Orientarsi in tempo di crisi in un mondo che cambia

La crisi è diventata una dimensione esistenziale con la quale dobbiamo imparare a convivere.

Sapersi orientare in un periodo di cambiamento non è facile, ma può essere il punto di partenza per imparare a discriminare i bisogni reali da quelli indotti, i desideri e i progetti personali dalle abitudini condizionate.

Il periodo storico in cui viviamo sembra dominato in modo quasi esclusivo da una parola, “crisi”, a livello economico, sociale, individuale. Uno stato di incertezza, instabilità, ansia, attraversa la società in modo trasversale. Viviamo un’epoca contraddistinta da una diffusa criticità nella vita degli individui.

Oggi lo scenario economico e sociale richiede alle persone l’acquisizione di nuove informazioni, ma anche la capacità di produrre e sviluppare nuove conoscenze e competenze proprie dell’era della globalizzazione, come saper affrontare l’innovazione ed il cambiamento, trasformare la conoscenza e le nuove idee in risultati positivi, sapersi adattare ad un ambiente che diventa sempre più incerto e meno prevedibile.

E allora come si può realizzare un benessere personale e collettivo in tempi di crisi? È possibile incanalare le nostre energie per affrontare il cambiamento e riappropriarci del diritto di realizzare il nostro benessere e la nostra felicità?

La crisi è diventata una dimensione esistenziale con la quale dobbiamo imparare a convivere. Citando Albert Einstein: “Non possiamo pretendere che le cose cambino, se continuiamo a fare le stesse cose. La crisi è la più grande benedizione per le persone e le nazioni, perché la crisi porta progressi. È dalla

crisi che nasce l’inventiva, le scoperte e le grandi strategie”.

Insomma, la crisi comporta la necessità del cambiamento e costituisce una occasione di miglioramento, perché ci offre l’opportunità di rimettere in discussione la nostra scala di valori, per cambiare radicalmente modo di comportarci.

La parola d’ordine è cambiamento. Un potenziale che è dentro ciascuno di noi, al quale attingere per trasformare i sogni in realtà, giorno dopo giorno, un passo alla volta. Scegliendo di farlo, prima di essere costretti a farlo.

Quindi cercare di cambiare le abitudini personali e il proprio modo di pensare, abbandonando i “vecchi” valori, quelli del “tempo del vitello d’oro”: avere, arricchirsi, capitalizzare, competere e consumare in modo sfrenato, sfruttare l’ambiente, vivere sotto la pressione del tempo: sempre più in fretta.

Per abbracciare “nuovi” valori: essere, solidarizzare, cooperare ed essere tolleranti, rispettare la natura, perseguire la soddisfazione “compatibile” dei propri bisogni.

Ci sono sempre due scelte nella vita: accettare le condizioni in cui viviamo o assumersi la responsabilità di cambiarle, cominciando col fare innanzitutto ciò che è necessario e poi ciò che è possibile. E all’improvviso ci si sorprenderà a fare l’impossibile.

Impareremo così a pensare positivamente, credere nello sviluppo e prepararci al futuro, cercando di evitare che la crisi congiunturale possa diventare una crisi motivazionale, nell’intento di *generare solidarietà, cooperazione, fiducia e speranza.*

Per dirla con Shakespeare: “Noi sappiamo ciò che siamo, ma ignoriamo ciò che possiamo diventare”.

Renato Mastrosanti

(formatore manageriale, psicoterapeuta, gestalt counselor, trainer pnl)