prospettiva: non stai descrivendo un limite permanente, stai semplicemente fotografando un punto del tuo percorso di apprendimento.

Il testo poi collega questa mentalità al mondo del lavoro: le organizzazioni che incoraggiano la crescita personale tendono ad avere dipendenti più soddisfatti e una cultura più innovativa, perché le persone sono disposte a rischiare e sperimentare senza la paura di essere giudicate. Si sottolinea anche la differenza tra obiettivi di performance, cioè dimostrare agli altri cosa sai già fare, e obiettivi di apprendimento, cioè sviluppare nuove competenze. I secondi, secondo Dweck e altri studiosi citati nel testo, sono molto più utili per la crescita reale sia individuale che collettiva.

---

## Jack Ma

Jack Ma è stato rifiutato da Harvard dieci volte e da trenta aziende diverse dopo l'università. Una mentalità statica lo avrebbe convinto che quei rifiuti fossero la

prova definitiva di non essere abbastanza bravo. Invece lui ha continuato a tentare, ha fondato Alibaba partendo praticamente da zero e oggi è uno degli uomini più ricchi al mondo. La mentalità di crescita gli ha permesso di leggere ogni fallimento non come una sentenza, ma come un'informazione utile su cosa migliorare.

---

### **J.K. Rowling**

Rowling ha scritto Harry Potter seduta in un bar con una figlia neonata, ed è stata rifiutata da dodici editori. Chi ha una mentalità statica a quel punto avrebbe smesso, convinto che se nessuno pubblica il tuo lavoro è perché non hai talento. Lei invece ha continuato a credere nel suo progetto, ha resistito ai rifiuti e alla fine ha trovato un editore disposto a darle una chance. Il fatto che oggi sia più ricca della regina d'Inghilterra racconta da solo quanto quella perseveranza sia stata determinante.

---

### **Katy Perry**

Il suo primo album gospel ha venduto appena 200 copie ed è stata scaricata da due case discografiche, una addirittura prima che finisse di registrare. Sono fallimenti che avrebbero potuto distruggerle la carriera sul nascere. La mentalità di crescita le ha permesso di non identificarsi con quei risultati, di continuare a lavorare sul suo stile e sulla sua identità artistica fino a diventare una delle cantanti più premiate al mondo.

---

### **Frida Kahlo**

Frida Kahlo ha affrontato ostacoli che vanno ben oltre il semplice fallimento professionale: la poliomielite a sei anni, un incidente devastante a diciotto che l'ha costretta ad abbandonare la medicina e a stare ferma quasi un anno. È stata proprio quella immobilità forzata a spingerla verso la pittura, grazie al cavalletto che la madre le costruì sul letto. In vita ottenne solo un successo modesto, eppure non smise mai di dipingere. La sua mentalità di crescita si vede nel fatto che ha trasformato il dolore fisico e le limitazioni in materiale creativo, diventando famosissima dopo la sua morte.

---

### **Rahul, il chitarrista fallito**

Rahul ha incontrato la chitarra una sola volta, per cinque minuti, e quella breve esperienza di difficoltà gli è bastata per convincersi che non facesse per lui. La mentalità statica lo ha portato a interpretare la fatica iniziale come una prova di incapacità innata, invece di riconoscerla come la normalissima fase di apprendimento che chiunque attraversa quando inizia qualcosa di nuovo. Il risultato è che ha rinunciato ancora prima di cominciare davvero, e quando l'opportunità di entrare in una band si è ripresentata, ha scacciato il pensiero in automatico. Il sogno è rimasto tale per anni non perché mancasse di talento, ma perché non si è mai dato la possibilità di scoprirllo.

---

### **Silvia, la linguista**

Silvia ha fatto grandi progressi all'inizio, quando tutto era nuovo e stimolante. Appena il miglioramento è diventato meno visibile, ha interpretato quella fase di plateau come un segnale di aver raggiunto il proprio limite. La mentalità statica le ha fatto credere che le sue capacità linguistiche fossero finite, invece di capire che i progressi avanzati richiedono semplicemente più tempo e sforzo diverso rispetto ai progressi iniziali. Si consola poi confrontandosi con chi non ha fatto nemmeno il suo percorso, abbassando involontariamente l'asticella invece di alzarla.

---

### **Laura, la neo-assunta**

Laura è bravissima nel suo ruolo attuale e questo è un merito reale. Il problema è che ha cominciato a vedere la facilità del lavoro come un traguardo da preservare invece che come un punto di partenza. Quando il suo supervisore le ha aperto la porta verso nuove responsabilità, lei ha risposto con paura mascherata da soddisfazione. La mentalità statica si vede esattamente lì: non vuole cambiare perché teme di non essere capace in un contesto nuovo, e preferisce restare dove si sente sicura piuttosto che rischiare di scoprire i propri limiti in un ruolo più sfidante.

---

### **Julio, la star del nuoto**

Julio è il caso forse più sottile. Lui vince, quindi dall'esterno sembra andare tutto bene. Ma la mentalità statica emerge nel rapporto con l'allenatore: invece di vedere i suggerimenti di Emanuel come opportunità per diventare ancora più forte, li interpreta come minacce alla sua identità di vincitore. Ha costruito la propria

autostima intorno ai risultati già ottenuti e qualsiasi invito a cambiare tecnica o abitudini lo percepisce come una critica. Il rischio è che rimanga fermo al livello attuale mentre altri intorno a lui continuano a crescere.