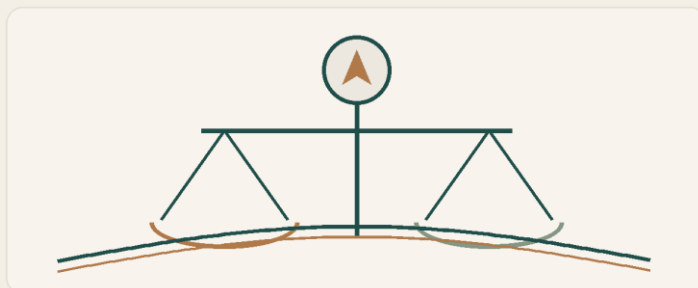


DOMANDE FREQUENTI SUL PERCORSO



Questo documento raccoglie i dubbi più frequenti sul percorso.

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.



1. Cambiare lavoro o restare dove sono

1. Il percorso mi spinge a lasciare il lavoro anche se voglio restare?

No.

Il percorso non nasce per spingerti a lasciare il lavoro.

Può aiutarti a capire se stai restando per scelta, per vincoli reali o perché da tempo non stai più considerando altre possibilità.

Restare può essere una scelta seria. Ma va capita.

Il percorso parte dalla situazione reale e non ti chiede di buttare via tutto.

2. È adatto se non so ancora che cosa voglio fare?

Sì.

Non devi arrivare con una risposta pronta.

Molte persone partono da frasi come:

“Non so che cosa voglio.”

“Non so fare altro.”

“So solo che così non posso andare avanti.”

Il percorso serve a chiarire la situazione attuale prima di cercare una direzione.

3. Alla fine dovrò prendere una decisione definitiva?

No.

Il percorso può portare prima a:

- una situazione più chiara;
- una direzione più fondata;
- una prima verifica concreta o la preparazione necessaria per renderla possibile.



2. Restare, cambiare o prepararsi

4. E se alla fine capisco che è meglio restare dove sono?

Va bene.

Non bisogna cambiare per forza.

Serve capire perché resti.

Restare per scelta è diverso dal restare perché hai paura, rimandi o continui a dirti “ormai”.

5. E se capisco che il lavoro potrebbe essere adatto a me, ma non il posto in cui lo svolgo?

Può succedere.

Una delle distinzioni importanti del percorso è proprio quella tra **il lavoro che fai e il posto nel quale lo fai**.

Puoi scoprire che alcune attività ti interessano ancora e utilizzano bene le tue capacità, ma che a pesare sono soprattutto l'organizzazione, il responsabile, i rapporti con le persone, i ritmi, il livello di autonomia o altre condizioni concrete.

Oppure può emergere il contrario: anche immaginando un ambiente migliore, sono proprio le attività del lavoro a non sembrarti più adatte.

Capire questa differenza è importante perché porta a possibilità molto diverse: cambiare alcune condizioni, cercare lo stesso lavoro in un contesto differente oppure approfondire una direzione professionale diversa.

6. E se una nuova possibilità mi interessa, ma non posso muovermi subito?

Non significa che debba essere scartata.

Non tutte le possibilità possono essere affrontate subito.

Alcune vanno approfondite, altre preparate e altre possono essere provate in piccolo.

Il percorso serve anche a evitare scelte impulsive.

7. E se ho famiglia, mutuo, stipendio e responsabilità?

Queste cose contano.

Non sono dettagli.

Il percorso non ti chiede di ignorare soldi, famiglia, mutuo, stipendio, età o pensione.

Serve anche a distinguere i vincoli reali da quelli che, col tempo, possono essere diventati una scusa per non affrontare più la questione.

8. E se sono vicino alla pensione?

Può avere senso lo stesso.

Non per stravolgere tutto.

Ma per non arrivare agli ultimi anni di lavoro solo trascinandoti.

“Ormai” non sempre è una risposta.



3. Quando il lavoro pesa troppo

9. E se sono stanco o sento che il lavoro mi pesa, ma non so spiegare perché?

È frequente.

“Essere stanco” può indicare situazioni molto diverse.

Può trattarsi di:

- fatica normale;
- un periodo pesante;
- troppo lavoro;
- problemi nell’ambiente di lavoro;
- frustrazione;
- svuotamento;
- burnout (esaurimento lavorativo).

Molte persone partono da frasi come:

“Sono stanco.”

“Non ne posso più.”

“Vorrei altro, ma non so che cosa.”

Il percorso aiuta a distinguere queste situazioni e a capire da dove arriva il peso.

10. Il percorso affronta il burnout (esaurimento lavorativo)?

Lo considera come segnale da non ignorare.

Ma non è un percorso clinico.

