

ESSERE CONNESSIONE

LE RADICI DELLA MINDFULNESS

Cortina d'Ampezzo, 27, 28, 29 settembre 2024

Buongiorno a tutti e GRAZIE di cuore per questa splendida opportunità di poter condividere, con tutti voi, il progetto della *Carta fondativa del benessere organizzativo e della Mindfulness nelle P.A.*

Un progetto rivolto al personale della pubblica amministrazione che si esprime attraverso lo sviluppo e la promozione di un percorso formativo, informativo ed esperienziale su diversi ambiti di attività. (MPAP - Mindfulness Public Administration Program).

Non vi nego una grande emozione, nell'essere qui quest'anno da questa parte del tavolo... e soprattutto, parlare dopo Renato Mazzonetto... che ringrazio, il nostro grande maestro... e organizzatore scientifico del progetto Cortina Mindfulness, un onere e un onore ... attraverso la connessione, che è il *fil rouge* che quest'anno caratterizza

le nostre giornate, cercherò di portare un po' di questa magia nella nostra attività istituzionale e nella vita quotidiana della pubblica amministrazione, parlandovi del nostro progetto.

Ringrazio *l'amministrazione comunale di Cortina e la Vice Sindaca Roberta Alverà*, che aspettiamo a Bologna il prossimo 14 ottobre, la ringrazio per questa splendida ospitalità e per l'accoglienza in questo contesto magico, che ci aiuta senza fatica e in modo armonioso, a creare connessione e sintonia e ringrazio davvero di cuore Renato, che ha organizzato questo evento meraviglioso e ogni volta che lo ascolto, è per me una immensa gioia, colma di gratitudine.

GRAZIE ...

Insieme al Presidente di UPI Emilia-Romagna, Andrea Massari, che non riesce ad essere qui oggi, ma che mi prega di portare i suoi saluti, e il suo augurio di buon lavoro, abbiamo subito condiviso con entusiasmo questo progetto proposto dall'Assemblea legislativa, e di questo sono

grata al Direttore Leonardo Draghetti per averci da subito coinvolti e resi parte attiva e propulsori di consapevolezza.

Progetto, questo della **Carta fondativa e del benessere organizzativo e della mindfulness nella pubblica amministrazione**, che è soltanto fonte di opportunità e viene sempre più utilizzato come strumento per:

- *aumentare la consapevolezza e la resilienza dei dipendenti;*
- *migliorare la gestione dello stress;*
- *aumentare la produttività,*

tutelando, in tal modo, il benessere delle persone che lavorano nelle organizzazioni, luogo in cui trascorrono la maggior parte del proprio tempo di vita lavoro, ed è pertanto strettamente legato ai compiti istituzionali delle pubbliche amministrazioni, con effetti sul benessere dei cittadini, impattando sul valore pubblico prodotto.

Gli **OBIETTIVI** che la carta fondativa si pone e che vorrei qui semplificarvi ma che ci piacerebbe insieme all'Assemblea legislativa, condividere con

voi, lasciandovene una copia, essendo a disposizione di tutti coloro che desiderano approfondire la cosa, sono pertanto quelli di:

- impegnare le pubbliche amministrazioni alla promozione della salute e del benessere dei lavoratori, e la mindfulness ne diviene uno dei principali strumenti;
- creare un metodo di lavoro condiviso che si auto sviluppa e progredisce, migliora e si impregia grazie al contributo di tutti;
- creare percorsi di ascolto, proposte, azioni, interventi, collaborazioni, contributi, a fine di migliorare la soddisfazione personale-lavorativa e il senso di appartenenza all'organizzazione. In una parola, creare connessione e condivisione.

L'adesione alla carta fondativa non prevede alcun costo a carico degli enti aderenti ma solo:

- l'impegno ad inserire un piano di benessere organizzativo all'interno del PIAO (piano integrato di attività e organizzazione) o, più semplicemente, un atto di organizzazione dove si citi la carta fondativa a cui si è aderito formalmente.
- E, poi, l'impegno, che mi piace più leggere *come l'insieme delle opportunità* che vengono date, e quella di partecipare alle iniziative formative, agli eventi organizzati da UPI e dall'Assemblea legislativa e anche alle proposte da parte degli enti aderenti, su proprio stimolo. E sulle proposte convegnistiche e formative vi darò accenno a breve, e trovate già una sintesi delle nostre prossime iniziative qui nella brochure che abbiamo consegnato dove trovate le nostre prossime proposte dei prossimi mesi.

Come UPI, in rappresentanza delle nostre 8 Province dell'Emilia-Romagna (che hanno tutte aderito) e della Città Metropolitana di

Bologna (che ha chiesto un incontro e sta valutando l'adesione), ci siamo subito attivati per organizzare momenti di approfondimento con i territori, i direttori del personale e i segretari generali, che sono stati preziosissimi nel comprendere il valore e la portata del progetto, facendosi parte attiva verso i propri collaboratori e l'ente in generale, e in tempi davvero brevi si è arrivati alla sottoscrizione della Carta da parte di tutte le Province dell'Emilia-Romagna.

L'entusiasmo convinto dell'utilità del progetto e delle diverse opportunità che ne derivano ci ha poi spinti a coinvolgere anche altri soggetti istituzionali diversi e così è stato.

