

# Il valore della rabbia

scritto da Lavinia Furlani e Alessandro Fortis | 19 Maggio 2020



Come imprenditori del vino non possiamo certo negare che questo periodo ci abbia letteralmente sommersi di emozioni. Come per tutti, anche noi, chiusi non come il vino in una bottiglia, ma come uomini e professionisti nelle nostre case, ci siamo sentiti impotenti.

Abbiamo rintracciato nelle numerose interviste che abbiamo fatto agli operatori del settore molte sensazioni ma, di sicuro, una di quelle che più fra tutte si è fatta sentire è la rabbia.

Maledetta rabbia, oseremmo dire!

Se invece vi dicessimo che, come in tutte le emozioni, anche questa potrebbe insegnarci qualcosa?

**La rabbia è un'emozione primaria legata ai nostri istinti di sopravvivenza.**

Un tempo la agivamo per difendere il nostro territorio da predatori.

Oggi per proteggere i nostri ambienti mentali da pensieri, credenze, azioni o condizioni che non collimano con le nostre. Ci arrabbiamo insomma con chi pensa o fa diversamente da noi. I nostri nemici sono coloro che invadono, magari senza

permesso, i nostri confini: fisici o mentali. Questo tipo di persone o situazioni li chiamiamo nemici.

Per questi proviamo solitamente odio e avversione. O, perlomeno, antipatia.

Partendo da questo presupposto già è facile comprendere che la rabbia verso il nemico non sia poi così tanto una cosa folle. Banalmente, è il nostro sistema di difesa e sopravvivenza che si mette all'opera.

### **Perché però, spingendoci oltre, potremmo vederla come una risorsa?**

Prima di tutto perché queste persone e queste condizioni sono per noi una cartina tornasole incredibile.

Ci aiutano a scorgere i limiti delle nostre convinzioni e delle nostre credenze, così come delle nostre strategie, permettendoci di oltrepassarli o, quantomeno, di ampliare l'orizzonte dei nostri.

Quando ci arrabbiamo con un nostro nemico probabilmente lo facciamo perché questo esprime un'idea o un modo d'essere diverso dal nostro. Se stiamo ben attenti questi momenti potrebbero perciò indicarci, meglio di altri, il modo in cui siamo fatti e le idee che abbiamo.

A questo punto possiamo permanere nell'odio.

Oppure, scelta per lo meno più curiosa, possiamo chiederci come mai noi la vediamo diversamente. Cosa ci spinge a non voler cambiare e rimanere relegati in quei confini.

I nemici ci spronano a pensare come quell'idea o quell'agito, pur lontano da noi, potrebbe arricchirci se non addirittura migliorarci. O quantomeno mettere in discussione una conoscenza.

Facciamo un esempio trasladando dalla dimensione interpersonale a quella di impresa: questa situazione di crisi ci ha fatto arrabbiare. Eppure, a ben vedere, **è stata più capace di altre nel mostrarci alcuni dei nostri limiti imprenditoriali:**

- La resistenza che abbiamo al cambiamento.
- La poca creatività che a volte abbiamo dimostrato.

- La scarsa conoscenza delle tecnologie digitali a nostra disposizione.
- La necessità di esercitare la pazienza e l'esigenza di creare modelli più sostenibili. Il che non significa solo a minor impatto ambientale, ma anche processi più snelli, efficienti e quindi economicamente vantaggiosi.
- L'esigenza di rivedere il nostro operato in modo Smart: essere più flessibili, meno inchiodati ad orari fissi ma a obiettivi di performance (per i ruoli che possono ovviamente) e abili nel creare il giusto rapporto fra vita professionale e personale/famigliare.
- Ideare nuove modalità per la vendita del vino.
- La consapevolezza di vedere con onestà i limiti delle risorse umane che vivono le nostre aziende e l'esigenza di riorganizzare su questo versante il nostro team.

L'aspetto positivo è che questi limiti, che ora si sono palesati forse con più evidenza, possono essere colmati e sovvertiti attraverso la giusta presa di coscienza e, per procedere, con l'opportuna formazione e azione necessaria.

**Accogliamo e isoliamo la rabbia, non sovrapponiamola ad altre emozioni come la preoccupazione, e proviamo ad ascoltarla per poi arrivare a trasformarla nelle nostre imprese.**

Prendiamo, come esempio, le risorse umane in azienda. Molti di voi hanno dichiarato di aver provato rabbia e frustrazione nel vedere dipendenti inermi e incapaci di re-inventarsi in una quotidianità professionale. Dopo aver accolto questa emozione, e non sta certo a noi verificarne la legittimità legata ai vostri collaboratori, avrete uno scenario molto più lucido sul fronte risorse umane.

E potreste iniziare a farvi le prime domande trasformative che, partendo da una situazione di rabbia, vi porteranno ad una situazione di cambiamento:

- Chi non ha saputo reggere la situazione in azienda?
- Quali limiti personali di queste persone sono emersi?

Ricordiamo che i limiti sono già presenti dentro ognuno di noi

e nelle situazioni di difficoltà emergono in modo più immediato.

C'è qualcuno che ha manifestato invece risorse inaspettate?

**Insomma, la rabbia iniziale, se vissuta e ascoltata, ci accompagna in un'analisi aziendale che potrebbe produrre dei cambiamenti proficui.**

Con questo non vogliamo dire che la situazione non sia stata e sarà difficile, o che non sia stato lecito arrabbiarsi, semplicemente abbiamo deciso di guardare le cose da un altro punto di vista, per aumentare il numero delle possibilità a nostra disposizione invece che diminuirlo.

Insomma, abbiamo deciso di esplorare con voi il valore della rabbia.

*Questo articolo è scritto a 4 mani con Alessandro Fortis, che collabora con noi nello straordinario viaggio delle competenze trasversali e della psicologia aziendale che ci possono aiutare nel percorso di manager del vino consapevoli.*

*Alessandro ha una laurea in formazione e più di dieci anni di esperienza alle spalle, dove ha coordinato diversi progetti di formazione trasversale, diretto rubriche di psicologia aziendale e crede fermamente che per essere qualcosa o qualcuno devi prima pensare di non esserlo: per questo ogni giorno studia e ogni anno attiva nuovi progetti di sostegno al business.*