



Scuola Internazionale
Etica & Sicurezza
L'Aquila

BenESSERE Organizzativo, 24 settembre 2015

“La cura della persona e dell’ambiente di lavoro come opportunità di crescita per le organizzazioni

PAURA E RESILIENZA PER IL BENESSERE



**Scuola Internazionale
Etica & Sicurezza**
L'Aquila





لا إله إلا الله









demer Mittwoch fällt die Vorentscheidung, ob der Konzernchef hierbleiben kann.

von Matthias C. Schmidt & Rainer
Friedrich

Der VW-Chef Martin Winterkorn kämpft um seinen Job und seine Position in der Spitze der Volkswagen AG. Er ist in Gefahr, seinen Posten zu verlieren. In seiner Karriere hat er sich als riskanter Spieler erwiesen. Er hat sich für den Erwerb des VW-Konzerns um 27 Milliarden Euro verschrieben. Er hat sich für den Erwerb des VW-Konzerns um 27 Milliarden Euro verschrieben. Er hat sich für den Erwerb des VW-Konzerns um 27 Milliarden Euro verschrieben.



Winterkorn: 'Unter der Aufsicht eines Aufsichtsrats, der die Verantwortung für die VW-Gruppe hat, werden wir den Konzern weiterentwickeln. Die Verantwortung für die VW-Gruppe hat der Aufsichtsrat. Die Verantwortung für die VW-Gruppe hat der Aufsichtsrat. Die Verantwortung für die VW-Gruppe hat der Aufsichtsrat.

Winterkorn: 'Unter der Aufsicht eines Aufsichtsrats, der die Verantwortung für die VW-Gruppe hat, werden wir den Konzern weiterentwickeln. Die Verantwortung für die VW-Gruppe hat der Aufsichtsrat. Die Verantwortung für die VW-Gruppe hat der Aufsichtsrat. Die Verantwortung für die VW-Gruppe hat der Aufsichtsrat.

27 Mrd.

Ein Teil der VW-Aktien

Ein Teil der VW-Aktien... Die Verantwortung für die VW-Gruppe hat der Aufsichtsrat. Die Verantwortung für die VW-Gruppe hat der Aufsichtsrat. Die Verantwortung für die VW-Gruppe hat der Aufsichtsrat.



Scuola Internazionale
Etica & Sicurezza
L'Aquila

CLASSIFICAZIONE DI INCIDENTI ED EMERGENZE



CAUSE NATURALI E PANDEMIE

Terremoto
Eruzioni Vulcaniche
Tsunami/Uragani
Alluvioni
Frane e allagamenti
Malattie pandemiche



DISASTRI DOLOSI

Terrorismo
Attentati
Violenza di massa
Bombe
Sabotaggio
Spionaggio
Tampering
Attacchi Informatici



ERRORI COLPOSI ED INCIDENTI

Esplosioni industriali
Incidenti tecnologici
Fuori uscita di gas
Black out
Inquinamento
Incidenti e infortuni sul
lavoro

TEMI APERTI



LA STORIA VISSUTA A L'AQUILA



**Scuola Internazionale
Etica & Sicurezza
L'Aquila**

KEY ISSUES: LE LEZIONI IMPARATE

1. Bias Ottimistico, percezione del rischio e gestione della paura
2. Previsione e Preparazione
3. Miopia Organizzativa e segnali deboli
4. Comunicazione del rischio
5. Comportamenti individuale e collettivi nel pericolo



PAURA



- E' un meccanismo di difesa il quale, in risposta ad uno stimolo ritenuto pericoloso per la vita o l'integrità, attiva reazioni innate che servono a difendere l'animale dai pericoli dell'ambiente.
- La paura è un'emozione che assolve alla funzione di proteggere l'organismo nel senso che predispone l'organismo ad una risposta coerente alla realtà dell'ambiente.
- Anche se non dobbiamo più “sfuggire ai predatori”, saper fiutare il pericolo è una risorsa preziosa per sopravvivere nel mondo.
- Quando la paura degenera nel panico si hanno comportamenti irrazionali.

