



PSICOLOGIA BIBLICA • IL FILM DELLA NOSTRA VITA

La sceneggiatura del nostro film ideale Lo strumento pianificatore come copione

di GIANNI MONTEFAMEGLIO

Il soggetto del nostro film è stato ben delineato e corrisponde agli obiettivi che ci siamo dati nella nostra vita. Anche il cast è già fissato: noi siamo i protagonisti e le persone che ci sono più care e che più sono importanti per noi sono i coprotagonisti; ci sono poi gli altri attori che sono le diverse persone con cui abbiamo a che fare. Nel nostro film personale queste persone passano molto tempo con noi. Come e quando avverrà? Occorre la sceneggiatura.

Programmando le scene del nostro film, nulla è lasciato al caso. Chi vive invece affidandosi al caso, tira a campare. Accade poi che il caso sia sempre quello e così si cade nella monotonia della quotidianità, dando tutto per scontato. Ciò è alquanto noioso e priva la vita di significato, rendendola uniforme.

Leggendo i Vangeli vediamo che Yeshùà non lasciava nulla al caso. Seguiva un suo programma, in cui coinvolse gli apostoli. Aveva una chiara visione di ciò doveva fare (obiettivi) e aveva anche la supervisione di tutto. Egli sapeva cosa fare, come farlo, quando farlo, con chi farlo ed entro quando farlo.

Se non abbiamo una chiara panoramica che comprenda i nostri obiettivi, i nostri compiti e il nostro ruolo, il rischio è quello di essere guidati unicamente dalla casualità. Non saremo allora più noi a controllare la nostra vita ma saranno le spinte esterne a farlo. Perdendo il controllo della nostra vita siamo in balia della casualità, ci avviliamo, ci stanchiamo e non otteniamo risultati.

La “sceneggiatura” ci permette di sapere cosa fare, quando farlo e con chi farlo. Usando uno strumento pianificatore, come quello illustrato nella categoria *L'organizzazione personale* di questa stessa sezione, la sceneggiatura è costituita della base decisionale delle tre sezioni A, B e C.



Per definire bene queste tre vere e proprie aree-chiave, può essere utile una lista di controllo, di cui diamo un esempio. Mettiamo che un padre voglia definire a dovere la sezione B (famiglia/amici) e che stia prendendo in considerazione sua figlia di 11 anni. Ecco cosa potrebbe includere la sua lista di controllo (si tratta solo di esempi parziali, per dare l'idea):

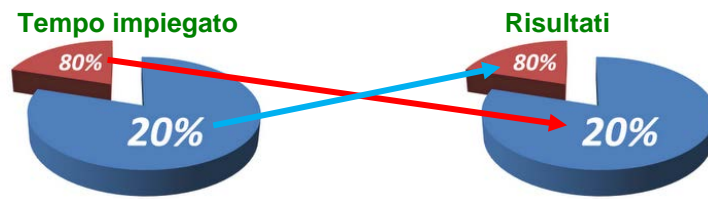
- Quali sono i suoi interessi?
- Quali di questi interessi potrei aiutarla coltivare?
- Come e quando posso passare più tempo con lei?
- Tenendo conto dei suoi interessi e delle sue propensioni, quali novità posso aiutarla a scoprire? (Se, ad esempio, ama viaggiare, le farebbe piacere un viaggio o una crociera?).
- In quali cose eccelle? Quando e come posso darle dei riconoscimenti, aumentando la sua autostima e la fiducia in sé?
- Quali di queste cose posso fare personalmente e quali coinvolgendo mia moglie?

Stilando questa lista di controllo, il padre può rendersi conto che sta scoprendo aspetti della figlia a cui non aveva badato, può rendersi conto di quali siano gli ambiti in cui sostenerla e incoraggiarla. Alla fine, dopo aver conosciuto meglio sua figlia, può ripassare la lista con la propria moglie e aggiornarla. Metterà poi in atto un programma costruttivo insieme a sua moglie.

Un capo famiglia è un po' come un direttore d'orchestra. Ce ne sono di tre tipi: quelli che lasciano suonare, quelli che impediscono di suonare e quelli che *aiutano* a suonare. Un direttore d'orchestra non suona al posto degli strumentisti. Lascia che ciascun musicista esprima il suo talento e li coordina tutti. Ha in mente cosa vuole ottenere e ne armonizza l'esecuzione. Se poi sa stabilire con ciascuno un rapporto di sintonia psicologica, otterrà il massimo.

Nello stendere la nostra sceneggiatura è utile tener conto della cosiddetta legge di Pareto o legge dell'80/20. Vilfredo Pareto (1848 -1923) fu uno dei maggiori economisti italiani. Egli, studiando la distribuzione dei redditi scoprì che il 20% della popolazione deteneva l'80% della ricchezza. È evidente che siamo di fronte a valutazioni empiriche e che i valori da lui indicati non sono matematici, tuttavia il suo principio ha trovato applicazione in numerosi

campi. Applicando il suo principio alla gestione del nostro tempo, si scopre che in genere solo il 20% del tempo è dedicato alle cose che davvero contano, mentre il restante 80% è dissipato in cose poco importanti. Schematizzando abbiamo quindi che:



Ecco perché è importante definire bene ciò che dobbiamo fare, quando farlo, come farlo ed entro quando farlo.