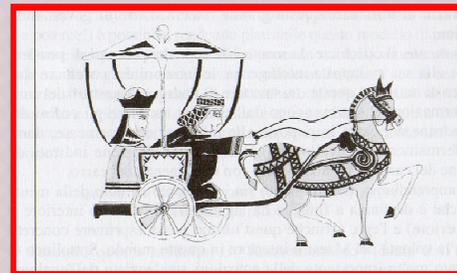


UN LEADER NON DEVE MAI DIMENTICARE:

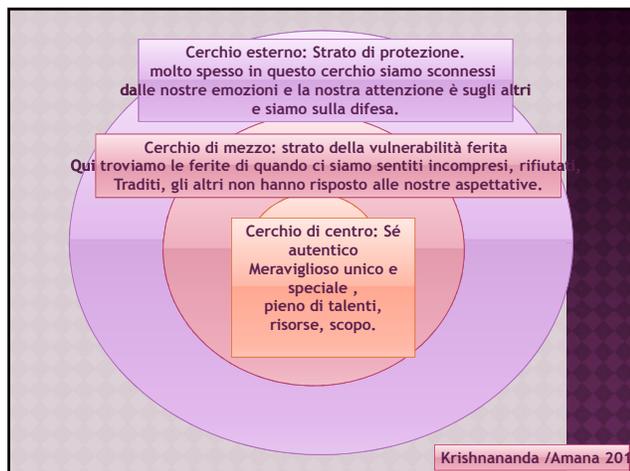
- Chi siamo
- Cosa vogliamo
- Perché
- Come

I VALORI

- Per valori si intende genericamente un sistema di idee, modi di agire, considerati importanti e soprattutto condivisi
- Un leader di un team crea anche motivazione laddove ne ha.



IL CARRO RAPPRESENTA IL CORPO
 IL CAVALLO LE EMOZIONI
 IL COCCHERE LA MENTE
 IL PADRONE L'ESSENZA, SE' SUPERIORE, O IN QUALUNQUE ALTRO NOME LO VOGLIAMO CHIAMARE



IL SER.T È UN SERVIZIO...

... fatto di persone, che incontrano altre persone, che lavorano per le persone... e a fine giornata sono ancora delle persone che incontrano altre persone ecc...



IL BURN OUT... ALCUNE DEFINIZIONI

- Il termine burnout compare per la prima volta negli Anni '30 nel gergo sportivo e indica il fenomeno per il quale un atleta, dopo alcuni anni di successi, si esaurisce, si brucia e non può più dare nulla agonisticamente
- A partire dagli Anni '70 entra nella terminologia dell'ambito lavorativo, in particolare nella letteratura riguardante le professioni di aiuto

(dr. Andrea Maccari)

- Il termine è stato introdotto in psicologia per la prima volta da Maslach (1982) per indicare una malattia professionale degli operatori d'aiuto Secondo Maslach il burnout comporta esaurimento emotivo, depersonalizzazione, e ridotta realizzazione personale. Si associano esaurimento fisico e scarsa produttività (Perlman & Hartman, 1982)
- Oggi il suo campo di indagine si estende e diventa una patologia comportamentale a carico di tutte le professioni a elevata implicazione relazionale

- Edelwich e Brodsky (1980) definiscono il burnout come una progressiva perdita di idealismo, energia e scopi, vissuta da operatori sanitari e sociali, come risultato delle condizioni in cui lavorano
- "Sindrome di esaurimento emozionale, di spersonalizzazione e di riduzione delle capacità professionali che può presentarsi in soggetti che per mestiere si occupano degli altri e si esprime in una costellazione di sintomi quali somatizzazioni, apatia, eccessiva stanchezza, risentimento, incidenti"
(Progetto di Legge 4562 del 2 maggio 2000)

PATOGENESI: FATTORI DI RISCHIO

- Tra i fattori socio-ambientali e lavorativi, secondo Cooper (1988) assumono particolare rilevanza i seguenti aspetti:
 - Il ruolo nell'organizzazione
 - Le relazioni di lavoro
 - Lo sviluppo di carriera
 - La struttura e il clima lavorativo

LE SEI CAUSE PRINCIPALI

- 1. Sovraccarico di lavoro (in quantità e qualità)
- 2. Mancanza di controllo (o discrezionalità)
- 3. Gratificazione insufficiente (morale ed economica)
- 4. Crollo del senso di appartenenza comunitario, al quale spesso segue mancanza di supporto sociale
- 5. Assenza di equità (mancanza di fiducia, lealtà e rispetto)
- 6. Valori contrastanti (nelle azioni, nella politica e nelle comunicazioni)

VARIABILI PERSONALI

- 1. Eccessivo impegno e dedizione
- 2. Mancanza di consapevolezza dei propri limiti
- 3. Mancanza di separazione tra lavoro e vita privata

LE QUATTRO FASI DEL BURNOUT - EDELWICH & BRODSKY, 1980 -

- ◉ 1. Stadio dell'entusiasmo ("mistica professionale")
- ◉ 2. Fase della stagnazione
- ◉ 3. Stadio della frustrazione
- ◉ 4. Stadio dell'apatia

STUDIO GETSEMANI 1992 - 2001

- ◉ Partendo dall'analisi delle domande per inabilità presentate all'INPDAP nel decennio 1992 - 2001, si è preso in esame 3.049 casi clinici e ha confrontato i dati di quattro macrocategorie professionali: insegnanti, impiegati, personale sanitario e operatori

- ◉ Ti manca un po' il respiro?
- ◉ Si eclissano gli obiettivi?
- ◉ Tutto ti è pesante?
- ◉ Il tempo è un nemico?
- ◉ Non vedi chiaro?



