

Verso una Psicologia Integrata in Azienda

Consapevolezza, gentilezza e lavoro d'équipe come cura dei sistemi organizzativi

Dott.ssa Daniela Grenzi –
Psicoterapeuta
Vice presidente **Coop LUNEnuove**

www.lunenuove.it

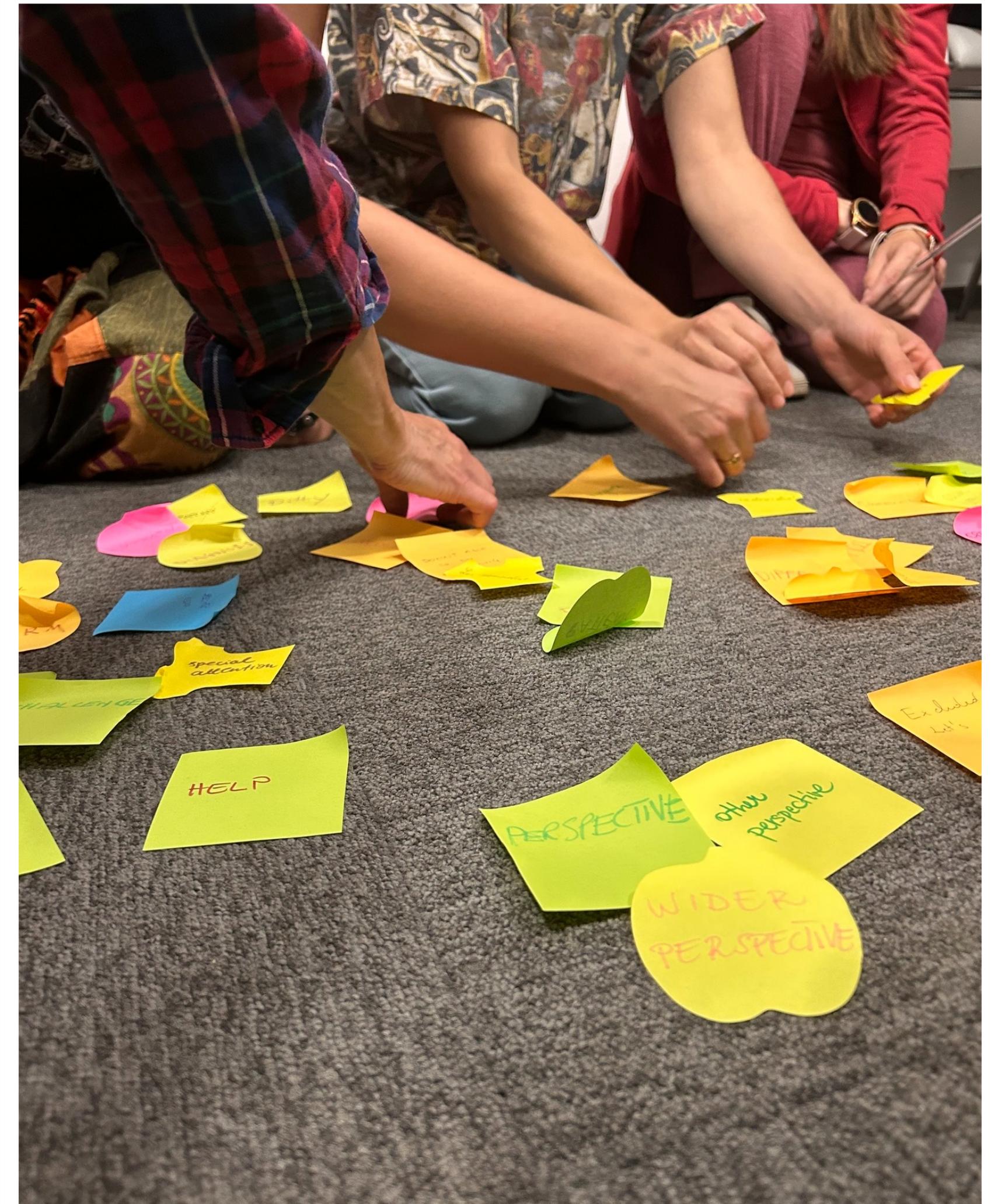


Perché serve una nuova psicologia

🎯 *Dal benessere individuale alla salute sistemica*

- Crescono stress e burnout
- Lavoro = ambiente umano complesso
- Serve un approccio che unisca corpo, mente, relazioni, ambiente

“La mente non è confinata nel cranio, ma si costruisce nelle relazioni e nei contesti.”



Tre prospettive a confronto

👉 **Clinica – Organizzativa – Integrata**

🌸 “La MCA® è una terza via: una psicologia della consapevolezza ambientale.”

