

Soft Skill - Lezione 2

Responsabilità Personale

La responsabilità personale è la consapevolezza che le nostre azioni, decisioni e atteggiamenti hanno conseguenze, e che siamo noi i principali responsabili dei risultati che otteniamo nella vita professionale e personale.

- **Mentalità da vittima-spettatore:** percepirsi come passivo, in balia degli eventi esterni, senza controllo sulla propria situazione
- **Mentalità da attore-creatore:** riconoscere il proprio potere di agire, fare scelte e influenzare gli esiti, assumendo un ruolo attivo

Storia 1: *Carlos ha inviato un curriculum per un lavoro di supporto tecnico presso un'azienda locale. Purtroppo, non l'hanno invitato a sostenere un colloquio. Carlos sa che ciò è dovuto al fatto che non ha la laurea. "Tanto non avevo nessuna chance: non assumerebbero mai una persona come me", pensa fra sé e sé.*

Storia 2: *Natasha ha appena iniziato il suo lavoro di cameriera. Ha appena ricevuto una valutazione negativa delle sue prestazioni. Il suo responsabile le dice che deve migliorare il suo servizio ai clienti. Natasha sa che il suo responsabile ha molta esperienza in fatto di servizio ai clienti e gli chiede se può venire al lavoro durante i turni aperti per affiancarlo e scoprire come può migliorare.*

Fermati un attimo a riflettere sulle domande seguenti.

- Cosa noti in merito alle risposte di Carlos e Natasha di fronte a una situazione difficile? Quali sono le differenze fra le loro rispettive risposte?
- Quale pensi che possa essere l'impatto di queste due risposte diverse?

Differenze chiave tra Carlos e Natasha

Carlos - Mentalità da vittima-spettatore:

- Si arrende immediatamente senza cercare alternative
- Attribuisce l'insuccesso a fattori esterni fissi ("non ho la laurea")

- Fa generalizzazioni negative ("non assumerebbero mai una persona come me")
- Non cerca soluzioni o modi per migliorare la sua situazione
- Chiude la porta a future opportunità con questa mentalità

Natasha - Mentalità da attore-creatore:

- Accoglie il feedback come opportunità di crescita
- Riconosce l'esperienza del responsabile come risorsa
- Prende l'iniziativa chiedendo aiuto concreto
- Propone un'azione specifica (affiancamento durante i turni)
- Si assume la responsabilità del proprio miglioramento

La differenza fondamentale: Carlos vede ostacoli come muri invalicabili, Natasha li vede come scalini da superare con impegno e strategia.

VIDEO

Concetti chiave dal video

1. Victim Mindset (Mentalità da vittima)

- Attribuisce i fallimenti a circostanze esterne
- Evita la responsabilità personale
- "La vita mi capita addosso"
- Protegge l'autostima ma impedisce il progresso
- Esempio: "L'esame era ingiusto, non importava che avessi studiato poco"

2. Creator Mindset (Mentalità da creatore)

- Vede molteplici opzioni in ogni situazione
- Sceglie saggiamente e agisce efficacemente
- Si chiede: "Come avrei potuto agire diversamente?"
- Mantiene controllo e responsabilità anche quando gli eventi sono fuori dal proprio controllo

3. Il punto cruciale: Situazioni fuori controllo

Il video fa un esempio brillante: il computer si rompe e perdi il paper che avevi scritto in tempo.

- **Non è colpa tua** (evento fuori controllo)
- **MA hai controllo sulla tua risposta:**
 - Vittima: arrabbiarsi, demotivarsi
 - Creatore: chiedere al professore un'estensione, impegnarsi di più nei futuri assignment

4. Cambiare il dialogo interno

| Linguaggio da Vittima | Linguaggio da Creatore |
|------------------------------------|--|
| "Sono terribile in matematica" | "La matematica è difficile, quindi frequenterò regolarmente il tutoraggio" |
| "Non posso studiare, non ho tempo" | "Il mio programma è caotico, migliorerò la gestione del tempo" |
| "Il professore si aspetta troppo" | "Biologia è impegnativa, dedicherò più tempo e migliorerò il metodo di studio" |

Collegamento con Carlos e Natasha

Ora è ancora più chiaro:

- **Carlos** = Victim mindset: "Non ho la laurea, non mi assumeranno mai"
- **Natasha** = Creator mindset: "Devo migliorare, chiederò al manager di insegnarmi"

Responsabilità Personale e Mentalità da Attore-Creatore

Definizione di Responsabilità Personale (Generation)

La responsabilità personale non è un concetto astratto, ma si traduce in 4 comportamenti concreti che possiamo mettere in pratica ogni giorno.

