

THE HUMAN-CENTRIC WAY

Dott.ssa Cristina Costa
Professional Counselor
AssoCounseling A2682



La nuova Rivoluzione Industriale 5.0 *human-centric*: sostenibilità e resilienza

- ▶ Stiamo vivendo le dinamiche di un **cambiamento complesso e improvviso**, che ci impegna a rimodulare il modo di agire le relazioni sociali e familiari, le dinamiche professionali e aziendali, nonché la gestione del tempo.
- ▶ Mai come oggi il radicale cambiamento che coinvolge il sistema ambiente e il sistema persona è stato così immediatamente interconnesso.
- ▶ Si può comprendere facilmente come il ben-essere dei dipendenti, inteso come la qualità della loro vita e il sentirsi bene con se stessi, incida in modo significativo anche sulle motivazioni professionali, sulle prestazioni e quindi sulla produttività.
- ▶ È importante quindi **integrare gli obiettivi dell'organizzazione con la crescita delle persone** attraverso un *caring* del collaboratore e una serie di stimoli d'attivazione cognitiva ed emotiva.



La sfida delle imprese di oggi

- ▶ In un mondo ben definito dall'acronimo **V.U.C.A**

V Volatilità

U Incertezza (Uncertainty)

C Complessità

A Ambiguità

- ▶ **Comprendere** il cambiamento
- ▶ **Gestire** la complessità
- ▶ **Sviluppare** il potenziale dei propri collaboratori

sono parte del processo di *sostenibilità e innovazione*, per consolidare il successo



Un nuovo approccio al cambiamento

Oltre la Resilienza: l'Antifragilità

- ▶ In un mondo che presentava un andamento tendenzialmente lineare, per fronteggiare un evento improvviso e sfidante, si mettevano in pratica le risorse fornite dalla **resilienza**, ovvero la capacità di resistere agli urti della vita, tornando a essere quelli di prima.
- ▶ Le tendenze del mondo di oggi in ogni campo (tecnologico, economico, sociale, ambientale) ci mostrano che **l'imprevedibilità degli eventi** non è più l'eccezione, ma la nuova normalità.
- ▶ La resilienza quindi non è più sufficiente: è necessario imparare a **essere Antifragili**.
- ▶ «Certe cose traggono vantaggio dagli scossoni, prosperano e crescono quando sono esposte alla volatilità, al caso, al disordine e ai fattori di stress: l'antifragile migliora, cresce, si rafforza»

Nassim Taleb, *Antifragile*



Counseling: finalità, ambiti di intervento, peculiarità

- ▶ Il **Counseling professionale** è un'attività il cui obiettivo è il miglioramento della qualità di vita del cliente, sostenendo i suoi punti di forza e le sue capacità di autodeterminazione.
- ▶ Il Counseling offre uno spazio di ascolto e di riflessione, nel quale esplorare difficoltà relative a processi evolutivi, fasi di transizione e stati di crisi e rinforzare capacità di scelta o di cambiamento.
- ▶ È un intervento che utilizza varie metodologie mutuare da diversi orientamenti teorici. Si rivolge al singolo, alle famiglie, a gruppi e istituzioni. Il counseling può essere erogato in vari ambiti, quali privato, sociale, scolastico, sanitario, aziendale.

AssoCounseling
Associazione Professionale di Categoria

Definizione dell'attività di Counseling approvata dall'Assemblea dei Soci

2 aprile 2011



Perché il Counseling è utile

- ▶ È un percorso di **autoconoscenza**, durante il quale si comprende la propria visione di sé, degli altri, del mondo.
- ▶ Conduce a riscoprire e/o valorizzare le proprie **risorse interiori**, in modo da fronteggiare al meglio gli eventi della vita.
- ▶ Aiuta a comprendere, accettare e quindi gestire le proprie **emozioni**.
- ▶ Aiuta a comprendere la **valenza dell'errore**: commettere degli errori fa parte di ogni processo, non è una catastrofe. L'unica catastrofe sarebbe non imparare dagli errori, senza usare l'esperienza vissuta, per migliorare la propria prestazione.
- ▶ Offre una «**cassetta degli attrezzi**» utile per essere consapevoli della situazione in cui ci si trova, uscire dall'incertezza, tenere a bada gli stati emotivi, quando l'imprevisto bussa alla porta.
- ▶ Allena l'**Antifragilità**.

...non solo Counseling, anche METALOG Counseling Tools



- Per favorire il confronto e l'emergere di risposte significative, utilizzo metafore esperienziali di supporto, grazie alla partnership con il gruppo METALOG:

MEBoard permette una visualizzazione guidata che evoca e dà forza a inedite realtà

EmotionCards permettono, con la visualizzazione di immagini evocative, di tradurre più facilmente in parole esperienze e sentimenti personali.



Modalità di intervento e Investimento

- ▶ L'azienda stabilisce il numero di sessioni (da un minimo di 4 a un massimo di 8) da mettere a disposizione per ogni dipendente, che scelga di aderire al progetto, durante le quali affrontare tematiche sia professionali che personali.
- ▶ La durata di ogni incontro (in modalità videochiamata o in presenza) è di 60 minuti.
- ▶ La quotazione prevede una tariffa oraria unica per la modalità in video o in presenza valutata in € 150 più la rivalsa del 4% (Tot. € 156).
- ▶ Il materiale di integrazione e i questionari a supporto sono compresi nella quota di investimento.



Privacy e Report

- ▶ È bene che l'adesione al servizio offerto sia volontaria: questo incentiva la motivazione a lavorare su di sé in modo più determinato e autentico.
- ▶ Il Counselor è tenuto al segreto professionale, per cui si impegna a non divulgare né i risultati dei questionari che somministra, né alcun contenuto personale che possa emergere dagli incontri.
- ▶ La restituzione all'Azienda è effettuata in via generale, per problematiche lavorative eventualmente emerse, per poter fornire alle Risorse Umane un'analisi di bisogni di clima su cui riflettere e per sviluppare anche eventuali azioni di formazione, e mai con riferimenti che rendano in qualche modo riconoscibile il partecipante.
- ▶ A ciascun partecipante verrà inviato all'inizio del percorso sia il consenso informato per l'esecuzione delle prestazioni professionali inerenti all'attività di Counselor nel rispetto della Legge 14 gennaio 2013 n. 4, sia il modulo per il consenso al trattamento dati (GDPR).



GRAZIE

Dott.ssa Cristina Costa
Professional Counselor
AssoCounseling A2682

