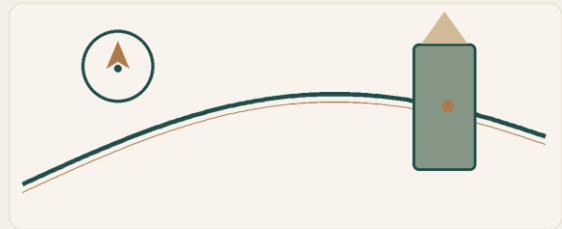


SCOPRIRE UNA DIREZIONE DI LAVORO PIÙ ADATTA A TE



Un percorso per chi lavora, ma sente che non può continuare per anni nello stesso modo

Copyright © 2026 Carlo Rossi

Tutti i diritti riservati. Nessuna parte di questo testo può essere riprodotta, distribuita o trasmessa in alcuna forma o con alcun mezzo, senza il preventivo consenso scritto dell'autore.



Perché nasce questo percorso

Hai un lavoro.

Uno stipendio.

Responsabilità da rispettare.

Magari famiglia, mutuo, pensione, sicurezza economica.

Eppure, da tempo pensi: **“Così non posso andare avanti per anni.”**

E subito dopo: **“Però non so cosa fare.”**

Non so **se restare**, non so **se cambiare**, non so **se sono solo stanco**, non so **se è il lavoro**, non so **da dove cominciare**.

Allora si stringono i denti e si va avanti a testa bassa:

“Adesso non è il momento.”

“Almeno ho un lavoro.”

“Alla mia età dove vado?”

“Ormai.”

A volte sono vincoli veri. Altre volte sono frasi che ti tengono fermo.

Questo percorso nasce per guardare la situazione senza raccontarsela, per capire che cosa sta succedendo, che cosa sai fare davvero, quali vincoli devi rispettare e che cosa puoi verificare senza buttare via tutto.

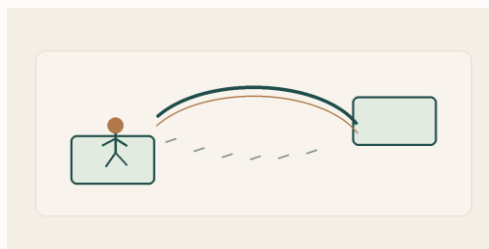




Il punto non è mollare tutto

Se un lavoro pesa, non significa che vada lasciato.

I soldi contano.
La famiglia conta.
Il mutuo conta.
L'età conta.
La pensione conta.
La sicurezza conta.



Chi parla di cambiamento senza guardare queste cose è troppo leggero.

Ma anche ripetere per anni **“non posso”** può diventare un modo per **non guardare più niente**.

Il percorso sta in mezzo:

tra **“mollo tutto”** e **“vado avanti così finché ce la faccio”**;
tra il **salto nel vuoto** e il **lasciare passare** altri anni.

Non sempre il problema è cambiare lavoro. A volte il problema è **capire se stai ancora scegliendo quel lavoro o se lo stai solo subendo**.



A chi si rivolge

Il percorso si rivolge a persone che lavorano, ma sentono che il rapporto con il proprio lavoro è diventato pesante o frustrante e non riescono più a capire con chiarezza che cosa non va.

Può riguardarti se:

- lavori, ma **non ti senti più soddisfatto**;
- fai il tuo dovere, ma dentro pensi spesso **“non ne posso più”**;
- hai un lavoro stabile, ma non sai se lo stai scegliendo o **se te lo stai facendo andare bene**;
- **l'ambiente di lavoro è pessimo**, oppure capo, colleghi o certi modi di lavorare sono diventati **pesanti da sopportare**;
- hai paura che **non sia solo stanchezza**, ma burnout (esaurimento lavorativo);
- senti di **utilizzare poco alcune capacità che possiedi** e ti chiedi se nel tuo lavoro ci siano parti importanti di te che non riescono a trovare abbastanza spazio;
- pensi spesso di **saper fare solo il lavoro che fai oggi**;
- vorresti cambiare qualcosa, ma **hai paura di fare danni**;
- hai famiglia, mutuo, spese, stipendio e responsabilità da considerare;
- ti stai avvicinando alla pensione e pensi **“ormai devo solo arrivarci”**, ma non sei tranquillo;
- senti che il lavoro sta cambiando per effetto dell'IA (intelligenza artificiale), del digitale, delle nuove competenze richieste o delle riorganizzazioni;
- temi di arrivare tardi davanti a un **cambiamento che non hai scelto**;
- non vuoi mollare tutto, ma **non vuoi nemmeno continuare altri anni nello stesso modo**.