Non fa diagnosi e non sostituisce medico, psicologo o psicoterapeuta.

Se la sofferenza è forte, serve un supporto adeguato.

11. E se il problema è il clima al lavoro?

Può essere un punto centrale.

A volte il peso nasce dal rapporto con il capo o con i colleghi, dall'ambiente, dalle pressioni, dai conflitti, da richieste poco chiare o dalla mancanza di rispetto.

Il percorso aiuta a capire se il problema riguarda il lavoro in sé o le condizioni in cui lo svolgi.



4. Paure, vincoli e rischio di sbagliare

12. E se ho paura di fare danni?

La paura va presa sul serio, soprattutto quando ci sono responsabilità e vincoli reali.

Il percorso non cerca di convincerti che non devi avere paura e non ti chiede di fare un salto nel vuoto.

Aiuta invece a distinguere:

- che cosa può realmente accadere;
- quali vincoli devono essere rispettati;
- quali precauzioni sono necessarie;
- quando invece la paura sta facendo apparire impossibile qualcosa che non è stato ancora verificato.

Non è necessario aspettare che la paura scompaia. È possibile procedere attraverso verifiche circoscritte, raccogliendo informazioni e decidendo un passo alla volta.

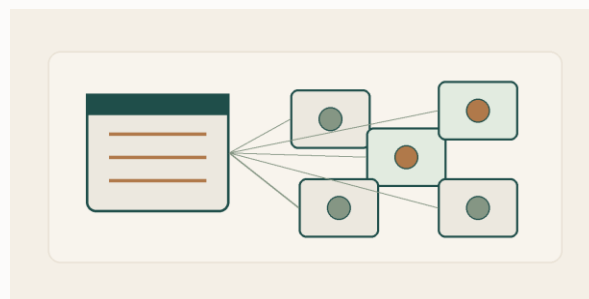
13. E se penso di saper fare solo il lavoro che faccio oggi?

È uno dei punti centrali.

Può succedere di confondere il ruolo con tutto ciò che sai fare.

Il ruolo è il nome.

Non è tutto quello che hai imparato, costruito, risolto o sviluppato negli anni.



14. E se penso che ormai sia tardi?

A volte esistono limiti reali.

Ma “ormai è tardi” può anche diventare una frase ripetuta per anni senza essere mai verificata.

Il percorso non dice che tutto è possibile.

Aiuta a capire che cosa può ancora essere chiarito, preparato o verificato concretamente.

15. E se non ho tempo?

Il percorso richiede un impegno anche tra un incontro e l'altro, ma il lavoro personale è costruito per rimanere normalmente circoscritto e sostenibile.

Le attività vengono indicate di volta in volta e possono riguardare, per esempio, alcune risposte da completare, osservazioni sul lavoro quotidiano, brevi letture o verifiche concrete.

Non viene richiesto di rileggere continuamente tutto ciò che è stato fatto.

Se in un determinato periodo hai poco tempo o incontri una difficoltà concreta, il punto può essere ripreso con Carlo per capire come proseguire senza perdere i passaggi necessari del percorso.

16. E se mi blocco durante il percorso?

Può succedere.

Il blocco può riguardare una paura, una difficoltà nel capire che cosa pensi davvero, due possibilità che sembrano entrambe importanti oppure un passaggio personale che non vuoi affrontare nel gruppo.

In questi casi non devi forzarti a trovare subito una risposta.

Il punto può essere approfondito individualmente con Carlo, per capire meglio che cosa ti sta bloccando o confondendo e permetterti di proseguire nel percorso.

Il colloquio non serve però a ricevere da Carlo la decisione su quale lavoro scegliere.



5. Talenti, capacità e direzione più adatta

17. Che cosa intendete per Talento?

Nel percorso distinguiamo un Talento da una capacità acquisita.

Una capacità può essere stata costruita attraverso studio, esperienza, esercizio e anni di lavoro.

Con **Talento** intendiamo invece una possibile predisposizione naturale che può rendere alcune attività particolarmente adatte al tuo modo di funzionare.

Non basta riuscire bene in qualcosa per concludere che si tratti di un Talento.

Nel percorso si cercano indizi nella storia della persona: attività nelle quali riesce bene, facilità di apprendimento, capacità che ritornano in situazioni differenti, coinvolgimento e fatti concreti osservati anche da altre persone.

Nessun singolo indizio viene considerato una prova e Carlo non stabilisce dall'esterno quali siano i tuoi Talenti.

18. E se non so quali sono i miei talenti?

È normale.

Non devi arrivare al percorso sapendo già quali siano.

Dopo molti anni nello stesso lavoro può essere facile vedere soprattutto il ruolo che ricopri e le capacità che utilizzi abitualmente.

