

Sommelier e sindrome dell'impostore: dall'elitarismo del vino non sono esenti nemmeno gli esperti

scritto da Veronica Zin | 28 Aprile 2026



L'esperienza di Kiersten Hickman a Manhattan evidenzia come l'elitarismo nel mondo del vino alimenti la sindrome dell'impostore persino tra i professionisti certificati. Tra turni estenuanti e pressione all'onniscienza, emerge la necessità di umanizzare il ruolo del sommelier. Il dubbio diventa un catalizzatore per lo studio continuo, spostando il focus dalla perfezione tecnica all'accoglienza dell'ospite.

In un recente articolo pubblicato da Cellar Notes – [The grubby](#)

[truth of working as a sommelier](#) – Kiersten Hickman racconta di come, dopo aver ottenuto il diploma da sommelier al Le Cordon Bleu decide di dare una svolta alla sua carriera e alla sua vita diventando sommelier a tempo pieno per un importante ristorante di Manhattan.

Questa scelta, Hickman scrive *“is (kindly) kicking [her] ass”* (non pensiamo serva tradurre). Turni estenuanti, sfide fisiche e la transizione da una vita sedentaria ad un lavoro che la vuole in piedi per ore e ore ogni giorno. Eppure, l'elemento che è la principale fonte di inquietudine citata dalla sommelier è, in realtà, **quanto la preparazione teorica debba scontrarsi con una realtà quotidiana estremamente esigente.**

Il racconto di Hickman si sofferma su un paradosso comune a molti addetti ai lavori: la sindrome dell'impostore. Nonostante una formazione d'eccellenza, il timore di non saper argomentare con precisione perché l'annata 2019 del Brunello sia considerata iconica genera un senso di inadeguatezza profonda. La sommelier dice di percepire una pressione costante verso l'onniscienza, come se il valore di un professionista dipendesse esclusivamente dalla capacità di “sforare conoscenze” a comando.

Per questo, il nastro dorato sulla giacca – la certificazione della sua figura professionale – assume un valore simbolico e serve a ricordarle una formazione che il timore di rispondere a ogni domanda o curiosità degli ospiti rischia costantemente di offuscare.

Questa tensione verso la perfezione assoluta solleva una domanda sul perché il settore del vino sia percepito come così intimidatorio, anche dagli addetti ai lavori.

Perché si parla e si scrive di quanto il vino sia percepito come elitario dai consumatori, ma, leggendo le parole di Hickman, nemmeno gli addetti ai lavori vengono risparmiati.

In altri ambiti, spesso anche solo l'appassionato si sente

sicuro dei suoi mezzi. Perché nel mondo del vino una sommelier preparata deve lottare quotidianamente per ritrovare la fiducia in sé stessa?

Tuttavia, la sindrome dell'impostore possiede un risvolto che potrebbe essere positivo: può trasformarsi in un motore di crescita. Hickman confessa di provare ancora gioia nell'aprire i libri di testo e di voler approfondire la formazione attraverso programmi specialistici come quelli della Wine Scholar Guild.

Il dubbio si trasforma in stimolo per non fermarsi. La consapevolezza dei propri limiti agisce come un catalizzatore per lo studio continuo, trasformando l'incertezza in un desiderio di scoperta che arricchisce il bagaglio culturale del sommelier.

Resta il fatto che per quanto il brio del continuo miglioramento renda la vita più frizzante, bisognerebbe probabilmente partire dall'umanizzazione della figura del sommelier.

Abbandoniamo l'idea che il consumatore altro non aspetti che un passo falso dal sommelier. Rifiutiamo, al contempo, l'idea del sommelier come giudice severo che si beffa dei consumatori inesperti.

Il sommelier è un professionista che cura l'esperienza dell'ospite.

I turni più appaganti per Hickman sono, infatti, quelli in cui riesce a creare nuovi habitués, a sorprendere i clienti per un anniversario o a guidarli verso il loro nuovo stile preferito. **Il successo di un servizio si misura nella capacità di decifrare i desideri di chi siede a tavola e creare momenti di gioia autentica attraverso il racconto di una bottiglia.**

Punti chiave

1. **La sindrome dell'impostore colpisce gli esperti** a causa della pressione costante verso un'onniscienza spesso irraggiungibile nel settore.
3. **Il dubbio costante funge da catalizzatore per la crescita professionale** e motiva lo studio continuo di programmi specialistici.
4. **L'umanizzazione del sommelier è necessaria per trasformare il professionista da giudice severo a custode dell'esperienza dell'ospite.**
5. **Il successo lavorativo si realizza creando momenti di gioia autentica** e guidando i clienti verso nuove scoperte enologiche.