



Guida all'interpretazione del Brain Talent

**Un feedback per riflettere sui tuoi talenti e su come il tuo
cervello è in grado di allenarli**

by Joshua Freedman ed il Team SEI

Le tre domande chiave

1

Che cos'è una Brain App?

Il tuo cervello ha specifiche capacità. Per spiegarle utilizzeremo la metafora dello smartphone e delle applicazioni. Che cos'è quindi una Brain App? E' uno strumento per il tuo cervello! Così come lo è l'App per il tuo smartphone. Vedremo quali sono le App/competenze chiave del tuo cervello e se stai utilizzando il tuo potenziale.

Approfondisci le app alle pagine 3-4.

2

Come posso utilizzare queste informazioni?

Il tuo Brain Talent Profile (BTP) mostra le tue 6 "Brain App" migliori. Usa questi 6 punti di forza in maniera efficace ed effettiva per aumentare le tue performance. Potrai anche scegliere di focalizzarti anche su altre App. *Approfondisci alle pagine 5-10 per maggiori dettagli e suggerimenti.*

3

E se volessi fare un passo in più?

La consapevolezza non è abbastanza. Per attivare un cambiamento, abbiamo bisogno di agire!

Approfondisci alle pagine 12-13 per ulteriori suggerimenti.

Hai ricevuto il tuo profilo Brain Talent? Utilizza questa guida per analizzare meglio che cosa significa e come puoi far leva sui tuoi talenti!

“Brain App”: è un tuo talento!

Lo stai usando?

Il “Brain Talent Profile” è un approfondimento del “Brain Brief Profile.”

Il Brain Style è dato da...

Percezione:

Razionale <--> Emozionale

Valutazione:

Riflessivo <--> Innovativo

Azione:

Pratico <--> Idealista

Per maggiori info

<http://6sec.org/bbigit>



Background

Per ottenere questo modello a 18 App, siamo partiti da un database costituito da più di 60 mila assessment sull'Intelligenza Emotiva, dati raccolti in tutti il mondo. A questo abbiamo aggiunto analisi basate sul feedback ricevuto da circa 500 leader e dai loro 5000 valutatori e ci siamo basati anche su altri contributi importanti provenienti da un panel di 20 esperti di Change Management operanti in diversi settori (*vedi pagina 11 per approfondimenti*). Tutto questo per ottenere il seguente risultato:

Le 18 competenze chiave per creare il futuro.

Le 18 “Brain Apps” descrivono capacità atte a generare un cambiamento positivo. Partendo da ricerche scientifiche, questo modello mostra ciò che è realmente importante per gestire la complessità in un mondo in cambiamento - a scuola, al lavoro, nella vita.

“Brain App” non significa necessariamente comportamento agito. Esse descrivono delle capacità, delle abilità che puoi usare o dei talenti che hai ma che non hai mai allenato!

Con quali Brain App vuoi “giocare” oggi ?



Brain Apps

“App” è una metafora che descrive una capacità. Al tuo cervello che cosa piace fare? Quali attività sono semplici e fluide per il tuo cervello?

Le 18 App

Le competenze sono organizzate in tre macroaree che generano sei sottogruppi

Percezione:

Logica, Dati



Data Mining

App	Definizione
Data Mining	Filtrare per avere le informazioni chiave.
Modeling	Collegare in maniera logica info differenti.
Prioritizing	Prioritizzare le informazioni raccolte.

Persone, Emozioni



Connection

App	Definizione
Connection	Sentire e connettersi con le emozioni altrui.
Emotional Insight	Essere emotivamente consapevoli e intuitivi.
Collaboration	Saper creare un buon clima tra persone.

Valutazione:

Ridurre il Rischio



Critical Thinking

App	Definizione
Reflection	Fermarsi e valutare pro e contro.
Adaptability	Essere flessibili, adattandosi.
Critical Thinking	Valutare in maniera critica le situazioni.

Valorizzare le Opportunità



Resilience

App	Definizione
Resilience	Rimettersi in gioco valutando le alternative.
Risk Tolerance	Gestire l'incertezza e la complessità.
Imagination	Saper immaginare ciò che non è conosciuto.

Azione:

Presente, Praticità



Problem Solving

App	Definizione
Proactivity	Agire in base ad una motivazione interna.
Commitment	Mantenere il focus su ciò che è importante.
Problem Solving	Trovare pronte soluzioni ai bisogni.