PAURE DELLE PERSONE

Valere
Vergogna “indegnità”

Potere
Impotenza, Colpa

Avere
Indigenza, povertà,
solitudine

Tratto da: Padre Franco Imoda, Fondazione La Gregoriana, Lezione per la Scuola Etica & Sicurezza de L'Aquila, 2011-2012



LA PAURA E' UNA COMPONENTE DELLA VITA

PERCEZIONE PERICOLO

Rischio percepito
Esplicito



Rischio non
percepito
Implicito



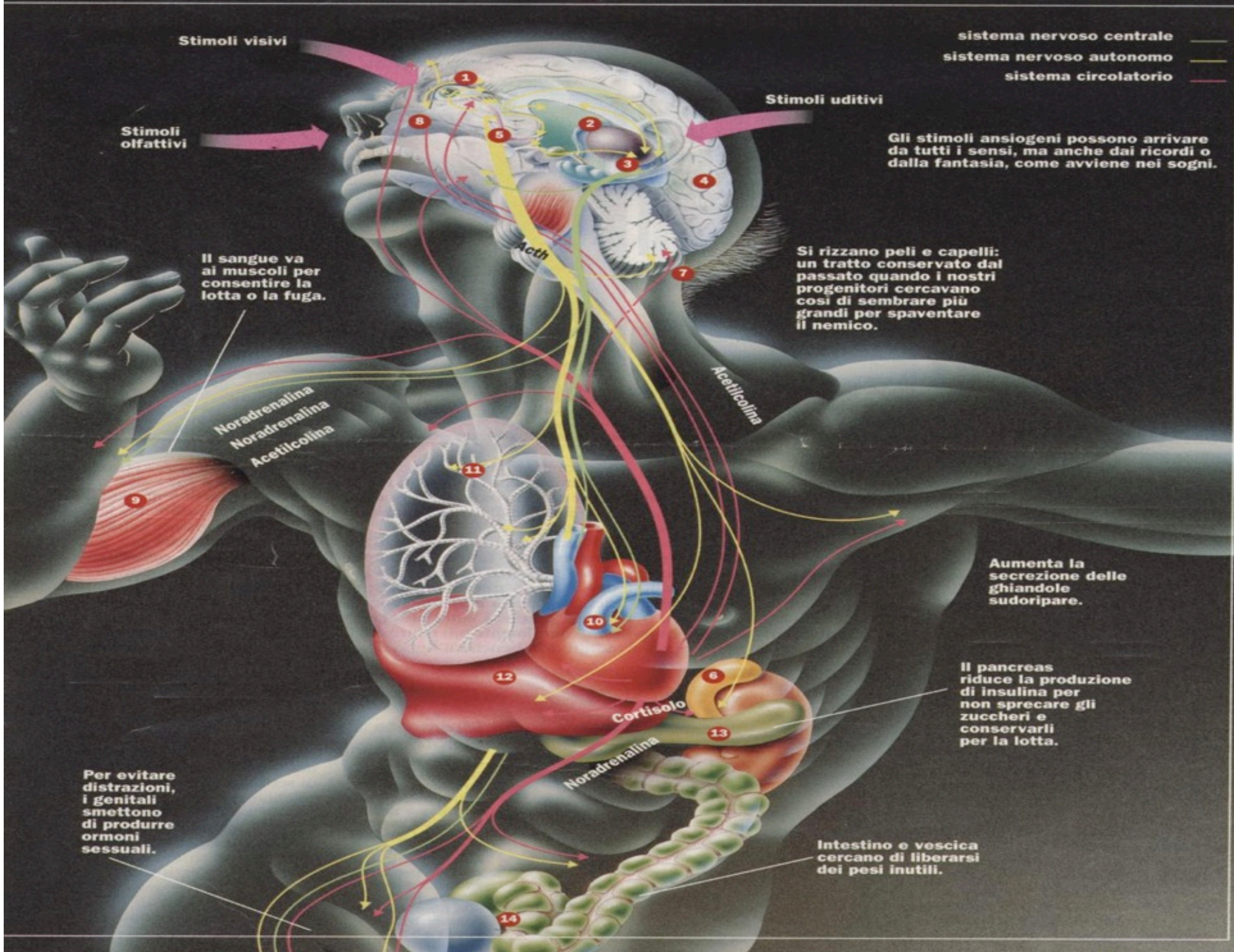
PAURA E CERVELLO



PAURA - SEGNALI DEL FISICO

- ✓ **Asse ipotalamo (amigdala e sistema limbico), ipofisi, surrene (cortisolo). Tre manifestazioni comuni:**
 1. Viso impallidisce e azzeramento saliva
 2. Peli si rizzano e a volte i capelli divengono bianchi
 3. Riduzione soglia sensoriale del dolore
- ✓ **Trance**
- ✓ **Iperattività**
 - Aumento battiti del cuore e respirazione