Questo percorso non è pensato solo per chi vuole lasciare il lavoro.

È pensato anche per chi vuole capire:

- se restare e, in quel caso, **come restare**;
- se il problema riguarda soprattutto il lavoro che fa **oppure il posto e le condizioni** nelle quali lo svolge;
- che cosa può **cambiare nel lavoro attuale**;
- che cosa **non vuole più sopportare**;
- quali **altre strade può verificare** senza fare scelte impulsive.



Che cosa c'è davvero dietro queste frasi

“Sono stanco, non ne posso più.”
“Vorrei fare altro, ma non so fare altro.”
“In fondo va bene.”
“Ci penserò, anche se ormai è tardi.”

Queste frasi dicono qualcosa. Ma da sole non bastano.

“Sono stanco” può voler dire molte cose: fatica normale, troppo lavoro, un ambiente di lavoro pesante, burnout (esaurimento lavorativo), rabbia, noia, frustrazione o voglia di scappare.

“Non so fare altro” può voler dire che non riesci più a vedere tutto quello che sai fare oltre il ruolo che ricopri oggi.

“Non posso cambiare” può voler dire vincoli veri.

Oppure paure chiamate prudenza per anni.

Il percorso serve a distinguere meglio che cosa sta succedendo.

Capire quali parti del lavoro attuale non sono adatte e quali potrebbero ancora esserlo. Riconoscere capacità che hai costruito e possibili predisposizioni che forse stai utilizzando poco. Capire quali attività ti coinvolgono maggiormente e in quali condizioni riesci a lavorare meglio. Chiarire che cosa vorresti portare attraverso il tuo lavoro e che cosa non vuoi più sacrificare. Distinguere i vincoli reali dalle paure e riconoscere anche alcuni modi di reagire che potrebbero seguirti in un altro lavoro.

Non si tratta di trovare subito la risposta perfetta. Si tratta di raccogliere elementi abbastanza solidi per capire quale direzione merita davvero di essere approfondita.



Perché oggi questo tema pesa ancora di più

Il lavoro cambia anche se tu non hai deciso di cambiare.

Non solo per effetto dell'IA (intelligenza artificiale): cambiano strumenti, competenze, procedure, richieste, riorganizzazioni e modi di lavorare.

Questo può aggiungersi a un lavoro che già pesa, oppure può preoccupare anche chi oggi ha ancora un lavoro stabile.

Per qualcuno questo cambiamento è un'occasione.

Per altri è una preoccupazione.

Per molti è una domanda in più:

“E se il mio lavoro cambiasse?”
“E se certe competenze non bastassero più?”
“E se tra qualche anno mi trovassi spiazzato?”
“E se stessi aspettando troppo?”

Il punto non è spaventarsi.

Il punto è non **fare finta di niente**.

Puoi decidere di non occupartene subito, ma se aspetti troppo, rischi di dover rincorrere cambiamenti già avvenuti.



Che cosa questo percorso non è

Non è coaching motivazionale.

Non è consulenza di ricollocazione.

Non è un corso per “venderti meglio”.

Non è un invito a mollare tutto.

Non è un percorso in cui qualcun altro ti dà una risposta pronta.

Non serve a sentirsi dire: “Lascia il lavoro.”

Oppure: “Resta dove sei.”

Serve a guardare il lavoro che fai oggi e quali possibilità puoi verificare nella realtà, prima di decidere.



Da quale esperienza nasce questo percorso

Questo percorso nasce anche da molti anni di lavoro nella gestione di persone, responsabilità e cambiamenti organizzativi.

In quel contesto ho svolto numerose selezioni di personale, osservato capacità importanti restare poco utilizzate e visto persone serie continuare per anni in lavori diventati troppo pesanti, senza riuscire a capire che cosa cambiare e da dove cominciare.

Nasce anche da una scelta personale. Ho lasciato un lavoro sicuro e ben retribuito, con responsabilità, benefici aziendali e una pensione non lontana, dopo averne valutato con attenzione rischi, vincoli e possibilità concrete.

