

UN MODULO SPECIALISTICO ESPERIENZIALE

In bilico
senza paura

SICUREZZA PSICOLOGICA IN AZIONE

Per team che vogliono costruire competenze e acquisire strumenti per operare nella zona di alta performance.

PROGETTO ABBASTANZA

01 · FINALITÀ

Finalità

Far acquisire strumenti al team e a chi lo conduce per creare le condizioni perché possano operare nella **zona di alta performance**: dove sicurezza psicologica, responsabilità individuale, responsabilità del team e standard elevati convivono.

Il percorso trasferisce competenze e strumenti per:

1. Riconoscere e trasformare le dinamiche relazionali e di contesto
2. Affrontare differenze e conflitti
3. Utilizzare il feedback con efficacia
4. Intervenire con più consapevolezza nelle situazioni quotidiane di lavoro

02 · IL PERCHÉ

Perché lavorare sulla sicurezza psicologica?

> *Quanto costa, nei team, dire "Io la vedo diversamente"? Oppure "Non so come fare", "Ho sbagliato"? Se il prezzo è alto, le persone smettono di esporsi. La lettura diversa resta un pensiero privato, il dubbio si tiene per sé, l'errore si nasconde.*

Un team può esprimere pienamente le proprie competenze solo quando le persone che lo compongono possono proporre idee, fare domande, chiedere aiuto, ammettere errori e dissentire, senza il timore di ritorsioni o umiliazioni.

Se questo manca non è solo un generico "stare male a lavoro", c'è un calo delle performance e una difficoltà a mantenere standard elevati.

La sicurezza psicologica non nasce dalla "*buona volontà*" dei singoli o del team. La costruisce il contesto: i permessi che esistono, le informazioni che circolano, la risposta del gruppo nei cinque secondi dopo che qualcuno si espone. Come viene accolta la prima domanda ingenua? Cosa succede alla prima ammissione di errore?

Il riferimento a cui tendere è la zona di apprendimento e alta performance del modello di **Amy Edmondson**: sicurezza psicologica e performance elevate procedono insieme, sostenute dalla responsabilità delle persone e del gruppo.



03 · PER I PARTNER

Perché inserirlo nel vostro catalogo

- Il cliente resta vostro: lo presentate con il vostro marchio o con il doppio marchio, come preferite.
- Un modulo di 12 ore già strutturato, che adattiamo ai vostri percorsi e alle esigenze del cliente.
- Conduzione da parte di due formatori senza assunzioni né formazione interna da parte vostra.
- Il vostro cliente porta a casa un workbook e la teoria emersa dal suo gruppo, con esercizi per proseguire in autonomia.
- La collaborazione può crescere nel tempo: offriamo anche supervisione ai team (es, su conflitti, relazioni, analisi dei contesti), da concordare con voi.



"La giornata con Alex e Isabella è stata [...] un vero e proprio regalo, una mattina di Natale quando hai 6 anni, ma lunga un giorno intero."

Roberta Zantedeschi
LinkedIn Top Voice · Comunicazione Efficace nelle organizzazioni

Quattro
aree di lavoro



1

CONTESTO

La sicurezza psicologica si costruisce nel contesto

Ruoli, regole esplicite e implicite, aspettative, informazioni e rapporti di potere. I quattro permessi: esporsi, non sapere, sbagliare e dissentire.

Obiettivo: mappare le condizioni contestuali che facilitano o ostacolano la sicurezza psicologica.



2

CONFLITTO

Attraversare le differenze

Leggere il conflitto attraverso contenuto, relazione e contesto. Sperimentare le risposte NO, SÌ MA e SÌ E e il loro potere distruttivo o trasformativo.

Obiettivo: acquisire strumenti per gestire e trasformare il conflitto. Ampliare le possibilità di confronto e collaborazione.



3

FEEDBACK

Dire le cose che contano...anche quelle scomode

Distinguere osservazioni, interpretazioni e giudizi. Allenare feedback, ascolto, gestione dell'errore e conversazioni difficili.

Obiettivo: acquisire strumenti per comunicare criticità e aspettative con chiarezza.



4

TRASFERIMENTO

Dall'esperienza alla teoria

Costruzione della teoria nata dall'esperienza. Individuare un processo di cambiamento partendo dalla realtà lavorativa.