STRINGIAMO UN PATTO CON IL SÉ EVITANDO IL BURN OUT

- ◉ esercizio

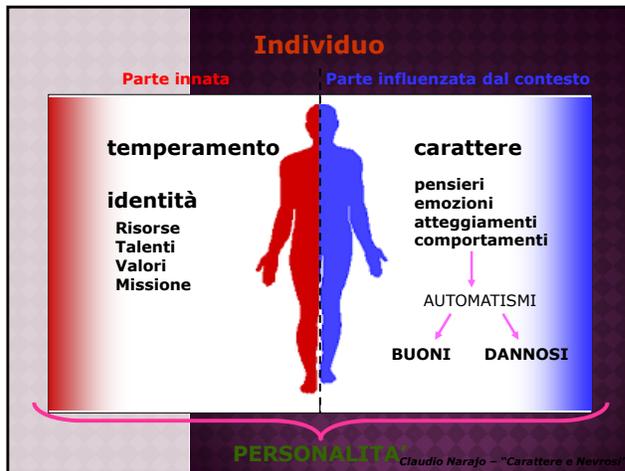
Per gestire tempo risorse ed energie



- ◉ Il respiro è un grande alleato

SE TI CONOSCI E TI ASCOLTI POTRAI CONOSCERE E ASCOLTARE: «SAPIENTE È COLUI CHE SA DI NON SAPERE» (SOCRATE)

QUALUNQUE ETA'
TU POSSA AVERE
SARAI SEMPRE
ABBASTANZA GIOVANE
PER POTER FARE
TUTTO CIO' CHE
TI RENDE FELICE



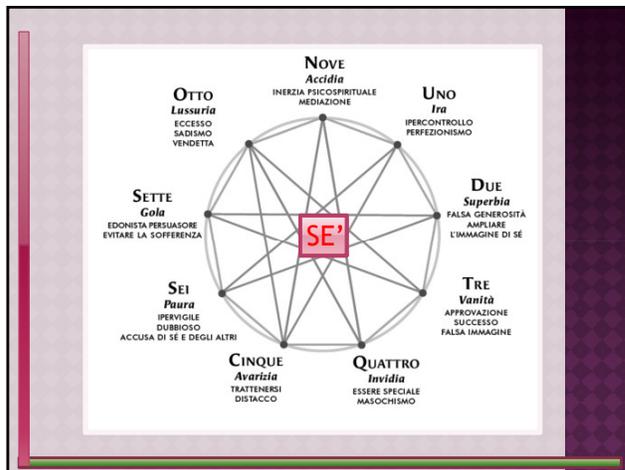
NON C'È MAI UNA SOLA VERITÀ

PEANUTS

Sai, ci sono volte che mi irriti veramente!

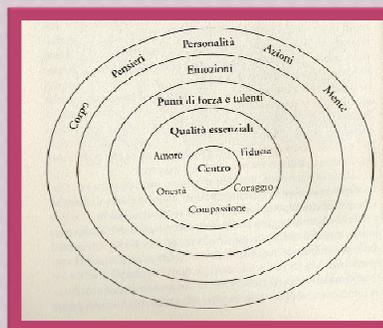
Ma devo ammettere che ci sono anche volte che mi sento di abbracciarti...

E' così che sono fatto... irritante e abbracciabile!



TU CON CHE MAGLIA GIOCHI??

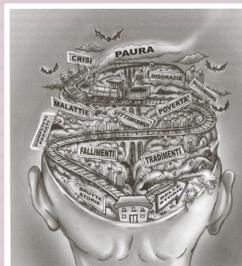
◦ esercizio



Leela/Prasad/Alvina

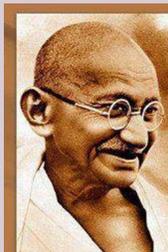
Energia spinta all'azione = Emozione

Ogni elaborato di pensiero produce un'idea. Da ogni idea si genera una emozione più o meno intensa, a seconda dei contenuti dell'idea prodotta. In definitiva, possiamo definire l'emozione come un'accelerazione di energia mentale, in risposta a stimolazioni del mondo esterno o a pulsioni del proprio mondo interno, che determina lo stato d'animo di ogni essere umano.



“Non sono capace”
 “Non ci riuscirò mai”
 “Sono un fallimento per tutte le cose”
 “Non sarò mai all'altezza delle situazioni”
 “i altri sono e saranno sempre più migliori di me”

“Io scelgo di riuscire ogni giorno di più”
 “Io posso migliorare ogni giorno che passa”
 “Io voglio in ogni situazione fare il meglio”
 “Sono capace quanto gli altri”
 “Ho fiducia nel movimento della vita”



Un pianeta migliore
è un sogno
che inizia a realizzarsi
quando
ognuno di Noi
decide di migliorare
se stesso !

[Mahatma Gandhi]



CAMBIARE PROSPETTIVA CON

La tecnica della montagna: nella quotidianità talvolta il micro diviene macro e viceversa, esiste però un modo per evitare d'essere fagocitati -dai nostri buchi neri- (dr. P. Balocchi)

PICCOLI GESTI E PENSIERO POSITIVO

Fai sempre la lista delle cose positive della giornata



**Non ho tempo di odiare
chi mi odia...
sono molto impegnato
ad amare chi mi ama.**



La felicità non è una meta
ma un modo di viaggiare.

Studio Mercadante

via Emilia est 140
PARMA;

Viale Ledra 64 UDINE
strenamercadante@hotmail.it

phone 349 2637922

ComunicazioneOrganizzazioneFormazione

