

SEMINARIO: L'USO DELL'IRONIA E DELLA CREATIVITA' NELLA FORMAZIONE IN MATERIA DI SALUTE E SICUREZZA SUL LAVORO

**Centro per la Cultura della Prevenzione
nei luoghi di lavoro e di vita**

Lievità e Ironia in materia di Sicurezza sul Lavoro

Milano, 12 ottobre 2016

Massimo Servadio

Psicologo del lavoro e delle Organizzazioni,
Psicoterapeuta, esperto in salute
organizzativa
servadio@servadioepartners.com

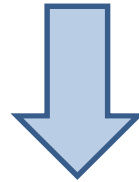
Servadio & Partners

LIEVITÀ E IRONIA IN MATERIA DI SICUREZZA SUL LAVORO



CHE STRESS LO STRESS

Articolo pubblicato su «Punto Sicuro» che ha suscitato **ironia** «premiante» e/o
«massacrante»



Affrontare la vita e il lavoro in **modo giocoso** e con **lievità** può essere una misura
attenuante e compensativa allo **stress** che viviamo



=



DIFENDERCI DALLO STRESS



Esperienza personale = il meccanismo più efficace per rapportare il proprio pensiero

Per «difendermi dallo stress» = esercizio quotidiano di

consapevolezza situazionale ovvero la:

- capacità di «leggere» ciò che sta accadendo intorno attraverso un pensiero fisico-mentale (**mindfulness**) che coinvolge i 5 sensi;
 - capacità di elaborare le informazioni
 - capacità di «anticipare lo stato futuro» (immaginare il futuro convivendo con il nostro compito attuale);
 - capacità di giocare;
- capacità di vedere la propria vita come una prova continua della presa di coscienza esercitata nell'assumere una decisione



LA RICERCA DELLA LIEVITÀ

È necessario applicare alla nostra vita una forma di «leggerezza» ovvero esercitare la ricerca della «**lievità**»

Significa prenderci **meno sul serio**; accudirsi prendendo **un po' di distanza** in un macrocontesto dove regnano complessità, frammentazione, stress, tensione



JOGGING MORALE

Concetto di «Jogging morale» di Martin Seligman

Nella Cultura Occidentale la nostra Società riconosce al Sé un grandissimo potere: quello di cambiare, di agire sugli eventi e di modificare il proprio modo di pensare-
Egli, il Sé, deve freneticamente affrontare opzioni, decisioni e preferenze, una sorta di Sé massimo concentrato totalmente sulle gratificazioni e sulle perdite



Eccessiva concentrazione su di Sé non funzionale e favorente una mancanza di senso nella vita, la perdita di valori e la depressione

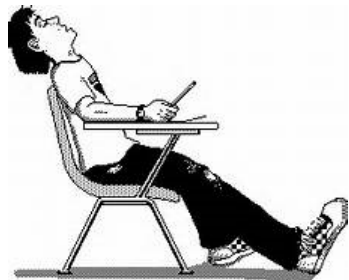
JOGGING MORALE

Concetto di «Jogging morale» di Martin Seligman

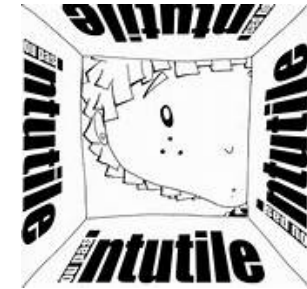
IMPEGNARSI IN ATTIVITA' SOCIALMENTE BENEMERITE DA SVOLGERE COME
ESERCIZIO ANTIDEPRESSIVO SOTTOLINEANDO CHE IL VANTAGGIO DI TALI
AZIONI E' SOPRATTUTTO PER SE STESSI.



CONVIENE PRENDERSI TROPPO SUL SERIO?



Scenario comune nelle aule di sicurezza



Fattore di rischio per la motivazione e autostima dell'inesperto formatore
(non riferito solamente all'età)

8



Servadio & Partners

ALLA RICERCA DELL'ESPERIENZA FLOW

L'ESPERIENZA FLOW DI CSIKSZENTMIHALYI

CIOE' RAGGIUNGERE UN' ELEVATA CONCENTRAZIONE, COINVOLGIMENTO
CONTROLLO DELLA SITUAZIONE, CHIAREZZA DEGLI OBIETTIVI E STATO
AFFETTIVO POSITIVO



FORMAZIONE ALLA SICUREZZA COME ESPERIENZA FLOW

AI FINI DI EVITARE L'APATIA, L'ESPERIENZA FLOW APPLICATA ALLA FORMAZIONE ALLA SICUREZZA DOVRA' ATTINGERE A UN MODELLO DI APPRENDIMENTO:

CENTRATO SUI PARTECIPANTI E LE LORO ESPERIENZE, PRATICHE COMUNI
EVITARE IL «NARCISISMO CONVERSAZIONALE» DEL FORMATORE
PROPORSI COME FORMATORE (FORM-ATTORE) FACILITATORE MOTIVATO

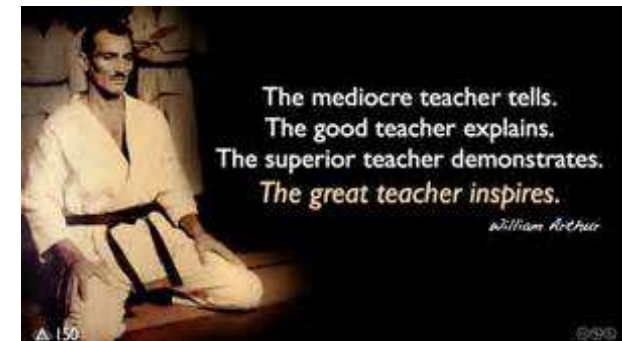


LE SOLUZIONI DEL FORMATORE «VIRTUOSO»

Come formatori non possiamo agire sui contenuti (burocratizzati e blindati), ma possiamo **muoverci sulle modalità**:

- Gamification;
- Teatro della sicurezza;
- Problem solving;
- Giochi di ruolo;
- Problem solving creativo

11



COMINCIAMO A «GIOCARRE»

Giocare in sicurezza è allentare, rallentare, sorridere

Prendersi sul serio NON prendendosi sul serio è un buon antidoto alle ansie di controllo che tentiamo di nascondere anche a noi stessi, ma che i nostri comportamenti ossessivi compulsivi impietosamente ci svelano

«Giocare un po'» ci permette di accedere al sé più libero dalle norme, anche di
sicurezza

- Che lavoro fai?
- Exotic fruits beach manager.
- Cioè?
- Omino del cocco bello.
- Ah.



Servadio & Partners

GIOCARE IN SICUREZZA

Giocare con/in sicurezza si può e si deve!

Non è un paradosso di marketing spinto ma una modalità di creare relazione tra gli attori della sicurezza (senza eccessivi condizionamenti ed etichette di ruolo)

Aggiungere energia pulita dove non sembra essercene più

Giocare – sorridere per la creazione e diffusione di un **valore**: la **cultura della sicurezza** in una logica di autodeterminazione e non di prescrizione

13



Servadio & Partners

E RICORDATE

Come disse un esperto di umorismo e ironia...



PER LA VOSTRA ATTENZIONE...



CONTATTI

Massimo Servadio

www.servadioepartners.com

servadio@servadioepartners.com

"L'apertura
mentale non é
una frattura del
cranio"