1. Assumersi la responsabilità significa prendersi carico di quello che facciamo. Quando inizio un lavoro o un compito, lo porto a termine. Non lo lascio a metà aspettando che qualcun altro lo completi. Assumo il controllo delle mie azioni e delle mie scelte.

2. Lavorare sodo (impegnarsi) vuol dire dare il massimo in quello che faccio. Non basta fare il minimo indispensabile. Seguo con attenzione le istruzioni che mi vengono date e mi dedico con serietà ai compiti che ho davanti.

3. Portare a termine gli impegni presi è fondamentale per costruire fiducia. Se mi impegno a fare qualcosa, la faccio. Se dico che sarò al lavoro alle 9, arrivo alle 9 o anche prima. Le persone devono poter contare su di me.

4. Senza trovare scuse è probabilmente l'aspetto più difficile ma anche più importante. Quando qualcosa va male, non cerco giustificazioni o non do la colpa agli altri. Se la qualità del mio lavoro è scadente, se arrivo in ritardo, o se non completo un compito, me ne assumo la responsabilità senza inventare scuse.

Il collegamento tra Mentalità e Responsabilità

La responsabilità personale è cruciale sia nel lavoro che nella vita privata, ma per padroneggiarla davvero dobbiamo prima capire il suo legame con la mentalità da attore-creatore.

La mentalità da attore-creatore è la base su cui costruiamo la responsabilità personale. Funziona così: quando adotto una mentalità da attore-creatore, automaticamente inizio ad assumermi la responsabilità delle mie azioni. Non vedo più gli errori come fallimenti definitivi, ma come occasioni per imparare qualcosa di nuovo e migliorare.

Come si traduce nella pratica? Una volta che ho questa mentalità, diventa naturale:

- Assumermi la responsabilità quando le cose non vanno bene (invece di dare la colpa ad altri o alle circostanze)
- Impegnarmi attivamente per migliorare la situazione (invece di arrendermi o lamentarmi)
- Portare a termine quello che mi sono impegnato a fare, senza cercare scuse o giustificazioni

In sostanza, la mentalità da attore-creatore è l'atteggiamento mentale, il modo in cui pensiamo. La responsabilità personale è come questo atteggiamento si manifesta concretamente nelle nostre azioni quotidiane. Sono due facce della stessa medaglia: non puoi avere vera responsabilità personale senza prima aver sviluppato una mentalità da attore-creatore.

Analisi dello scenario: Neil e Sarah

Cosa sta succedendo?

Neil e Sarah devono completare un progetto importante entro domani, ma Sarah dice di non poter aiutare perché ha riunioni tutto il giorno. Neil è frustrato perché sente di aver fatto tutto da solo finora e accusa Sarah di non impegnarsi abbastanza. La sua reazione è di confrontarsi con lei in modo accusatorio: "Non è giusto che tu mi abbia fatto fare tutto questo lavoro da solo!"

Neil sta dimostrando una mentalità da vittima-spettatore

Analizziamo la reazione di Neil attraverso le lenti della responsabilità personale:

Sta incolpando gli altri - Neil attribuisce interamente il problema a Sarah ("tu mi hai fatto fare tutto da solo", "tu non ti impegni"). Sta usando il classico linguaggio da vittima che scarica la responsabilità su qualcun altro.

Sta trovando scuse - Dicendo "non possiamo fare altro che saltare la scadenza", Neil sta già preparando una giustificazione per il fallimento. Sta dicendo

implicitamente "se non rispettiamo la scadenza, è colpa di Sarah, non mia".

Non si assume la responsabilità della situazione - Neil non sta considerando cosa avrebbe potuto fare LUI diversamente per evitare di arrivare a questa situazione critica.

Si arrende al controllo - Invece di cercare soluzioni, Neil dichiara che "non possono fare altro" che fallire. Sta rinunciando al suo potere di agire.

Come Neil avrebbe potuto dimostrare maggiore responsabilità personale

1. Assumersi la responsabilità (della propria parte)

Invece di accusare Sarah, Neil avrebbe dovuto riflettere: "Cosa avrei potuto fare io diversamente?"

Possibili azioni preventive:

- **Comunicare prima:** Avrebbe dovuto parlare con Sarah molto prima, non aspettare l'ultimo giorno. Se aveva l'impressione che Sarah non stesse contribuendo abbastanza, doveva affrontare il problema quando c'era ancora tempo.
- **Stabilire ruoli chiari fin dall'inizio:** All'inizio del progetto, Neil e Sarah avrebbero dovuto definire chi fa cosa e quando, con scadenze intermedie.
- **Chiedere aiuto al responsabile:** Se Sarah non stava contribuendo adeguatamente, Neil avrebbe potuto coinvolgere il manager prima che diventasse una crisi.