 - Aumento pressione del sangue
 - Aumento sudorazione
 - Tremiti causati dagli stimoli dei muscoli
 - Contrazione milza





sistema nervoso centrale —
 sistema nervoso autonomo —
 sistema circolatorio —

Stimoli visivi

Stimoli uditivi

Stimoli olfattivi

Gli stimoli ansiogeni possono arrivare da tutti i sensi, ma anche dai ricordi o dalla fantasia, come avviene nei sogni.

Il sangue va ai muscoli per consentire la lotta o la fuga.

Si rizzano peli e capelli: un tratto conservato dal passato quando i nostri progenitori cercavano così di sembrare più grandi per spaventare il nemico.

Noradrenalina
 Noradrenalina
 Acetilcolina

Acetilcolina

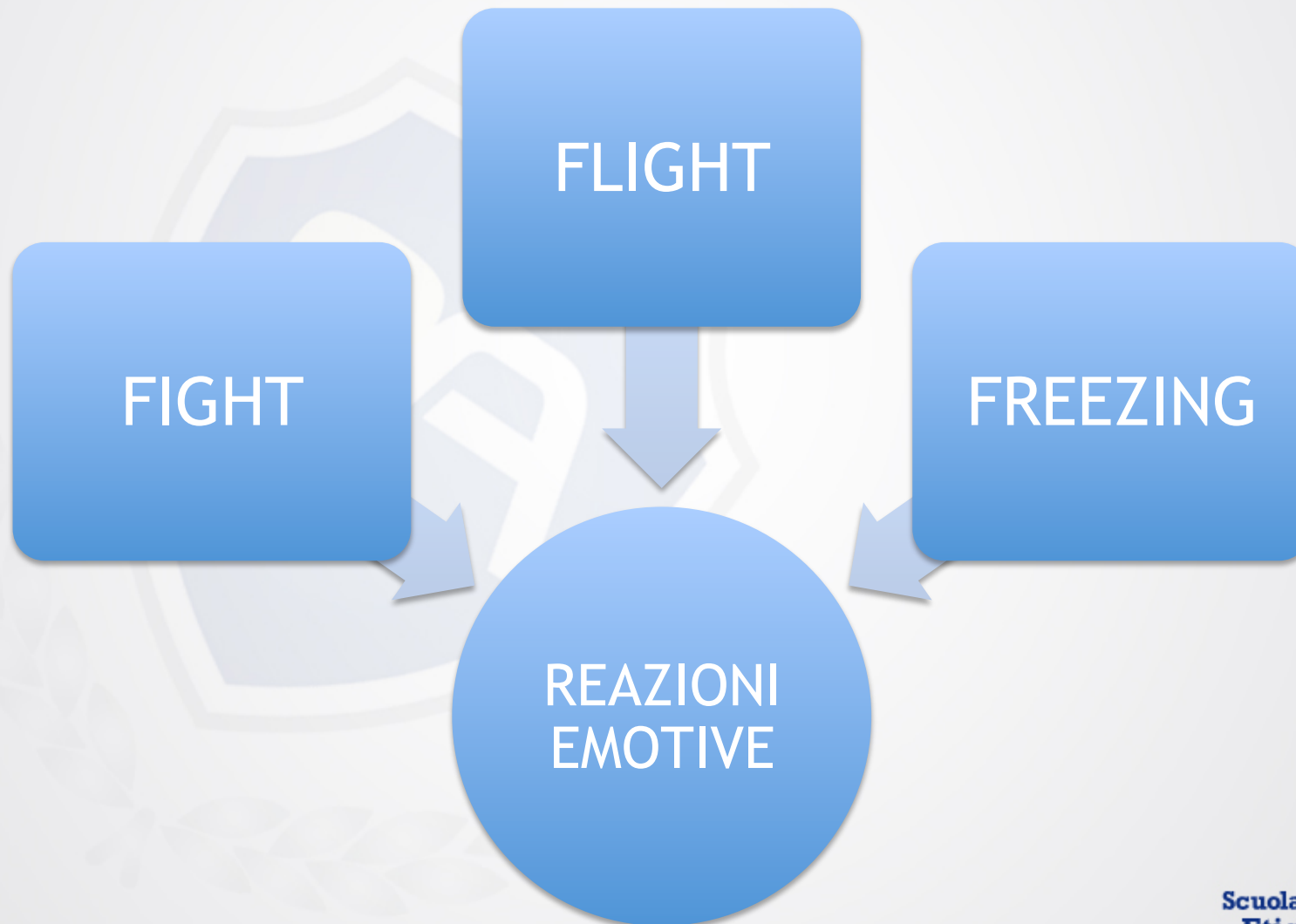
Aumenta la secrezione delle ghiandole sudoripare.