Abbiamo coinvolto la Corte dei conti sezione controllo dell'Emilia-Romagna, che ringrazio, nella persona del suo Presidente Marcovalerio Pozzato, che è qui oggi e porterà la sua esperienza e che, da subito, ha positivamente accolto l'invito, cogliendo il valore intrinseco e le opportunità di poter migliorare il benessere lavorativo dei propri collaboratori attraverso l'adesione alla carta fondativa.

E poi i Comuni, i Sindacati, i soggetti privati che ne hanno colto la grande portata e il valore aggiunto e che a titolo esemplificativo vi vorrei nel dettaglio enunciare, si è creata così una filiera di enti locali che in Emilia-Romagna, possiamo dirlo, a diversi livelli, ha valorizzato il progetto e lo ha fatto proprio.

All'obiezione di impegnare tempo in attività extra lavorative, abbiamo convintamente asserito che l'unico tempo non impiegato in modo corretto e funzionale è quello che non pone l'individuo al centro e non ne valorizza le peculiarità.

Dove ciò avviene, invece, potremo cogliere un tempo che permetta a ciascuno di esprimere il meglio da sé stesso e di contribuire a creare un lavoro migliore e di qualità, perché parte di un progetto condiviso.

Principio questo sancito dalla **Costituzione agli articoli 1 – 2 – 32 – 35, 41** dove, tra i vari principi tutelati, si ribadisce la *necessaria tutela al benessere dell'individuo come fondamentale diritto e come interesse*

della collettività, prevedendo non solo la garanzia all'integrità fisica ma anche la tutela e l'equilibrio psicofisico nel suo complesso, definendosi, pertanto, come diritto alla salute mentale e tutela della persona nella sua integrità.

Come anticipato poco fa abbiamo organizzato, insieme all'Assemblea legislativa e sotto la guida e direzione scientifica di Renato, per l'autunno, un PROGETTO DI CONOSCENZA E FORMAZIONE rivolto agli enti locali: un percorso informativo e formativo che si articola attraverso:

- CONVEGNO – il 14 ottobre a Bologna, in presenza, al quale siete tutti invitati dal titolo: *La persona al centro* (e di cui potete vedere nella slide il dettaglio)
- PERCORSO FORMATIVO articolato in 3 diversi momenti: il 6, il 20 novembre e l'11 dicembre dove parleremo di mindfulness e benessere organizzativo dello sviluppo delle capacità attentive e del rapporto che c'è tra consapevolezza e concentrazione e infine

affronteremo il grande quesito, al quale ci piace rispondere in modo assertivo, e cioè se sia possibile essere felici nell' ambiente lavorativo.

Le opportunità concrete per gli enti aderenti sono state, negli scorsi mesi:

- partecipazione gratuita ad un master in counseling,
- condivisione di momenti di approfondimento,
- formazione strutturata che già l'Assemblea Legislativa ha messo in atto negli scorsi anni, sul personale interno, con ottimi riscontri.

Il benessere delle persone al centro quindi di una P.A: moderna, efficiente, e in grado di rispondere alle esigenze della collettività.

Immaginiamo, infatti, che tutto ciò che possiamo definire come

VALORE PUBBLICO INTERNO: soddisfazione lavorativa, l'equilibrio tra vita privata e lavoro (dove si passa gran parte delle ore del giorno),

l'opportunità di crescere, sentirsi parte di un progetto, far parte di un obiettivo, crescita personale e professionale, possano generare (e di questo ne siamo certi e ciascuno di noi credo ne sia ampiamente consapevole, avendolo provato sulla propria pelle), una **miglior performance individuale ed organizzativa.**

Le persone felici sono persone che vivono e che lavorano meglio e, a ciò, ne consegue un miglioramento del livello di benessere economico, sociale, ed ambientale per tutta la collettività, generando il c.d.

VALORE PUBBLICO ESTERNO.

Con grande soddisfazione abbiamo colto, come UPI, nelle amministrazioni e negli enti che hanno sottoscritto la carta fondativa, la consapevolezza del valore e dell'utilità del progetto, attraverso l'avvio di un percorso improntato ad aumentare la consapevolezza e il benessere dei dipendenti, proprio nella convinzione che tutto ciò influenzi in modo positivo ed efficace l'operatività quotidiana e la performance lavorativa.

Una volta, durante il Festival della filosofia organizzato a Modena diversi anni fa, rimasi colpita da un aforisma che credo essere molto vero: chi è infelice, tende a venir meno al proprio dovere.

Credo sia proprio così e credo che questo progetto possa davvero contribuire a renderci persone più felici e più consapevoli, più grate e più riconoscenti, in grado di far meglio il nostro dovere e di essere persone migliori, per noi stessi, per chi ci sta vicino e per la collettività.

Ora che siamo consapevoli di queste grandi opportunità che la carta fondativa ci può dare, per la sua grande capacità di porre al centro di tutto l'individuo e di favorire le connessioni, possiamo condividere questo progetto e credo che il merito della PA e di ogni struttura organizzata, sia proprio quello di cercare di rendere migliore la vita dei propri dipendenti e della collettività tutta, favorendo questi processi.

Un sentito grazie davvero a tutti voi, per avermi permesso di condividere questo percorso, per averlo potuto raccontare, e devo dire

che, ogni volta che ne parlo, per me è emozionante, perché in prima persona ne ho misurato e constatato gli effetti positivi e credo davvero che si possa diventare persone migliori e più felici anche grazie a questo percorso.

GRAZIE

Luana Plessi

Direttrice UPI Emilia-Romagna