2. Impegnarsi (cercare soluzioni attive)

Invece di arrendersi dicendo "non possiamo fare altro che saltare la scadenza", Neil dovrebbe cercare soluzioni creative:

- Chiedere al responsabile se è possibile avere un'estensione di un giorno, spiegando onestamente la situazione
- Vedere se Sarah può spostare o accorciare alcune riunioni per dedicare anche solo 1-2 ore al progetto

- Identificare le parti più critiche del progetto e concentrarsi su quelle, completando il resto dopo
- Chiedere aiuto temporaneo a un collega per alcune attività specifiche
- Lavorare alcune ore extra quella sera per avvicinarsi il più possibile al completamento

3. Portare a termine gli impegni (senza scuse)

Un atteggiamento da creatore sarebbe:

- "Abbiamo una scadenza domani. Quali sono le opzioni per rispettarla o per minimizzare il ritardo?"
- "Capisco che tu abbia riunioni, ma questo progetto è prioritario. Possiamo trovare insieme un modo per completarlo?"
- Proporre un piano B concreto invece di limitarsi a lamentarsi

4. Comunicazione costruttiva (senza incolpare)

Invece di dire: "Non è giusto che tu mi abbia fatto fare tutto da solo!"

Neil potrebbe dire:

- "Sarah, sono preoccupato per la scadenza di domani. Ho notato che finora ho gestito la maggior parte del lavoro. Possiamo parlare di come distribuire meglio i compiti per il futuro? Per ora, come possiamo collaborare per completare almeno le parti essenziali entro domani?"

Questo approccio:

- Esprime il problema senza accusare
- Si concentra sulle soluzioni, non sulle colpe
- Mantiene la relazione professionale
- Dimostra ownership della situazione

La lezione chiave

Neil sta reagendo come una vittima: "La colpa è di Sarah, quindi io non posso farci niente". Un creatore direbbe: "La situazione non è ideale, ma io ho ancora il

controllo su come rispondo. Quali azioni posso intraprendere ORA per ottenere il miglior risultato possibile?"

Ricorda: Anche quando altri non fanno la loro parte, tu hai sempre il controllo su come TU rispondi alla situazione. Questa è l'essenza della responsabilità personale.

ORIENTAMENTO AL FUTURO

Definizione di Orientamento al Futuro

"Con orientamento al futuro si intende la **creazione di una roadmap per il futuro, comprendere in che modo le azioni di oggi influiscono sugli obiettivi di domani e verificare spesso i progressi compiuti.**"

Analisi della definizione

Questa definizione ha tre componenti chiave:

1. Creare una roadmap per il futuro

- Non vivi alla giornata sperando che le cose vadano bene
- Hai un piano concreto di dove vuoi arrivare
- Stabilisci obiettivi chiari per il tuo futuro

2. Comprendere come le azioni di oggi influiscono sugli obiettivi di domani

- Ogni decisione che prendi oggi ha conseguenze sul tuo futuro
- Pensi "se faccio questo oggi, dove mi porterà domani?"
- Colleghi il presente al futuro in modo consapevole

3. Verificare spesso i progressi compiuti

- Non basta fare un piano e dimenticarsene
 - Controlli regolarmente: "Sto andando nella direzione giusta?"
 - Ti adatti e correggi il percorso quando necessario
-

Il collegamento con mentalità da creatore

Noti come l'orientamento al futuro è perfettamente allineato con la mentalità da attore-creatore?

- **Creatore** = Controllo e responsabilità nel presente
- **Orientamento al futuro** = Controllo e responsabilità proiettati nel tempo

Una vittima pensa: "Vedremo cosa succede, tanto non dipende da me"

Un creatore con orientamento al futuro pensa: "Voglio raggiungere X tra 5 anni, quindi oggi devo fare Y"

Andy Roddick 1/2

Generatiun

Andy Roddick è un tennista professionista. Nel 2005, ha giocato una partita contro Fernando Verdasco a Roma.

Roddick, che è uno dei migliori tennisti al mondo, era al massimo della forma ed era quasi certo che avrebbe battuto Verdasco.

Roddick stava per vincere quando si verificò un evento assolutamente insolito: perse il servizio di Verdasco.

Tuttavia, il guardalinee dichiarò che il servizio era "fuori" e assegnò il punto a Roddick. **Inaspettatamente, Roddick aveva vinto la partita.**

La folla esultava e Verdasco corse a congratularsi con lui per la sua vittoria. **Tuttavia, Roddick sapeva qualcosa che nessun altro aveva visto.** Il servizio aveva colpito la linea e quindi era valido.