Per questo non propongo scorciatoie e non invito a mollare tutto. Il percorso aiuta a comprendere meglio ciò che sta accadendo, riconoscere che cosa potrebbe rendere il lavoro più adatto alla persona e arrivare gradualmente a una direzione da approfondire e verificare nella realtà prima di prendere decisioni importanti.



Come funziona, in breve

Il percorso si svolge online, in un gruppo ristretto di massimo 10 partecipanti.

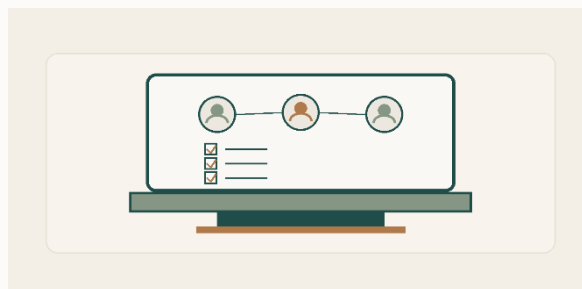
Prevede:

- un colloquio individuale iniziale;
- 7 Moduli di lavoro, con il Modulo 6 articolato in 6A e 6B;
- 8 incontri online [in linea] dedicati ai Moduli;
- colloqui individuali durante il percorso;
- lavoro personale mirato tra un incontro e l'altro;
- un nono incontro di gruppo dedicato alla Guida finale di Passaggio al Reale;
- un colloquio individuale conclusivo.

Gli incontri di gruppo permettono di affrontare il percorso un passaggio alla volta. Il lavoro personale serve a osservare e approfondire alcuni elementi nella propria situazione concreta. I colloqui individuali permettono invece di riprendere dubbi, difficoltà e aspetti personali senza doverli necessariamente condividere con il gruppo.

Non è necessario arrivare rapidamente a una conclusione. Ogni passaggio prepara quello successivo.

I dettagli su struttura, Moduli, calendario, materiali, lavoro personale e colloqui individuali sono spiegati nel documento *Come funziona il percorso*. Per i dubbi e le situazioni particolari puoi consultare anche le *Domande frequenti sul percorso*.





Che cosa puoi aspettarti realisticamente

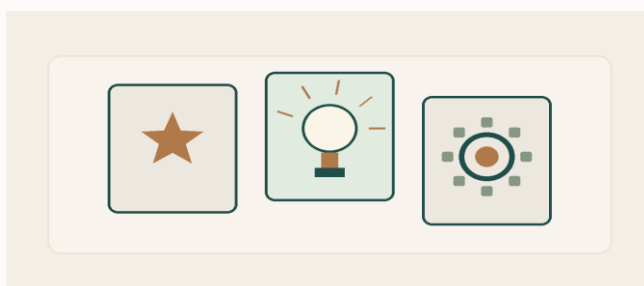
Il percorso aiuta a capire quali parti del lavoro che fai oggi non sono adatte e quali potrebbero ancora esserlo, quali attività ti coinvolgono maggiormente, quali predisposizioni e capacità vorresti utilizzare di più, quale contributo vorresti offrire e quali condizioni di lavoro sono importanti per te.

Aiuta anche a riconoscere paure e alcuni modi di reagire che potrebbero seguirti in un altro lavoro, così da non attribuire automaticamente ogni difficoltà alla situazione attuale.

L'obiettivo non è trovare il lavoro perfetto né arrivare necessariamente a una decisione definitiva. È individuare una direzione professionale più personale, appagante e fondata, capire perché merita di essere approfondita e sapere quali passi concreti puoi compiere per verificarla nella realtà.

Alla fine potresti decidere di restare, cambiare qualcosa nel lavoro attuale, preparare gradualmente un passaggio oppure approfondire una possibilità diversa.

Il punto è arrivare ad avere elementi più solidi per decidere che cosa vale la pena fare dopo.



Una parte importante del percorso riguarda anche le capacità che possiedi e le possibili predisposizioni che potrebbero trovare poco spazio nel lavoro che fai oggi.

Una capacità può essere stata costruita con gli anni, attraverso esperienza, studio e pratica. Un Talento indica invece una possibile predisposizione naturale che può rendere alcune attività particolarmente adatte al tuo modo di funzionare.

Il percorso non stabilisce dall'esterno quali siano i tuoi Talenti e non considera una singola esperienza come una prova.