Futuro, Idealismo



Vision

App	Definizione
Vision	Avere un orientamento strategico.
Design	Tracciare il percorso che porta all'obiettivo.
Entrepreneurship	Costruire con motivazione il futuro.

Alla scoperta delle App

Percezione: Cervello Razionale

Le seguenti tre capacità consentono alle persone di elaborare dati cognitivi in maniera puntuale. La specifica App consente di...

- **Data Mining:** ...notare gli indizi, vedere i sentieri logici all'interno di un contesto. Cogliere l'essenziale.
- **Modeling:** ...vedere i possibili percorsi, estrapolare possibilità e creare modelli mentali dai dati a disposizione.
- **Prioritizing:** ...decidere cosa è importante, valutare le opzioni rispetto agli ostacoli presenti.



Data Mining



Modeling



Prioritizing

Sviluppo

Suggerimenti per sviluppare maggiori capacità in quest'area:

- **Sintonizzati.** Rallenta e nota i dettagli – cosa rientra e cosa non rientra nella situazione?
- **Domanda.** Condividi le tue conclusioni con le altre persone: Che cosa vuol dire questo? Che cosa è successo? Perché?
- **Frammenta.** Considera ciascuna situazione come se fosse un puzzle. Quale pezzo va messo e dove? Come la parte A si relaziona con la parte B. Fai pratica sforzandoti di trovare le connessioni tra i vari elementi.
- **Nutriti.** Stai dando al tuo cervello abbastanza dati razionali/cognitivi? Come puoi testare le tue conclusioni ed identificare più prospettive?
- **Aggiungi l'informazione emozionale.** Tendi ad ignorare le informazioni legate alle emozioni? Se sì, lo fai perchè è più confortevole/efficiente utilizzare la parte razionale? Centrati su te stesso e sintonizzati nella logica dei sentimenti tuoi ed altrui.
- **RSE:** La competenza dell'Intelligenza Emotiva "Riconoscere i Sentieri Emozionali" aiuta le persone a sviluppare quest' area.

Percezione: Cervello Emozionale

Le tre capacità sotto consentono l'utilizzo di dati di natura emozionale in maniera efficace. La specifica App consente di...

- **Connection:** ...costruire un rapporto, rispecchiare le emozioni altrui e sintonizzarsi come un "wifi umano".
- **Emotional Insight:** ...focalizzarsi sulla comprensione degli altri. Sentire le loro emozioni e fare tesoro di queste info.
- **Collaboration:** ...costruire relazioni efficaci, bilanciare bisogni differenti e far emergere le emozioni più efficaci perchè le persone siano in armonia.



Connection



Emotional Insight



Collaboration

Sviluppo:

Suggerimenti per rafforzare queste competenze:

- **Ascolta e parla col cuore.** Le persone mandano sempre dei segnali che vengono dal loro linguaggio del corpo e tono di voce. Che cose c'è dietro ed al di là delle loro parole?
- **Sentiti saggio.** Sperimenta tenendo a mente il concetto base che le emozioni sono una fonte di informazioni molto importanti.
- **Rifletti.** Noti qualcosa?... allora, chiedi con genuinità : "ti senti...in questo modo?", "Ho notato questo, cosa vuol dire?"
- **Prove.** Ogni tanto la società pare spingere per declassare i dati emozionali. E tu? Stai dando al tuo cervello abbastanza dati emozionali e valutando queste "scoperte interiori"?
- **1 cervello.** Ricordati che la parte razionale è altrettanto di valore. Applica questo assunto a te stesso e diventa più attento nel portare attenzione ai dati cognitivi.
- **FCE.** La competenza dell'Intelligenza Emotiva "Far Crescere l'Empatia" aiuta le persone a sviluppare quest'area.

Valutazione: Cervello Riflessivo

Le seguenti tre capacità aiutano a comprendere il rischio, valutarlo e proteggerti. La specifica App consente di...

- **Reflection:** ...aumentare la chiarezza del pensiero, prendersi una pausa, fare un passo indietro e decidere.
- **Adaptability:** ...cambiare prospettiva, valutare e riposizionarsi per dirigersi verso nuovi scenari.
- **Critical Thinking:** ...valutare in maniera critica le situazioni interpretando ciò che capita attraverso il proprio orientamento valoriale e strategico.