Obiettivo: trasferire l'apprendimento nelle situazioni quotidiane lavorative fino alla progettazione di un contesto che favorisca la sicurezza psicologica.

Il metodo

La teoria nasce dall'esperienza:

esperienza → **osservazione** → **teoria** → **trasferimento**

Utilizziamo improvvisazione teatrale, esercizi corporei e relazionali, simulazioni e debriefing.

L'improvvisazione è uno strumento di apprendimento, non un obiettivo: non sono richieste competenze teatrali.

> *Il metodo si riconosce nella **Presenza Consapevole in Azione**: accorgersi di ciò che accade a sé, agli altri e nella relazione, per agire intenzionalmente e trasformare il contesto in funzione degli obiettivi comuni.*

Cosa consegniamo

Workbook di lavoro per i partecipanti: domande e spazi per annotare ciò che emerge negli esercizi.

A fine percorso, la teoria emersa dal gruppo: un documento che dà un nome a ciò che è successo in aula, con esercizi e domande per costruire un processo di cambiamento nel proprio contesto di lavoro. Parte dai loro casi specifici, non da un manuale generico.

Materiali necessari

Una lavagna grande a fogli, sedie e uno spazio dove le persone possano muoversi camminando.



"Ho apprezzato il modo in cui avete saputo mescolare momenti di distensione e divertimento con momenti di riflessione più profondi... Mi sono portata a casa alcune consapevolezze su come possiamo stare (o non stare) nei conflitti e il potere del 'sì' come meccanismo di collaborazione."

Ambra Lombardi
Ricercatrice per lo sviluppo di politiche abitative ed urbane



"La giornata è stata davvero ricca e intensa... ho trovato anche uno spazio protetto dove sperimentarsi, scoprirsi e condividere."

Eleonora Sordella
Headhunter, Coach, Formatore



"Alex, Isabella e Lara hanno saputo creare un clima sicuro, accogliente e stimolante che ha abbattuto tutte le mie insicurezze e i miei dubbi. A casa, anche dopo settimane, mi sono portata un gran divertimento e la consapevolezza che le difficoltà si trasformano... e possono generare occasioni nuove per incontrarsi e stare in relazione."

Sara Cremaschi
LinkedIn Top Voice Equilibrio vita-lavoro · Designer educativa

06 · FORMATO E COLLABORAZIONE

Formato e collaborazione

- 12 ore complessive: quattro moduli da tre ore, oppure due giornate da sei ore.
- Formazione in presenza, con due formatori.
- Gruppo consigliato: fino a 16 partecipanti.
- Progettazione condivisa e personalizzazione sulle esigenze del cliente.
- Il partner mantiene cliente, relazione commerciale e proprio format; Progetto Abbastanza contribuisce con competenze specialistiche, co-progettazione e conduzione del modulo. Il modulo può essere presentato in white label o con il doppio marchio, a seconda dei vostri bisogni.

07 · CONDIZIONI ECONOMICHE

Condizioni economiche

Da definire in sede di progettazione.

08 · CHI SIAMO

Chi siamo

Siamo un gruppo di professionisti con competenze complementari in psicologia, educazione, formazione, processi organizzativi, comunicazione, marketing e improvvisazione teatrale.



ALEX DE BRASI

Educatore, laureato in psicologia, Master in Comunicazione e Linguaggi non verbali. Facilitatore esperienziale, con esperienza pluriennale nell'educazione e nella gestione di gruppi. Attore e formatore di improvvisazione teatrale.

LinkedIn
CV



ISABELLA RUBERTO

Psicologa e psicoterapeuta a indirizzo biosistemico, conduce gruppi ed esperienze formative. Attrice e formatrice di improvvisazione teatrale da oltre 17 anni.

LinkedIn
CV



LARA LOMBARDI

Ingegnera gestionale, formatrice in ambito digitale e di public speaking. Si occupa di marketing, comunicazione e qualità aziendale; è attrice di improvvisazione e speaker.

LinkedIn
CV

09 · CONTATTI

Contatti e approfondimenti

PROGETTO ABBASTANZA

Email: progettoabbastanza@gmail.com
Sito: www.progettoabbastanza.it
Prenota una call: progettoabbastanza.it/#iscrizione