

LA FORZA DELLA VOLONTÀ

Qual è la chiave per cambiare? È la volontà, che ci consente di concretizzare gli obiettivi della nostra vita e del nostro lavoro programmando le azioni coerenti per raggiungerli. È la volontà che ci permette di combattere contro paure e abitudini. La volontà è insomma la regia delle nostre azioni, sta alla base di ogni percorso di cambiamento: impariamo a conoscerla per poterla usare con consapevolezza.

Volere è potere, sentiamo spesso dire, ma adesso scopriamo anche che volere è soprattutto cambiare. Nel lavoro e in generale nella vita, l'essere umano muta, evolve e si trasforma grazie a uno strumento fondamentale a sua disposizione: l'energia della volontà.

Poco studiata nei secoli e ai più sconosciuta, la volontà appare a prima vista come un metodo d'azione, in grado di renderci registi del nostro agire. Come? Attraverso la messa in atto, al nostro interno, di una serie di passi che vanno dalla definizione dell'obiettivo alla formulazione di un progetto realistico, dal desiderio di concretizzarlo alla programmazione di un'azione coerente per farlo. Perciò, il principale beneficio della volontà è quello di garantire la coerenza tra progetti, intenti e realizzazione, attraverso il suo più importante strumento operativo: il potere della scelta.

È la volontà che sceglie dentro di noi l'emozione e il comportamento più utile per arrivare all'obiettivo che ci siamo prefissati. Compito non facile, visto che talvolta le tocca combattere contro aspetti della nostra personalità che si oppongono e che sono incoerenti con i nostri obiettivi. Uno su tutti, la paura: del cambiamento, di essere assertivi con il proprio capo, di difendere le proprie idee in gruppo, ecc. La volontà, allora, con consapevolezza e autorevolezza agisce impedendo all'opposizione interiore di prevalere e bloccando ciò che è incoerente con la nostra meta.

Accanto a questo aspetto forte, dinamico, energico, la volontà ha però altre sfaccettature. È anche abile e strategica, perché a volte le spetta di farci entusiasmare e appassionare alla nostra meta, invogliandoci a concretizzarla, schivando le contro-motivazioni interne che vi si oppongono. Diventa allora la regista della motivazione e il fuoco che alimenta l'attrazione verso il nostro obiettivo.

Ma la volontà ha anche altri due aspetti poco considerati (o conosciuti): uno etico e uno relazionale. Dal primo non si può prescindere, in quanto la dimensione etica è innata, patrimonio del Dna di ogni essere umano, anche se spesso – specie nel mondo economico – è lasciata nella condizione della Bella Addormentata. Il secondo, l'aspetto relazionale, è altrettanto importante perché costituisce la base del nostro rapporto con gli altri, svolgendo una funzione di mediazione che ci permette di vincere il nostro egocentrismo e di collaborare con loro (gli altri).

La volontà, nella sua accezione più completa e vera, prevede (allora) la compresenza di tutti e quattro questi aspetti nella propria azione, in quantità diverse a seconda del tipo di lavoro in cui si è impegnati. Conoscere le sue componenti, sviluppare le più deboli, comprendere meglio la posizione centrale della volontà all'interno di noi stessi, ci serve per capire che questa energia è non solo un metodo d'azione, ma la vera regina delle nostre azioni, la madre di ogni cambiamento.

Energos

Società di Consulenza e Formazione - Torino

www.energós.it