Roddick avrebbe potuto tenere questa informazione per sé e accettare la vittoria. Invece, informò l'arbitro che la palla non era davvero fuori.

L'arbitro annullò la decisione, assegnò il punto a Verdasco e decise che l'ultimo set doveva essere rigiocato.

Verdasco, che aveva ricevuto una seconda opportunità, la sfruttò al meglio. Risalì la china e finì per vincere il game, il set e la partita!

Gli esperti dicono che Roddick avrebbe guadagnato perlomeno "decine di migliaia di dollari" se avesse accettato la vittoria senza fiatare.



Riflessione



- *Che tematica guidava le azioni di Andy Roddick quel giorno? Perché la pensi così?*
- **Vincere ogni partita con le mie forze** potrebbe essere una delle tematiche che guida Andy Roddick dal momento che ha detto la verità anche se sapeva che avrebbe potuto mentire. Il valore da cui deriva potrebbe essere l'**onestà** o la **sportività**

Dr. Bhimrao Ramji Ambedkar 1/2

Generation

Bhimrao Ramji Ambedkar era un giurista, un economista, un politico e un riformatore sociale indiano. **È stato anche il primo Ministro della giustizia indiano dopo l'indipendenza.**

Cosa ancora più importante, è stato il principale architetto della costituzione indiana dopo l'indipendenza.

Ha conseguito dottorati in economia sia dalla Columbia University che dalla London School of Economics ed era noto come studioso per la sua ricerca in campo legale.

Durante gli ultimi anni della sua vita si dedicò all'attività politica; fu coinvolto nella campagna e nelle negoziazioni per l'indipendenza dell'India.



Dr. Bhimrao Ramji Ambedkar 2/2

Generation

Era anche appassionato di scrittura. Pubblicava riviste e difendeva i diritti politici e la libertà sociale delle minoranze oppresse in India.

Nel 1956, si convertì al Buddismo e ne divenne un seguace, dando nuovo slancio al movimento buddista in India.

Nel 1990, Ambedkar ha ricevuto in maniera postuma il Bharat Ratna, la massima onorificenza civile indiana.





- *Che tematica ha guidato la vita di Ambedkar? Perché la pensi così?*
- *Le sue tematiche potrebbero essere: Imparare sempre nuove cose oppure Lotta per la giustizia sociale*

Jacinda Ardern 1/2

Jacinda Ardern è il Primo Ministro della Nuova Zelanda.

Durante il suo incarico, il suo Paese ha dovuto affrontare molte sfide: attacchi terroristici, vulcani, terremoti e la pandemia del coronavirus.

Nel 2019, un terrorista portò a termine due sparatorie di massa in due moschee durante la preghiera del venerdì, uccidendo 51 fedeli musulmani.

Sebbene molti abbiano incolpato e si siano opposti ai musulmani e abbiano cercato di far promulgare leggi che ne vietassero l'immigrazione, Ardern ha supportato i suoi cittadini musulmani.

Ha indossato un velo nero e ha partecipato al lutto con i parenti e gli amici delle vittime.

Ha anche promesso di coprire il costo dei funerali di tutti coloro che sono stati uccisi negli attacchi.



A dicembre dello stesso anno, la Nuova Zelanda ha sperimentato un'eruzione vulcanica. 6 persone sono state recuperate, di cui una sola ancora in vita.

Ardern si è recata immediatamente sul sito dell'eruzione per supportare e ringraziare i soccorritori che hanno salvato quanti erano rimasti intrappolati.

Ha promesso anche un indennizzo assicurativo "senza colpa" per quanti hanno subito l'impatto di questo evento.

Durante la crisi del coronavirus, Ardern è comparsa spesso in televisione e si è rivolta ai suoi cittadini.

In questi eventi, esprime quanto sia preoccupante la situazione, spiega in maniera calma i fatti e comunica con chiarezza dove trovare aiuto e supporto.

Riflessione

Generation



- *Quale tematica potrebbe guidare le azioni del Primo ministro Jacinda Ardern? Perché la pensi così?*
- **Le sue tematiche potrebbero essere:** *Manifestare empatia o Guidare con il buon esempio.*

ESEMPIO 1: Andy Roddick (Tennista professionista)

La storia:

Nel 2005, Roddick (uno dei migliori tennisti al mondo) stava per vincere una partita contro Fernando Verdasco a Roma. Era al massimo della forma e quasi certo di vincere. Roddick stava per vincere quando si verificò un evento insolito: perse il servizio di Verdasco.