Cerca piuttosto indizi nella tua storia: attività nelle quali riesci bene, situazioni nelle quali impari con particolare naturalezza, capacità che ritornano in contesti diversi, momenti nei quali sei realmente coinvolto e fatti concreti osservati anche da altre persone.

Dopo molti anni nello stesso lavoro può essere facile identificarsi soprattutto con il proprio ruolo:

“Sono un impiegato.”

“Sono un tecnico.”

“Sono un responsabile.”

Ma il nome del ruolo non racconta necessariamente tutto ciò che sai fare e tutto ciò che potresti utilizzare maggiormente.

Il percorso serve anche a rendere più visibili questi elementi, senza trasformarli troppo presto nella conclusione su quale lavoro dovresti fare.



La domanda centrale

La domanda centrale non è:

“Devo lasciare il lavoro?”

La domanda è:

“Che cosa devo capire adesso, prima di lasciare che siano il tempo, la stanchezza o gli eventi a decidere al posto mio?”

È una domanda più seria, perché evita i due errori più frequenti: fare finta che vada tutto bene, oppure pensare che l'unica alternativa sia stravolgere tutto.

In mezzo c'è un lavoro più utile da fare: capire che cosa tenere, che cosa non sopportare più, che cosa verificare prima di decidere.



Per approfondire

Sul sito www.carlo-rossi.it sono disponibili gratuitamente, senza registrazione, 2 documenti per conoscere meglio il percorso e 6 materiali per leggere con maggiore precisione alcune situazioni lavorative che possono pesare, bloccare o creare confusione.

Per conoscere meglio il percorso

Come funziona il percorso

Per capire come è strutturato, come si alternano incontri di gruppo, lavoro personale e colloqui individuali, che cosa contengono i sette moduli e come si arriva alla Guida finale di Passaggio al Reale.

Domande frequenti sul percorso

Per trovare risposte ai dubbi più comuni su obiettivi, partecipazione, riservatezza, impegno richiesto e risultati realistici del percorso.

Materiali per leggere meglio la propria situazione lavorativa

Capire se siamo nel lavoro giusto o se ce lo stiamo facendo andare bene

Per distinguere un lavoro ancora scelto da un lavoro diventato sopportazione, abitudine o rinvio.

Quando il lavoro non stanca soltanto: consuma

Per distinguere fatica normale, mancato recupero, svuotamento e segnali di burnout [esaurimento lavorativo].

Il ruolo è il nome, non tutto quello che sai fare

Per riconoscere capacità, competenze e valore che il nome del ruolo attuale può non raccontare più.

Tra 5 anni sarai ancora lì? Il prezzo nascosto del rimandare

Per separare prudenza, vincoli reali e paura e vedere quale prezzo può avere continuare a rimandare.

Cambiare non significa mollare tutto

Per capire quali passaggi concreti possono essere verificati tra restare fermi e fare un salto nel vuoto.

Il tuo lavoro può cambiare anche se tu non vuoi

Per capire come intelligenza artificiale, strumenti digitali, riorganizzazioni e nuove competenze possono cambiare un lavoro prima di trovarsi a rincorrere un cambiamento già avvenuto.

Questi materiali non sostituiscono il percorso.

Servono a riconoscere con maggiore precisione ciò che sta accadendo, distinguere problemi diversi e capire quali aspetti meritano di essere affrontati all'interno di un percorso guidato.



Prima che sia il tempo a decidere

Rimandare ancora non significa evitare una decisione.

Il tempo, di solito, non decide quando sei lucido. Decide quando sei più stanco, più arrabbiato o più sfiduciato. Oppure quando il lavoro è già cambiato.

Questo percorso nasce per **guardare la situazione prima e capirla meglio**. Per iniziare a distinguere ciò che **devi tenere**, ciò che **devi smettere di sopportare** e ciò che **puoi cominciare a verificare**.



Informazioni e contatti

Puoi contattarmi direttamente per chiedere informazioni, chiarire eventuali dubbi o capire meglio se il percorso può riguardare la tua situazione. Il contatto non comporta alcun impegno.

Prima dell'avvio è previsto un colloquio individuale, utile anche a verificare se il percorso è adatto alla tua situazione e a spiegarti come si svolge.

WhatsApp: 375 6440238

Email: metodocarlorossi@gmail.com

Geom. Carlo Rossi