

# #Play the Brain



@Elisabetta Mattio

@Elena Re

@Roberta Fasana

@Paola Magliano

@Monica Ciallie

@Serena Candeo

@Federica Riccardi



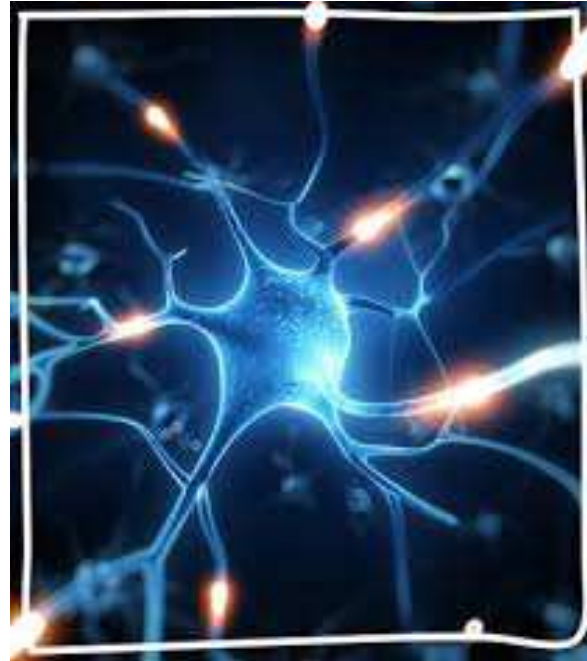
# I nostri focus

## **NEUROTEAM**

Team come unico sistema che usufruisca della plasticità neuronale dei singoli perché diventi un team adattivo

## **CRONOBIOLOGIA**

Strumento per l'organizzazione del lavoro



## **NUOVE ABITUDINI**

Quali strumenti sono utili per rendere i cambiamenti più stabili?

## **NUDGING**

Decision making consapevole



# LA CRONOBIOLOGIA: UNO STRUMENTO PER L'ORGANIZZAZIONE DEL LAVORO

## LA CRONOBIOLOGIA: UNO STRUMENTO PER L'ORGANIZZAZIONE DEL LAVORO



- **CRONOBIOLOGIA:** scienza del tempo
- **RITMI CIRCADIANI** (circa 24 ore) sono regolati da un orologio biologico cerebrale (genetico) che è sincronizzato dall'alternarsi luce/buio (Nobel 2017 Jeffrey C. Hall, Michael Rosbash e Michael W. Young).
- **CRONOTIPI E PERFORMANCE** con diverse capacità di performance nel corso della giornata.
- **DISALLINEAMENTO CON OROLOGIO BIOLOGICO:** stili di vita e di lavoro disallineati con i ritmi biologici possono causare ripercussioni a livello ormonale, lavorativo, psico-sociale e sanitario.
- **SOLUZIONI:** esistono strumenti e strategie di adattamento specifici per ridurre gli effetti negativi del disallineamento (*adapt or die*).

### *L'applicazione da parte di HEALTHWAY della cronobiologia all'organizzazione del lavoro*

- Gestione **orario lavoro** «adatto» (*biocompatibile*) e **turnistica** ottimale.
- Massimizzazione della **produttività ed efficienza**.
- **Riduzione dei rischi** per la salute, inidoneità.
- **Acquisizione** dei regolatori esterni di *allineamento* e loro **applicazione** in azienda.

## NUDGING

### DECISION MAKING CONSAPEVOLE



- **Nudging:** è «L'atto di orientare, in modo gentile, i cittadini a prendere decisioni e attuare comportamenti più efficaci ed efficienti per se stessi e per la collettività, senza però proibire la scelta di altre opzioni» (Nobel 2017: Richard Thaler e Cass Sunstein).
- L'Architettura delle scelte viene costruita sul processo decisionale per indirizzare il soggetto verso determinate opzioni, nei seguenti modi:
  - **Ordine e Disposizione:** es. ponendo la stampante distante dalle postazioni delle scrivanie.
  - **Opzioni di Default:** es. far investire maggiormente in azioni i clienti proponendo per primi i contratti con indice più alto.
  - **Confronto Sociale:** es. formazione con piani di azione di gruppo che coinvolgano tutti i partecipanti.

### *L'applicazione in azienda*

- L'HR può creare **ambienti e contesti di lavoro che favoriscono la performance e abitudini sane.**
- L'HR può proporre modalità per **facilitare il self development in modo automatico.**

<b>Trigger neuroscientifici</b>	<b>Consigli per rafforzare il learning path</b>
<b>Attenzione selettiva</b>	<b>1st Must Have</b>
<b>Sistema limbico e apprendimento:</b>	<b>Emotional learning</b>
<b>L'apprendimento passa attraverso il corpo</b>	<b>Brain move</b>
<b>L'apprendimento è abitudine</b>	<b>Habits &amp; Rewarding</b>