Reflection



Adaptability



Critical Thinking

Sviluppo:

Suggerimenti per sviluppare queste “App”:

- **Equazioni bilanciate.** Soppesa i pro e contro di una decisione, sforzandoti però di valutare entrambi i fattori: emozionale e razionale.
- **La “pausa Six Seconds”.** Prima di rispondere (con parole o azioni), prova a prenderti un momento di riflessione (bastano 6 secondi) e domandati: “è questa la miglior opzione possibile?”
- **Tre alla volta.** Quando devi prendere una decisione, identifica almeno tre opzioni. Se nessuna ti sembra l’ideale, identificane altre 3. Poi seleziona la migliore, o la meno peggio.
- **Spazio per il tuo cervello.** Dai al tuo cervello abbastanza opportunità per fermarsi e valutare la situazione?
- **Salti in avanti.** Quando spendi tempo a dare un tuo giudizio sulle situazioni piuttosto che concentrare le tue energie per prendere decisioni e quindi passare all’azione, lo fai perchè ti trovi più a tuo agio? Forse, sì...applica quindi il tuo pensiero strategico e valuta se ci siano volte in cui trarresti beneficio dall’essere più spontaneo
- **UPS.** La competenza dell’Intelligenza Emotiva “Utilizzare il Pensiero Sequenziale” supporta l’uso effettivo di questa App.

Valutazione: Cervello Innovativo

Queste tre competenze aiutano a trasformare la difficoltà in opportunità, gestendo l'incertezza in un mondo sempre in cambiamento. La specifica App consente di...

- **Resilience:** ...affrontare gli ostacoli ed identificare opportunità, assumendosi la responsabilità di generare nuove soluzioni.
- **Risk Tolerance:** ...gestire situazioni complesse e focalizzarsi sul futuro. Ricaricarsi di energia grazie alla forza delle emozioni.
- **Imagination:** ...conoscere la situazione attuale e fronteggiare ciò che è sconosciuto attraverso la generazione di nuovi scenari.



Resilience



Risk Tolerance



Imagination

Sviluppo:

Per diventare più agile, energico, e flessibile, prova questi esercizi:

- **Elasticità.** In ogni situazione ci sono vantaggi e svantaggi. Identificane sei per ciascun tipo, rimbalzando elasticamente da uno all'altro.
- **Focus interno.** Allenati a chiedere a te stesso: "che cosa farebbe una persona calma ed equilibrata adesso?"
- **Sfere.** In ogni situazione, come nella vita in generale, ci sono alcuni elementi che ricadono sotto una "sfera di interesse" (quello a cui tieni). Tra questi elementi alcuni possono essere messi all'interno di una "sfera di influenza" (ciò che puoi cambiare/migliorare). Cerca di individuare questi elementi e allocarli nelle sfere. Quindi agisci su ciò che puoi cambiare lasciando perdere il resto.
- **Flessibilità.** Lasci al tuo cervello un'area per spaziare, essere flessibile, giocare, esplorare?
- **Termometro di rischio.** Ogni tanto vai troppo veloce e sottostimi i rischi? Questo può essere eccitante! In alcune situazioni però senti che ti aiuterebbe valutare più criticamente le opportunità percepite?
- **EO.** Per far "esplodere" al massimo quest'area fai leva sulla competenza emotiva chiamata "Esercitare l'Ottimismo".

Azione: Cervello Pratico

Tre capacità che aiutano a passare all'azione e "avere benzina" per raggiungere i propri risultati. La specifica App consente di...

- **Proattività:** ...fronteggiare le sfide prima che si palesino non aspettando che lo facciano altri. Avere un driver interno.
- **Commitment:** ...mantenere l'attenzione su ciò che conta facendo affidamento sulla propria saggezza interna. Collegare questa focalizzazione con la propria visione di lungo periodo.
- **Problem Solving:** ...rispondere velocemente a bisogni nel qui ed ora per raggiungere i risultati.