Il percorso cerca invece indizi in episodi concreti della tua storia, nelle attività nelle quali riesci bene, in ciò che impari con particolare naturalezza, nelle capacità che ritornano in contesti differenti e nei riscontri ricevuti nel tempo.

Lo scopo non è assegnarti un'etichetta, ma capire se esistono predisposizioni che meriterebbero maggiore spazio nel tuo lavoro.

19. Il percorso serve a trovare il lavoro dei sogni o una direzione più adatta?

No.

Non promette il lavoro perfetto e non parte dall'idea che basti seguire una passione.

Serve ad arrivare a una direzione professionale più personale e fondata, mettendo insieme ciò che è emerso durante il percorso: attività che ti coinvolgono, capacità e possibili predisposizioni che vorresti utilizzare maggiormente, contributo che vorresti offrire, condizioni di lavoro importanti, ciò che non vuoi più sacrificare e vincoli reali da rispettare.

Una direzione interessante non viene considerata automaticamente quella giusta.

Deve essere approfondita e progressivamente confrontata con la realtà.

20. Che cosa sono il Flow (flusso) e il Perché profondo?

Il **Flow** può comparire quando sei fortemente coinvolto in un'attività, concentrato e assorbito da ciò che stai facendo. Può essere un indizio utile per capire quali attività ti coinvolgono realmente, ma **non dimostra da solo che un lavoro sia adatto a te.**

Il **Perché profondo** riguarda invece il motivo personale per cui una determinata attività, un problema da affrontare o un risultato da rendere possibile hanno valore per te.

Non deve diventare uno slogan, una missione o una frase importante da inventare.

Entrambi servono a comprendere meglio ciò che emerge nel percorso e acquistano significato insieme agli altri elementi, non separatamente.



6. Che cosa questo percorso non è

21. È psicoterapia?

No.

Non lavora su diagnosi, cura clinica o trattamento psicologico.

Quando serve un supporto medico o psicologico, è importante rivolgersi a professionisti competenti.

22. È coaching motivazionale?

No.

Il percorso non serve a motivarti a cambiare lavoro, a convincerti che puoi fare qualsiasi cosa o a spingerti verso una decisione.

Serve a comprendere meglio la tua situazione lavorativa, riconoscere ciò che potrebbe essere più adatto a te, aprire e confrontare possibilità e portare progressivamente ciò che emerge verso verifiche concrete nella realtà.

Carlo accompagna questo lavoro senza decidere al posto tuo quale direzione scegliere.

23. È un percorso di ricollocazione o serve a trovare direttamente un nuovo lavoro?

No.

Non cerca offerte di lavoro, non propone aziende e non accompagna direttamente in un processo di assunzione.

Può aiutarti a chiarire una direzione professionale, ma non garantisce colloqui, assunzioni o opportunità esterne.

24. È un corso per rifare il curriculum?

No.

Può diventare utile in un secondo momento.

Prima serve capire che cosa stai cercando davvero.

25. È formazione tecnica sull'IA (intelligenza artificiale)?

No.

L'IA viene considerata perché sta cambiando molti lavori.

Ma il percorso non insegna strumenti tecnici di IA.

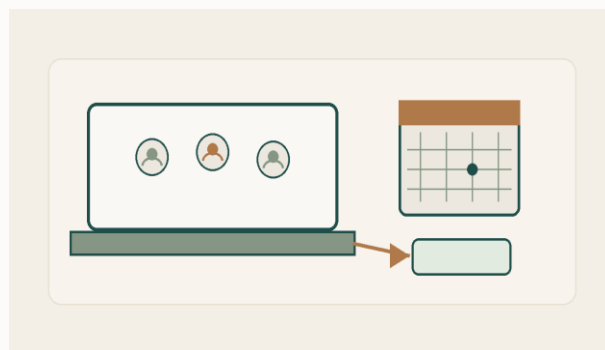
26. Mi dite voi che cosa devo fare?

No.

Nessuno decide al posto tuo.

Il percorso ti aiuta a chiarire la situazione, riconoscere una direzione più fondata e capire che cosa può essere verificato o preparato.

La decisione resta tua.



7. Gruppo e partecipazione

27. Devo parlare davanti al gruppo o condividere cose personali?

Il gruppo lavora in modo guidato, ma non sei obbligato a parlare molto o a raccontare tutto.

Scegli tu che cosa condividere.

Il percorso tocca temi personali, perché riguarda lavoro, soldi, paure, responsabilità, capacità, stanchezza e scelte.

Alcuni passaggi possono essere condivisi con il gruppo. Altri possono restare nel lavoro personale o essere ripresi nei colloqui individuali previsti.

