

di ANTONIO DI GIURA

Ci metto la mano sul fuoco

Avere fiducia nelle proprie scelte, decisioni e valutazioni rappresenta un elemento essenziale per un approccio efficace e produttivo, ma credere troppo in noi stessi ci immobilizza, impedendoci di migliorare.

L'atteggiamento spocchioso e irriverente di certe persone mi riporta alla mente il personaggio di Onofrio del Grillo, reso magistralmente nel film diretto dall'indimenticabile Mario Monicelli e interpretato dal leggendario Alberto Sordi. Il comportamento grottesco di alcuni individui sembra ricalcare la celebre battuta: "Io so io"... ci siamo capiti.

Se un capolavoro del cinema italiano è riuscito a coniugare satira e profondità, andando oltre la dimensione comica, vorrei invitarvi a **riflettere sulle cause** che, talvolta, ci portano a essere **eccessivamente sicuri del nostro giudizio**, finendo per apparire - o essere - saccenti, presuntuosi, vanitosi. Pensiamoci: quante volte, nel formulare un'opinione, ci siamo detti *"Di questo sono sicuro al 100%", "Ci posso giurare", "Metterei la mano sul fuoco!"*? Ma cosa ci induce ad avere così tanta **fiducia** nelle nostre valutazioni, fino a credere ciecamente in noi stessi? In primo luogo, questa riflessione non vuole soffermarsi sulla strafottenza, sulla cattiva educazione o sulla protervia, atteggiamenti spesso legati alla stupidità umana. Piuttosto, il focus è su quelle dinamiche psicologiche - vere e proprie **trappole mentali** - che ci portano a essere troppo sicuri di noi.

L'orgoglio è spesso la radice del **problema**, e non di rado ci regala una pessima reputazione. Chiarisco subito che un certo grado di sicurezza in sé stessi è fondamentale per l'autostima, ma il vero rischio sta nella sottile linea di confine che separa la **fiducia dall'arroganza**. Il pericolo si manifesta quando crediamo di poter calpestare, insultare o mortificare gli altri, senza accorgerci che questa presunzione ci immobilizza. Se non mettiamo mai in discussione le nostre scelte, se non accettiamo che avrebbero potuto essere migliorate, non avanza di un solo centimetro.

E senza rendercene conto, finiremo **arenati** come balene su una spiaggia. Se è vero che l'orgoglio è come l'alito cattivo - lo notano tutti tranne chi ne soffre - come possiamo uscirne? Il primo passo è riflettere sul **linguaggio**. Vi suonano familiari frasi come: *"Io la penso così e basta!", "Ho fatto tutto alla perfezione!", "Non chiamo io, che chiami lui/lei!", "Se non ci sono io, questo progetto fallisce"*?

Se queste espressioni fanno parte del vostro **vocabolario quotidiano**, probabilmente siete vittime dell'eccessiva fiducia in voi stessi, o, per dirla in modo più schietto, dell'orgoglio. Perché la nostra mente è spesso così rigida? Gli psicologi ci spiegano che **tendiamo a prestare attenzione** solo alle informazioni che **confermano le nostre convinzioni e, al contempo, ignoriamo quelle che le smentiscono**.

Più siamo certi di un'opinione, più tralasciamo i dati che la contraddicono. Questo atteggiamento ci impedisce di evolvere e, spesso, ci rende goffi. Allora, **qual è la soluzione?** Sforziamoci di dare sempre il meglio in tutto ciò che facciamo, ma **senza restare ancorati all'idea che il nostro punto di vista sia infallibile**. Dobbiamo mantenere la mente aperta, consapevoli che ogni cosa può essere **migliorata**. Cercare attivamente informazioni che mettano in discussione le nostre convinzioni può essere **scomodo**, ma è essenziale se vogliamo davvero comprendere meglio il mondo che ci circonda. E può persino aiutarci a evitare di renderci ridicoli, come quel tale che, durante una visita medica, si sentì dire dal dottore: *"La causa di tutti i suoi problemi di salute è il fumo e l'alcol"*. La sua risposta? *"Dottore, lei è il miglior medico che io abbia mai incontrato! Finalmente qualcuno che ha capito che non è colpa mia!"*.