Il pancreas riduce la produzione di insulina per non sprecare gli zuccheri e conservarli per la lotta.

Per evitare distrazioni, i genitali smettono di produrre ormoni sessuali.

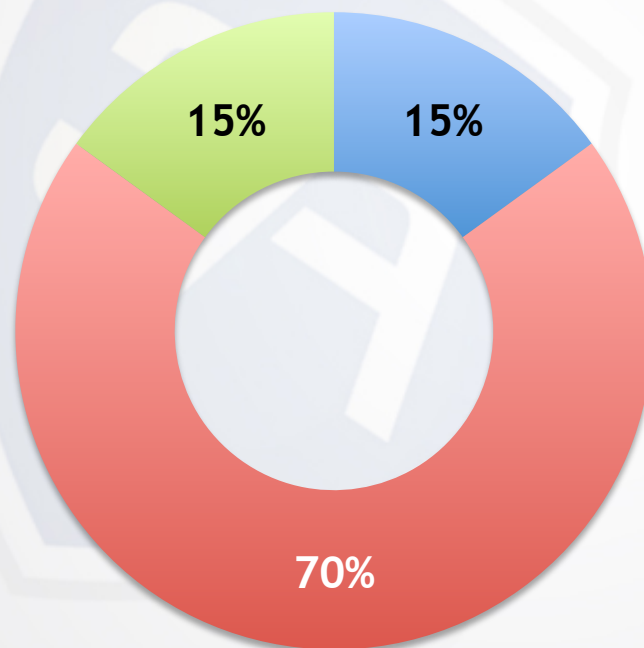
Intestino e vescica cercano di liberarsi dei pesi inutili.