Proactivity



Commitment



Problem Solving

Sviluppo:

Suggerimenti per essere più energetico e capace di ispirare azione:

- **Accendi la scintilla.** In ciascuna situazione quali sono i sei elementi che attivano e ispirano gli altri? Cercali!
- **Incrispature.** Quali benefici possono derivare da quella situazione o attività? Come puoi farli crescere ed enfatizzarli ulteriormente?
- **Chiama un amico.** Se tu sapessi che ci fossero altre persone accanto a te pronte ad aiutarti, che cosa faresti? Pensi non ce ne siano? Prova.
- **Sii incisivo.** Non aspettare la soluzione "elegante", dai al tuo cervello il permesso di accendere la tua energia e creare nuove modalità di interazione....solo in seguito rifinisci.
- **Tira il freno a mano... almeno una volta.** Ti trovi a volte a spingere per l'azione perchè ritieni sia meglio che discutere il da farsi? Stai bilanciando i tuoi obiettivi di breve termine con le opportunità di lungo termine?
- **TMI.** Per diventare maggiormente performante in quest' area, focalizzati in particolare su una competenza dell'Intelligenza Emotiva chiamata "Trovare la Motivazione Intrinseca".

Azione: Cervello Idealista

Le seguenti tre capacità aiutano a vedere il futuro e crearlo.

La specifica App consente di...

- **Visione:** ...sapere cosa è importante, rimanere a stretto contatto con i propri valori. Seguire la propria “stella polare”.
- **Design:** ...rendere chiaro il percorso da seguire considerando la condizione attuale e l’orientamento strategico.
- **Imprenditorialità:** ...vedere il futuro e trovare l’energia per muovere i passi verso la visione perchè si realizzi.



Vision



Design

Sviluppo:

Per vedere con più efficacia e dar forma al futuro prova così:

- **Messaggio.** Se avessi la possibilità di mandare a 10 milioni di persone un unico potente messaggio da te, quale sarebbe?
- **Piano ABC.** Considerando dati sia analitici che emozionali, calcola dove sei tu (punto A), dove desideri andare (punto B), e quali sono le condizioni/contesti in cui stai operando (C)? Qual è il sentiero più efficace da seguire davanti a te?
- **Parametri di valutazione.** Pratica il confronto su “quali sono i criteri per il successo?” Ricorda: quando stai prendendo una decisione con altre persone, investi almeno il 50% del tempo a disposizione per definire un obiettivo comune e condiviso.
- **Immaginazione.** Spesso siamo intrappolati dalle “urgenze”. Lasci che il tuo cervello si concentri anche sul lungo termine e si focalizzi sulla visione? Visto che guardi avanti, sei in grado di raccontare una storia, fare un disegno di ciò che puoi vedere nella tua mente?
- **Piedi per terra.** Stai sovra-utilizzando queste capacità? Hai un sogno ed è troppo tempo che rimane tale? Bilancia la visione di medio termine con ideali di lungo termine.
- **POE.** Per aumentare di efficacia in questa area, sviluppa la competenza dell’Intelligenza Emotiva chiamata “Perseguire Obiettivi Eccellenti”.



Entrepreneurship

Informazioni sulla ricerca scientifica

Le 18 competenze

Perchè proprio queste 18 competenze e perchè sono le competenze del futuro? Six Seconds, negli anni di attività, ha erogato numerosi assessment di valutazione. Partendo dai risultati di Intelligenza Emotiva di circa 60.000 persone provenienti da tutto il mondo, abbiamo ricavato il modello a sei "cluster" (Razionale, Emozionale, Riflessivo, Innovativo, Pratico, Idealista) suddivisi nelle tre macro aree: Percezione, Valutazione e Azione. Sulla base di questi dati, abbiamo sviluppato una versione pilota del BTP e lo abbiamo testato con centinaia di professionisti.

Per perfezionare ulteriormente il modello , abbiamo creato un nuovo "iter" nel nostro processo di progettazione . Un passo fondamentale è stato leggere, riga per riga , circa 5000 commenti scritti a leader di tutto il mondo in valutazioni a 360°. Ci siamo domandati: che cosa rende questi leader così efficaci? Per rispondere a questa domanda ci siamo concentrati su ciò che le persone vogliono che i vari leader, a livello comportamentale e/o di atteggiamento, continuino a fare. *Questa focalizzazione di partenza ci permette di dire che le competenze individuate sono quelle che fanno la differenza ora e la faranno ancor di più nel futuro, per costruire il mondo che vogliamo.*

Da questa analisi testuale, attraverso un processo statistico di analisi semantica e clusterizzazione, abbiamo estratto i 26 comportamenti richiesti per essere dei leader performanti.

A questo punto la domanda che ci siamo fatti è stata: quali sono le caratteristiche dell'Intelligenza Emotiva che differenziano ciascun comportamento? Siamo quindi andati a calcolare il profilo di Performance Emotiva dei leader coinvolti nell'analisi, per ciascun comportamento. L'analisi ha portato ad una scrematura dei 26 comportamenti iniziali. Risultato: 12 competenze chiave.

