

The background is a light brown wood-grain texture. A large, semi-transparent red speech bubble is centered on the page. Inside the speech bubble, the text is written in bold, black, uppercase letters. A red arrow points downwards from the bottom center of the speech bubble.

**LE RISORSE PERSONALI E LA LORO
ESPRESSIONE NEL CONTESTO LAVORATIVO**

Società del benessere

- Negli ultimi decenni le organizzazioni sono state attraversate da numerosi cambiamenti (digitalizzazione, sviluppo settore terziario, affinamento tecniche di gestione).
- In questa evoluzione sono state coinvolte anche le scienze sociali, tra cui la psicologia, che non opera più in maniera avulsa dal contesto, ma tiene conto delle situazioni contingenti e dell'influenza dell'ambiente. Si pensi che prima la cura della psicopatologia era standardizzata ed uguale per tutti, per esempio, la selezione del personale era intesa come ricerca dell'uomo giusto al posto giusto. Al contrario oggi si afferma una psicologia volta ad individuare le migliori condizioni di adattamento e di innovazione proattiva.

Potenzialità

Benessere soggettivo

Risorse Personali

Piacere

Speranza

PSICOLOGIA POSITIVA

Sviluppo personale

Ottimismo

Flow

Cosa si intende per RISORSE PERSONALI?

- **TEORIA DELLA CONSERVAZIONE DELLE RISORSE (COR; Hobfoll 1989;2011).**
- **POSITIVE ORGANIZATIONAL BEHAVIOURS (POB; Luthans, Church;2002).**
- **Il «capitale psicologico»: riferito ad alcune dimensioni di natura psicologica, che consentono all'individuo di riuscire professionalmente (efficacia personale, ottimismo, resilienza, determinazione).**

**«La disciplina psicologica, nella sua moderna
accezione di Positive Psychology orientata allo
sviluppo delle persone e alla comprensione dei
fattori alla base del benessere, piuttosto che del
malessere, rappresenta il patrimonio conoscitivo
di riferimento per comprendere, analizzare e
orientare pratiche HR efficaci»
(BORGOGNI, 2010)**



AGENTICITÀ: *Teoria social cognitiva* (Bandura, 1986)

L'individuo è agente, ossia in grado di agire in modo intenzionale su se stesso e sul proprio contesto.

L'agenticità rappresenta la facoltà umana di agire in modo trasformativo sugli eventi, affrontandoli in modo proattivo e facendosi promotore di cambiamento.

L'esercizio dell'agentività, secondo Bandura, è sostenuto da alcune capacità cognitive: le **capacità agentiche**.



Simbolizzazione

- **La capacità umana di tradurre la propria esperienza e conoscenza in rappresentazioni cognitive, ossia attribuire significati all'ambiente con cui si interagisce e codificarlo in simboli. È alla base del funzionamento delle altre quattro capacità agentiche.**

ANTICIPAZIONE

- **Gli individui sono in grado di svincolarsi dal presente e proiettarsi nel futuro. Possono anticipare il tipo e il livello di risultati che vogliono raggiungere, le variabili facilitanti o ostacolanti il perseguimento di tali standard, le possibili reazioni degli altri alla propria condotta e le**

Autoregolazione

- **Meccanismo di regolazione delle motivazioni, azioni, emozioni, che consente loro di monitorare l'allineamento del proprio funzionamento con gli obiettivi prefissati e di intervenire in caso di condotte improduttive**

AUTORIFLESSIONE

- Saper riflettere sulle proprie azioni. Gli individui sono in grado di elaborare un pensiero sul proprio operato, così da valutarne l'efficacia e da identificare le strategie comportamentali e cognitive migliori e quelle invece da evitare perché risultate inefficaci.

APPRENDIMENTO VICARIO

- **Gli individui creano rappresentazioni cognitive delle azioni altrui e, in questo modo, ne assimilano le determinanti sottostanti così da poterle riprodurre.**









- **Le risorse psicologiche (ottimismo, resilienza, efficacia personale, determinazione) operano in sinergia in condizioni ottimali.**
- **Esiste una matrice psicologica comune che lega le suddette dimensioni.**



Capitale psicologico» o «PsyCap»



Uno stato psicologico positivo di sviluppo caratterizzato da (1) avere la convinzione di riuscire a mettere in atto gli sforzi necessari per raggiungere obiettivi sfidanti (efficacia personale), (2) perseverare verso gli obiettivi e, laddove necessario, cambiare strategia per raggiungerli (determinazione), (3) fare attribuzioni positive sulla propria riuscita presente e futura (ottimismo), e (4) reagire ai problemi e alle difficoltà che si presentano e superarle per ottenere successo (resilienza). [Luthans, Youssef, Avolio, 2007]

| | | | | |
|----------------------------------------|-----------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>capitale psicologico</p> | <p>self-efficacy</p> | <p>Quando si presentano problemi difficili a lavoro so come risolverli</p> | <p>1=completamente in disaccordo; 6=fortemente in accordo</p> | <p>Per favore, descriva come definirebbe il suo lavoro considerando le seguente dichiarazioni e utilizzando le seguenti scale di risposta</p> |
| | | <p>Solitamente nel mio lavoro riesco a raggiungere gli obiettivi prefissati anche quando si verificano situazioni inattese</p> | <p>1=completamente in disaccordo; 6=fortemente in accordo</p> | |
| | <p>ottimismo</p> | <p>Quando devo affrontare una situazione difficile, penso sempre che tutto andrà per il meglio</p> | <p>1=completamente in disaccordo; 6=fortemente in accordo</p> | |
| | | <p>Riguardo al mio futuro professionale sono ottimista</p> | <p>1=completamente in disaccordo; 6=fortemente in accordo</p> | |
| | <p>resilienza</p> | <p>Al lavoro posso stare “per conto mio” se necessario</p> | <p>1=completamente in disaccordo; 6=fortemente in accordo</p> | |
| | | <p>So gestire i momenti difficili al lavoro, perché ho già sperimentato situazioni difficili</p> | <p>1=completamente in disaccordo; 6=fortemente in accordo</p> | |