LE REAZIONI EMOTIVE (CANNON, LEACH)



LE REAZIONI EMOTIVE: STATISTICHE (LEACH 2004)

Reazioni Emotive



- Restano calmi e controllati
- Azioni sconcertate e confuse
- Restano immobili, pianto incontrollato



EMOZIONI DEI SINGOLI INDIVIDUI E DEI GRUPPI



STRESS E RESILIENZA

- E' la risposta non specifica dell'organismo ad ogni richiesta effettuata ad esso (H. Seyle, 1936)
- E una reazione emozionale intensa ad una serie di stimoli esterni che mettono in moto risposte fisiologiche e psicologiche di natura adattiva. Bisogna distinguere quando esso è utile (eustress) e quando diviene nocivo (distress).
- La capacità umana di di saper far fronte agli eventi più difficili e a superarla si può esprimere con il termine **RESILIENZA** (*resilio re salio = rimbalzare, non essere toccati d qualcosa*). Oggi si utilizza il termine per esprimere un buon adattamento nonostante l'esposizione a stressors o traumi.
- In ingegneria il termine è utilizzato per indicare il massimo di tensione sopportabile da una struttura rigida in condizioni di sollecitazione: quindi evoca la elasticità di essa, che può essere maggiore o minore e tale da determinare la rottura della struttura oppure la sua semplice oscillazione.



LE ESPERIENZE IN AZIENDA



**Scuola Internazionale
Etica & Sicurezza**
L'Aquila

LE DOMANDE DI PARTENZA

1. Nelle nostre aziende diamo spazio all'espressione delle vere identità? Le persone si possono esprimere in modo autentico?
2. Piccole e grandi paure della nostra vita: ci hanno bloccato?
3. Il coraggio uno se lo può dare?





**Scuola Internazionale
Etica & Sicurezza**
L'Aquila

LA NOSTRA PAURA PIÙ PROFONDA

“La nostra paura più profonda” (Marianne Williamson)

La nostra paura più profonda non è di essere inadeguati. La nostra paura più profonda, è di essere potenti oltre ogni limite. E' la nostra luce, non la nostra ombra, a spaventarci di più. Ci domandiamo: “Chi sono io per essere brillante, pieno di talento, favoloso?” In realtà chi sei tu per non esserlo? Siamo figli di Dio. Il nostro giocare in piccolo, non serve al mondo. Non c'è nulla di illuminato nello sminuire se stessi cosicché gli altri non si sentano insicuri intorno a noi. Siamo tutti nati per risplendere, come fanno i bambini.

Siamo nati per rendere manifesta la gloria di Dio che è dentro di noi. Non solo in alcuni di noi: è in ognuno di noi. E quando permettiamo alla nostra luce di risplendere, inconsapevolmente diamo agli altri la possibilità di fare lo stesso. E quando ci liberiamo dalle nostre paure, la nostra presenza automaticamente libera gli altri.



**Scuola Internazionale
Etica & Sicurezza
L'Aquila**

PAURA: UNA RISORSA PER IL BENESSERE



PROMUOVERE LA RESILIENZA

- R - RISCHIO
- E - ELASTICITA'
- S - SFIDA E SORRISO
- I - IMPEGNO, INTELLIGENZA
- L - LIBERTA' E LEGGEREZZA
- I - INTRAPRENDENZA E IRONIA
- E - EMOZIONE, ERRORE
- N - NOVITA'
- Z - ZAVORRA
- A - AUTOCONSAPEVOLEZZA



LE AZIONI E LE ESPERIENZE

1. PERCEZIONE E CONSAPEVOLEZZA
2. SCAMBIO DI ESPERIENZA E DIALOGO
3. ESERCITAZIONE
4. ESEMPIO ED ESEMPI



LE FRASI DAI GRANDI

*La cosa importante non è sapere se si ha paura o meno, ma imparare a convivere con la propria paura e non farsi influenzare ...Questo è il **CORAGGIO!***
(Giovanni Falcone)





**Scuola Internazionale
Etica & Sicurezza
L'Aquila**

**GRAZIE PER
L'ATTENZIONE!**

: +39 0862 1956141

Email: paola.guerra@scuolaeticaesicurezza.eu

Sito: www.scuolaeticaesicurezza.eu



**Scuola Internazionale
Etica & Sicurezza
L'Aquila**