

La qualità di vita nel lavoro

Prevenire e gestire il disagio lavorativo

Workshop, 10-11 Aprile 2015

Premessa

I contesti in cui lavoriamo influenzano i nostri comportamenti, i nostri pensieri, anche il nostro fisico e quindi il nostro benessere. Lavorare in un ambiente accogliente, integrato oppure in uno frammentato, caratterizzato da pessimismo, catastrofismo, di relazioni confuse o conflitti laceranti segna profondamente la nostra esistenza e quella di coloro con cui abbiamo a che fare.

Le organizzazioni lavorative sono interiorizzate, nel senso che diventano parte delle persone, permeano gli individui e sono anche da essi influenzate.

L'attuale congiuntura ha significative implicanze sul piano del funzionamento delle organizzazioni e rispetto ai recenti cambiamenti si stanno formando forti sentimenti di sgomento, smarrimento, rabbia, paura, sconforto, segnali che stanno ad indicare un disagio diffuso che genera blocchi e risposte difensive con il rischio di moltiplicare il disagio e congelare l'energia.

Le organizzazioni lavorative funzionano attraverso l'opera delle persone che a diverso titolo vi lavorano e sono fortemente influenzate delle modalità o *forme* del funzionamento che si configurano. Queste forme hanno la caratteristica di potenziare gli elementi benefici della esperienza lavorativa o al contrario possono inibirli, generando disagio e sofferenza.

Oggi lavoratori e organizzazioni sono quindi chiamati a mettersi in gioco per ricercare nuovi modi di agire e nuove forme di relazionalità consoni alle trasformazioni, tenendo come orizzonte il divenire delle organizzazioni e il benessere complessivo.

Nel workshop ci si propone di riflettere su queste tematiche assumendo che l'esperienza lavorativa può diventare un elemento significativo nel contribuire alla riconfigurazione delle rappresentazioni che si hanno del mondo e di sé. Può aiutare a trovare un senso alle azioni, a sperimentarsi in relazioni di qualità che agiscono sul benessere individuale e collettivo, tra emozioni, tecnica, cognizioni e affetti.

Obiettivi

- Riconoscere le manifestazioni del disagio lavorativo tanto a livello individuale come collettivo
- Facilitare una lettura del processo identitario con il lavoro
- Stimolare l'apprendimento di approcci tendenti alla gestione del disagio e alla promozione del benessere

Competenze che si intende promuovere

- capacità relazionali e inter-professionali
- capacità di riprogettarsi e di riprogettare
- capacità di orientarsi verso il benessere individuale e collettivo

Contenuti

- Gli elementi centrali della esperienza lavorativa per le persone: il significato del lavoro
- L'organizzazione nel vissuto degli operatori

- Forme di reattività: il malessere, il logoramento (stress, burn-out)
- Come le organizzazioni possono diventare sistemi di benessere?
- Costruire nuove mappe per orientarsi nelle sfide. Gli strumenti organizzativi per contenere il disagio e il malessere degli operatori.
- Come traghettarsi dal disagio alla creatività? Le abilità individuali e collettive che consentono agli operatori di affrontare le situazioni complesse e stressanti.

Metodologia

Viene privilegiato il metodo dialogico e interattivo, l'elaborazione delle esperienze e l'analisi dei casi concreti. La consulente ha il ruolo di ricomporre quanto emerge, facilitando processi di integrazione, apprendimento e di trasformazione.

Destinatari

Persone di ogni età, occupate e non occupate, interessate a comprendere le ripercussioni dei cambiamenti socio-organizzativi sul piano personale e professionale e a riconfigurare il proprio percorso attraverso un approccio consulenziale mirato e personalizzato.

Formatrice e consulente

Luz Cardenas, psicosociologa

Date e orari

Venerdì 10 e sabato 11 aprile 2015.

Workshop di 10 ore suddivise in due giorni (1° giorno 16.00-19.00 e 2° giorno 9.00-17.00), eventualmente inserito in un percorso individuale di consulenza al ruolo, con colloqui in date da concordare con la persona interessata.

Sede workshop: Udine, viale Ungheria 22

Sede colloqui: Udine, via Trento 45

Quota di partecipazione

Per il workshop € 135,00 + IVA 22%. Per i colloqui contattare lo Studio.

Modalità di iscrizione

Il workshop è a numero chiuso e viene attivato al raggiungimento di almeno 12 iscritti. Le iscrizioni saranno accolte secondo l'ordine di arrivo.

Per informazioni e iscrizioni

Studio Rucli

Via Trento, 45 – UDINE

Tel. 0432 519140 Fax 0432 202076

info@studiorucli.it

www.studiorucli.it

Segreteria

dalle ore 9.00 alle ore 12.30: Antonella Bujatti: antonella@studiorucli.it