Abbiamo quindi integrato questo modello a 12 competenze con feedback derivanti da una panel di 20 esperti sul tema Change Management. Dopo diversi cicli di ricerca, confronti, sperimentazioni e validazioni, abbiamo raggiunto il modello a 18 competenze presente nel BTP:

Questo modello presenta fortissime connessioni con il modello di apprendimento proposto da "Synapse School", dove la missione è quella di "Educare i Futuri Change Makers". Ci sono evidenti sovrapposizioni anche con il modello di Tony Wagner presentato in "Creating Innovators".



Il Brain Talent rappresenta quindi una miscela di prove scientifiche e test nel mondo reale.

Snapshot

Considerato il principio di neuroplasticità che caratterizza l'essere umano, sappiamo che il cervello stesso cambia durante l'intero ciclo di vita. Mentre altri profili di valutazione offrono una visione statica del singolo, il BTP è costruito invece sulle competenze dell'Intelligenza Emotiva (IE), che sono allenabili - quindi se si vuole rafforzare le capacità di IE, e di conseguenza queste App, è possibile!

Ricorda: una "Brain App" si riferisce alla capacità, non al comportamento. Questi risultati forniscono informazioni su come funziona il tuo cervello e sulle opportunità che hai di utilizzare ed allenare i tuoi talenti.

Come usare il Talent

Tre suggerimenti finali

1 Rifletti

Il BTP è basato sul tuo percepito e quindi sulla valutazione che tu hai dato di te stesso (come ti vedi).

Va considerato un punto di partenza, un feedback che sicuramente può aiutarti a riflettere. Ad esempio: rispetto alle aree di forza che sono emerse ritieni siano proprio queste a caratterizzarti? Questa fotografia ricalca il tuo effettivo comportamento?

Se consideri i tuoi obiettivi di vita e professionali, quali App sono importanti per te? Ad esempio, se aspiri ad essere un vero leader stai utilizzando le giuste App? App come Vision, Connection e Risk Tolerance rientrano tra i tuoi talenti? Se sì bene, altrimenti potrebbe valere la pena dedicarci un po' di energie ed allenarsi!



2 Fai il download e usa nuove App

Ci sono delle Brain App di cui vorresti fare il download? Individuale e...prova! Un aiuto è quello di sviluppare sempre di più la tua Intelligenza Emotiva.

Abbiamo deciso di utilizzare la metafora delle App per evocare l'immagine del funzionamento pratico di uno smartphone. Infatti, per rendere utile un'applicazione, devi scaricarla e soprattutto utilizzarla. Tu lo stai facendo?

3 Vai in profondità

I Brain Profile sono un primo possibile step verso una maggior conoscenza ed esplorazione delle tue competenze socio emotive, se ti ha incuriosito allora puoi provare ad andare oltre ed approfondire queste tematiche. Ecco qualche suggerimento:

Six Seconds - Il Network dell'Intelligenza Emotiva - ha un sito internet molto attivo, con centinaia di articoli sulle emozioni e sull'Intelligenza Emotiva.

Inizia a leggere! www.6seconds.it oppure www.6seconds.org

EQ.org è la comunità di apprendimento sull'Intelligenza Emotiva. Unisciti a noi per accedere ad una vasta libreria di risorse, contatti e progetti a cui è possibile partecipare per imparare attraverso la condivisione.

Abbiamo gruppi molto attivi su Facebook e LinkedIN (ma anche novità su Twitter e sul canale Youtube). Connettiti! www.6seconds.org/connect

Il Brain Brief Profile è solo uno dei molti report disponibili dopo la compilazione del SEI Assessment. In fondo al tuo Profilo, troverai il nome e l'indirizzo email di un professionista che potrai contattare per maggiori informazioni. Se hai voglia puoi investire un po' del tuo tempo in una sessione di coaching one-to-one approfondita per avere un supporto personalizzato da un coach che ti aiuterà a disegnare un piano operativo per ottimizzare i tuoi Brain Talent!



La guida Brain Talent fornisce una introduzione al BTP e alle Brain App.

Il BTP è uno degli strumenti di Intelligenza Emotiva sviluppati da Six Seconds (SEI) :

<http://italia.6seconds.org/sei-av-assessment/>