

“Il potere catartico del Memoir Professionale”

Roberto Provana



Nel mondo frenetico e in continua evoluzione del management, i leader si trovano spesso a dover affrontare sfide che mettono a dura prova la loro identità e autostima. Conflitti interni, cambiamenti di mercato e pressioni esterne, possono portare a un senso di smarrimento. In questo contesto, scrivere un «memoir professionale» emerge come una strategia psicologica potente e trasformativa. Non si tratta solo di esercizio di riflessione, ma di un vero e proprio atto terapeutico capace di rigenerare motivazioni, chiarire obiettivi e ricostruire l'immagine di sé.

La Validità del Memoir Professionale

Scrivere un Memoir Professionale, permette ai manager di esplorare la propria storia personale e professionale in un modo che va oltre il semplice resoconto di eventi. Questo processo di scrittura diventa una forma di introspezione che aiuta a riconoscere e valorizzare i momenti chiave della carriera, le sfide affrontate e le lezioni apprese. Attraverso la narrazione, i leader possono riscoprire le competenze e le esperienze che li hanno portati dove sono oggi, rinforzando il senso di identità e di scopo.

L'importanza della narrazione

La narrazione è intrinsecamente umana; ci aiuta a dare un significato ai nostri vissuti e a costruire una connessione con gli altri. Scrivere il proprio Memoir Professionale consente ai manager di rivedere la propria traiettoria con una nuova prospettiva, evidenziando le resilienze e le conquiste. Questo processo, non solo facilita una maggiore consapevolezza di sé, ma offre anche l'opportunità di comunicare la propria storia in modo autentico e coinvolgente, sia ai collaboratori che agli stakeholder.

La scrittura ha un potere terapeutico che è stato ampiamente riconosciuto dalla psicologia. Ricordare e ripensare la propria storia professionale può rivelarsi catartico, permettendo ai leader di elaborare emozioni e esperienze che potrebbero essere state sepolte o trascurate. Questo atto di revisione non solo aiuta a liberarsi di fardelli emotivi, ma consente anche di affrontare paure e insicurezze, trasformandole in opportunità di crescita.

Scrivere un Memoir Professionale, offre uno spazio sicuro in cui esplorare vulnerabilità e successi, promuovendo una maggiore autocomprensione. Inoltre, permette di stabilire una connessione tra il passato e il presente, facilitando un allineamento tra i valori personali e le aspirazioni professionali. Questo processo di allineamento è cruciale per il rilancio dell'immagine e per il rafforzamento dell'autostima.

Rigenerare Motivazioni e Visioni Future

Infine, il Memoir Professionale non è solo un viaggio nel passato, ma anche una mappa per il futuro. Attraverso la scrittura, i manager possono delineare chiaramente le loro aspirazioni e visioni, creando un piano d'azione tangibile per il rilancio del proprio ruolo. Questo non solo aumenta la motivazione personale, ma ispira anche chi li circonda, contribuendo a costruire una cultura di autenticità e trasparenza all'interno dell'organizzazione.