



Onde di gentilezza per migliorare l'ambiente lavorativo e favorire l'umanizzazione delle cure

Zedda F ; Landis B; Bachis K; Basciu S ; Casu E; Corona V; Corvo G; Deiana P; Floris C; Greggiu M; Lecca D; Loddo D; Meloni MC; Norbertini M; Onnis S; Pantaleo R; Pes M; Porru L; Schirru C; Sitzia B; Zara N; Plantas S; Salis L; Massa P; Murgia C; Pinna S ; Sainas G; Cadeddu M; Murtas S; S.C. Emodialisi, Asl di Cagliari, centro Dialisi SS. Trinità di Cagliari

La gentilezza vola lontano...

“Può il batter d' ali di una farfalla in Brasile provocare un tornado in Texas?”

Assolutamente si! Tutto merito dell' effetto farfalla, così come lo definì Edward Lorenz 

Ciò significa che un gesto impercettibile come il battito d'ali di una farfalla, semplici gesti inaspettati come un sorriso o una piccola attenzione al momento giusto possono innescare un'ondata di cambiamenti.

Introduzione: Uno degli studi psicologici più lungo di tutti i tempi (Harvard Men Study) seguì oltre 260 individui dalla loro iscrizione all'università verso la fine degli anni trenta, sino ai nostri giorni. Dai numerosissimi dati raccolti George Vaillant, lo psicologo che ha guidato la ricerca, ha voluto riassumere le scoperte fatte in un'unica parola: **Amore**. Le relazioni sociali sono importanti per la nostra felicità, anzi contano più di qualsiasi cosa al mondo, così come il cibo e l'aria. Da qui è nato il nostro progetto sulla gentilezza, avente come obiettivo il miglioramento della relazione medico/infermiere /paziente, dell' umanizzazione delle cure e delle prestazioni terapeutiche.

Metodologia: A novembre 2022 in occasione della Giornata mondiale della gentilezza nel nostro reparto di emodialisi, noi operatori, ci siamo ritagliati dei momenti di riflessione con i pazienti sul significato della parola gentilezza e i suoi benefici, abbiamo raccolto in un apposito cartellone frasi e pensieri. Abbiamo creato l'angolo della gentilezza e della libreria gentile, consegnato ai pazienti un segnalibro e una pergamena e proiettato nelle sale dialisi dei video sull' argomento.

Risultati: Buona adesione da parte delle figure coinvolte, per un totale di circa 35 operatori e 60 pazienti. Entusiasmo e miglioramento dell' ambiente lavorativo, momenti di riflessione sull' importanza di una comunicazione gentile, ogni piccolo gesto verso un atteggiamento più gentile e cortese può propagare onde di positività in azienda.

Conclusioni: Sono molteplici i benefici della gentilezza. Dal punto di vista relazionale diffondere una cultura di bellezza e di gentilezza significa creare connessioni forti ed efficaci tra gli individui basate sulla cooperazione, sulla condivisione e sull' empatia, significa gettare le basi per relazioni sociali soddisfacenti che ci permettono di vivere meglio e di prosperare dal punto di vista personale e professionale. Questo progetto è il primo passo di una serie di eventi che coinvolgeranno il nostro centro dialisi.

Bibliografia: Shenk, J.W. (giugno 2009). What Makes us Happy ? The Atlantic Monthly; Diener, E., Biswas-Diener, R. (2008). Happiness: Unlocking the mysteries of Psychological Wealth, Malden, MA: Wiley- Blackwell, pg.66; Achor S, Il vantaggio della felicità, i sette principi della psicologia positiva che alimentano il successo e la performance; coltiviamo gentilezza.it; <https://cityofkindness>; Espanoli L. Per un' organizzazione che cura, editrice dapero.

Angolo della Gentilezza



La gentilezza è una virtù rara
portala con te
ti ripagherà sempre