Il guardalinee dichiarò che il servizio era "fuori" e assegnò il punto a Roddick.

Inaspettatamente, Roddick aveva vinto la partita.

La folla esultava e Verdasco corse a congratularsi con lui per la vittoria. **Tuttavia, Roddick sapeva qualcosa che nessun altro aveva visto:** il servizio aveva colpito la linea e quindi era valido.

Roddick avrebbe potuto tenere questa informazione per sé e accettare la vittoria. Invece, informò l'arbitro che la palla non era davvero fuori. L'arbitro annullò la decisione, assegnò il punto a Verdasco e decise che l'ultimo set doveva essere rigiocato.

Verdasco, che aveva ricevuto una seconda opportunità, la sfruttò al meglio. Risalì la china e finì per vincere il game, il set e la partita!

Gli esperti dicono che Roddick avrebbe guadagnato almeno "decine di migliaia di dollari" se avesse accettato la vittoria senza fiatare.

Domanda di riflessione:

Che tematica guidava le azioni di Andy Roddick quel giorno? Perché la pensi così?

Risposta: "Vincere ogni partita con le mie forze" potrebbe essere una delle tematiche che guida Andy Roddick dal momento che ha detto la verità anche se sapeva che avrebbe potuto mentire. Il valore da cui deriva potrebbe essere l'**onestà** o la **sportività**.

ESEMPIO 2: Dr. Bhimrao Ramji Ambedkar

Chi era:

Bhimrao Ramji Ambedkar era un giurista, economista, politico e riformatore

sociale indiano. È stato il primo Ministro della giustizia indiano dopo l'indipendenza. Ancora più importante, è stato il principale architetto della costituzione indiana dopo l'indipendenza.

Ha conseguito dottorati in economia sia dalla Columbia University che dalla London School of Economics ed era noto come studioso per la sua ricerca in campo legale.

La sua vita:

Durante gli ultimi anni della sua vita si dedicò all'attività politica; fu coinvolto nella campagna e nelle negoziazioni per l'indipendenza dell'India.

Era anche appassionato di scrittura. Pubblicava riviste e difendeva i diritti politici e la libertà sociale delle minoranze oppresse in India.

Nel 1956, si convertì al Buddismo e ne divenne un seguace, dando nuovo slancio al movimento buddista in India.

Nel 1990, Ambedkar ha ricevuto in maniera postuma il Bharat Ratna, la massima onorificenza civile indiana.

Domanda di riflessione:

Che tematica ha guidato la vita di Ambedkar? Perché la pensi così?

Risposta: Le sue tematiche potrebbero essere: **Imparare sempre nuove cose** oppure **Lotta per la giustizia sociale**

ESEMPIO 3: Jacinda Ardern (Primo Ministro della Nuova Zelanda)

Chi è:

Jacinda Ardern è il Primo Ministro della Nuova Zelanda.

Cosa ha affrontato:

Durante il suo incarico, il suo Paese ha dovuto affrontare molte sfide: attacchi terroristici, vulcani, terremoti e la pandemia del coronavirus.

Eventi specifici:

Nel 2019: Un terrorista portò a termine due sparatorie di massa in due moschee durante la preghiera del venerdì, uccidendo 51 fedeli musulmani.

Sebbene molti abbiano incolpato e si siano opposti ai musulmani e abbiano cercato di far promulgare leggi che ne vietassero l'immigrazione, Ardern ha supportato i suoi cittadini musulmani.

Ha indossato un velo nero e ha partecipato al lutto con i parenti e gli amici delle vittime. Ha anche promesso di coprire il costo dei funerali di tutti coloro che sono stati uccisi negli attacchi.

A dicembre dello stesso anno: La Nuova Zelanda ha sperimentato un'eruzione vulcanica. 6 persone sono state recuperate, di cui una sola ancora in vita.

Ardern si è recata immediatamente sul sito dell'eruzione per supportare e ringraziare i soccorritori che hanno salvato quanti erano rimasti intrappolati.

Ha promesso anche un indennizzo assicurativo "senza colpa" per quanti hanno subito l'impatto di questo evento.

Durante la crisi del coronavirus: Ardern è comparsa spesso in televisione e si è rivolta ai suoi cittadini. In questi eventi, esprime quanto sia preoccupata la situazione, spiega in maniera calma i fatti e comunica con chiarezza dove trovare aiuto e supporto.

Domanda di riflessione:

Quale tematica potrebbe guidare le azioni del Primo ministro Jacinda Ardern? Perché la pensi così?

Risposta: Le sue tematiche potrebbero essere: **Manifestare empatia** o **Guidare con il buon esempio**.