28. Perché il gruppo è ristretto?

Perché un gruppo troppo grande diventerebbe una lezione generica.

Il gruppo è di massimo 10 partecipanti, così è possibile lavorare con maggiore attenzione e ordine.

Il gruppo permette anche di vedere che alcune frasi non riguardano soltanto te:

“Non posso.”

“Ormai.”

“So fare solo questo.”

“Ci penserò.”

29. E se mi vergogno o faccio fatica a parlare?

Non è un problema.

Puoi partecipare anche se fai fatica a parlare davanti agli altri.

Il percorso non richiede di intervenire molto per forza.

Puoi lavorare sui materiali e, se necessario, riprendere alcuni passaggi nei colloqui individuali previsti.



8. Incontri, assenze e recuperi

30. Quanti incontri sono previsti?

Il percorso comprende **7 Moduli di lavoro**, con il Modulo 6 articolato in **6A e 6B**.

I Moduli occupano quindi **8 incontri di gruppo**.

Dopo il Modulo 7 è previsto un **nono incontro di gruppo dedicato alla Guida finale di Passaggio al Reale**.

Sono inoltre previsti un colloquio individuale iniziale, colloqui individuali durante il percorso e un colloquio individuale conclusivo.

31. Quanto durano gli incontri?

Gli incontri durano indicativamente due ore e si svolgono in orario serale, dalle 20:00 alle 22:00.

32. Ogni quanto si tengono?

La cadenza prevista è di circa un incontro ogni tre settimane.

Questo lascia tempo per leggere, scrivere e proseguire il lavoro personale tra un incontro e l'altro.

33. Che cosa succede se devo saltare occasionalmente un incontro?

Se si tratta di un'assenza occasionale, verrà concordata con Carlo la modalità più adatta per recuperare il passaggio e proseguire il percorso.



9. Lavoro a casa, materiali e colloqui individuali

34. Quanto lavoro devo fare tra un incontro e l'altro?

Tra un incontro e l'altro è previsto un lavoro personale mirato.

A seconda del Modulo può servire a completare alcune risposte, osservare ciò che accade nel lavoro quotidiano, raccogliere episodi o informazioni concrete, riprendere alcune risposte importanti, leggere i materiali indicati oppure svolgere una breve verifica nella realtà.

Non viene richiesto di rileggere ogni volta tutto il Modulo o tutte le risposte.

Le attività vengono indicate progressivamente e servono a raccogliere gli elementi necessari per affrontare il passaggio successivo.

35. Quando ricevo i materiali?

I materiali vengono consegnati progressivamente, man mano che servono durante il percorso.

Non devono essere letti in anticipo: è importante utilizzarli nel momento indicato e seguire puntualmente la progressione del lavoro.

36. A che cosa servono i colloqui individuali?

I colloqui individuali permettono di riprendere e approfondire ciò che emerge durante il percorso.

Possono servire a:

- chiarire una risposta o un passaggio importante;
- distinguere meglio fatti, interpretazioni e conclusioni;
- approfondire dubbi, paure, difficoltà o possibili blocchi;
- collegare ciò che è emerso alla situazione personale e lavorativa concreta;
- affrontare aspetti che preferisci non condividere nel gruppo;
- capire che cosa merita ancora di essere osservato o approfondito.

Non servono a ricevere da Carlo la risposta su quale lavoro scegliere.



10. Guida finale di Passaggio al Reale

37. Che cos'è la Guida finale di Passaggio al Reale?

È lo strumento utilizzato nella fase conclusiva per passare dalla direzione individuata a ciò che può essere concretamente approfondito, verificato o preparato nella realtà.

Aiuta a capire, per esempio, dove quella direzione esiste realmente, quali forme può assumere, quali informazioni mancano, quali competenze o requisiti possono essere necessari, quali condizioni di lavoro devono essere considerate e quale primo passo ha senso compiere.

Non presuppone che alla fine del corso tutto sia già deciso.

Serve a conoscere abbastanza bene il prossimo passo che vale la pena compiere nella realtà.

38. E se prima devo formarmi?

Può emergere che una direzione interessante richieda competenze, titoli, certificazioni o altra preparazione prima di poter essere verificata più direttamente.

Questo non significa né che la direzione sia sbagliata né che tu debba iniziare subito un percorso lungo o costoso.

La Guida finale aiuta prima a capire:

- che cosa è realmente necessario;
- quali requisiti sono obbligatori e quali soltanto utili;
- tempi e costi;
- che cosa possiedi già;
- che cosa puoi verificare prima di investire molto.

Anche la formazione deve diventare un passo fondato, non un modo per prepararsi indefinitamente senza verificare la direzione.



Iscrizione e informazioni

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