

## Introduzione

Da circa una decina d'anni, nella mia attività di coach, formatrice e consulente, ho iniziato a osservare i comportamenti di professionisti e manager che si trovavano ad affrontare un particolare tipo di cambiamento professionale: un nuovo inizio. La questione mi interessa per due ragioni. Anzitutto, perché viviamo nell'era della precarietà, in cui l'incertezza è il nuovo status quo e ricominciare è diventato necessario a tutte le età. Prevedo quindi che i nuovi inizi aumenteranno e riguarderanno una popolazione sempre più ampia e diversificata. Secondo, perché mi rendo conto che, un po' per tutti, ma in particolare per le persone oltre i cinquant'anni, ricominciare non è facile a causa di un insieme di ostacoli psicologici e pratici.

La maggior parte dei nuovi inizi che ho osservato non era voluta. C'era chi, per esempio, era stato trasferito di divisione o di sede, chi aveva dovuto cambiare tipo di lavoro all'interno della stessa organizzazione e chi l'aveva dovuta lasciare. Per fortuna, alcuni nuovi inizi cui ho assistito erano invece desiderati: una promozione, un incarico all'estero, un ruolo a capo di un progetto strategico. Ho avuto così modo di incontrare due categorie di persone: le prime erano recalcitranti, demoralizzate e preoccupate, mentre le seconde erano trepidanti, entusiaste, ma comunque un po' stressate. Per quelli della prima categoria, che erano la maggioranza, l'atteggiamento negativo, umanamente più che compresen-

bile, non faceva che peggiorare la situazione, ridurre le opportunità e aumentare i pericoli. Per i secondi, insieme alle emozioni positive, c'era comunque l'ansia da performance e i normali timori che si hanno nell'imboccare strade nuove. I primi erano chiaramente i più bisognosi di aiuto e supporto, ma anche i secondi si sentivano sotto pressione.

Ho iniziato a chiedermi chi si occupasse delle persone che ricominciano, se qualcuno avesse suggerimenti pratici per aiutarle a superare le paure, ad evitare gli errori evitabili e a trarre il massimo dalla loro esperienza, voluta o meno che fosse. Non ho trovato quasi nulla. Allora mi sono detta: forse gli interessati non percepiscono di avere bisogno di supporto, pur mostrando, a mio parere, segni inequivocabili di averlo. Ma è bastato parlarne con chi si trovava a dover ricominciare per scoprire che non era così: le maggior parte delle persone si sentivano un po' perse e sole davanti a un'impresa piena di sfide e, in alcuni casi, di insidie.

L'idea di scrivere un manuale di facile consultazione per aiutare i lettori, soprattutto gli over 50, ad ampliare la propria capacità di ricominciare e a sviluppare una visione positiva dei nuovi inizi è nata da queste osservazioni e riflessioni. La spinta a scriverlo, invece, è venuta da due convinzioni. Anzitutto, che la capacità di ricominciare si può imparare e allenare a qualsiasi età. Secondo, che saper affrontare i nuovi inizi rende più liberi e dà potere.

Il libro è dedicato primariamente a coloro che stanno affrontando un nuovo inizio o sanno di doverlo fare a breve, ma credo dovrebbe interessare tutti in modo "preventivo". Penso, infatti, che la capacità di ricominciare faccia ormai parte della nuova alfabetizzazione, resa necessaria dal contesto dinamico, incerto, ma anche ricco di opportunità in cui ci troviamo.