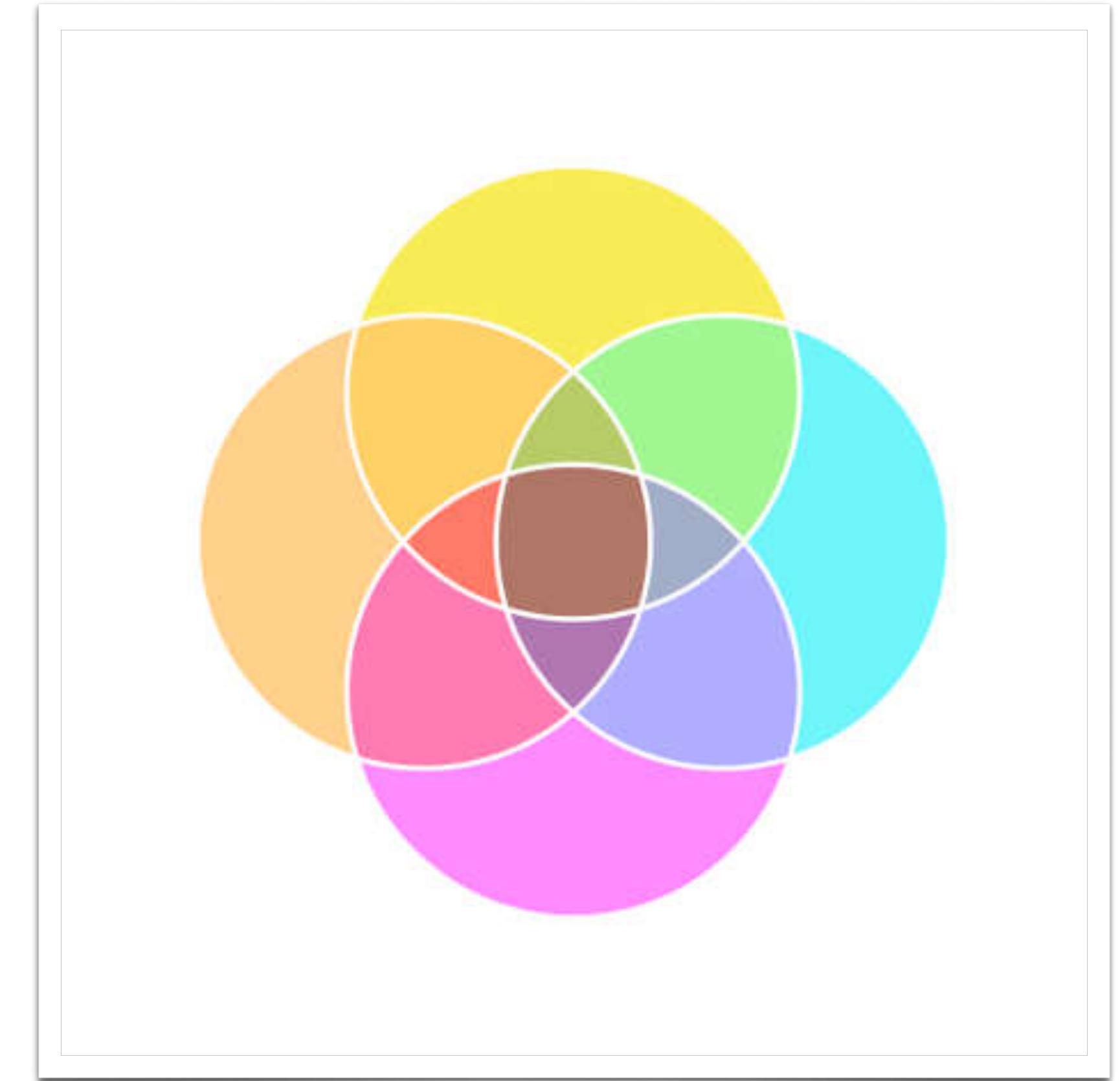
Approccio	Focus	Limiti	Evoluzione
Psicologia clinica	Sofferenza individuale	Non agisce sul sistema	Cura
Psicologia delle organizzazioni	Processi e clima	Poco profondo	Gestione
Psicologia integrata (MCA®)	Corpo–Mente–Relazioni–Ambiente		Trasformazione

La teoria ecobiopsicosociale

☛ *Un modello scientifico di interconnessione*

- **Origine: modello biopsicosociale (Engel, 1977) → evoluzione ecobiopsicologica (Frigoli, 2013)**
- **La salute nasce dall'interazione dinamica tra ambiente, corpo, mente, spirito e società**
- **Implicazione: non curare solo il soggetto → rigenerare anche il contesto**

“Ogni disturbo umano è un linguaggio dell'ecosistema di cui facciamo parte.”



Il modello MCA®

🎯 *Mindfulness Compassion Ambientale®*

Tre livelli d'intervento

Individuale → Consapevolezza e autoregolazione

Relazionale → Comunicazione empatica e coesione

Ambientale → Contesti che favoriscono calma e senso

“Il benessere è una proprietà emergente del sistema umano.”



Il lavoro d'équipe come modello culturale

🎯 *L'équipe: dal clinico all'organizzativo*

- **L'équipe clinica come spazio di riflessione, non solo di compiti**
- **Cultura dell'ascolto e della *psychological safety***
- **Il gruppo come regolatore naturale dello stress**

“I team che condividono vulnerabilità generano fiducia e innovazione.”





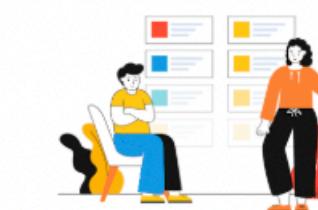
Prevenire il Burnout in azienda

Un percorso unico che integra neuroscienze, **Mindfulness Compassion Ambientale®** e **Pet Therapy Relazionale Integrata®**. Grazie alla mediazione degli animali, riconosciuti dalle evidenze scientifiche come facilitatori della regolazione emotiva, sostiene le persone nei momenti di esaurimento emotivo e aiuta le aziende a creare contesti di lavoro più sani, resilienti e collaborativi.



Mindfulness Compassion Ambientale® per Aziende

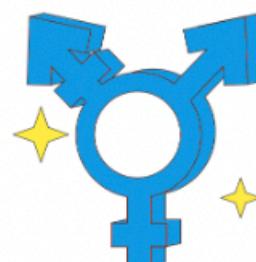
La **Mindfulness Compassion Ambientale®** aiuta persone e aziende a trasformare lo stress in una risorsa. Coltivare presenza e gentilezza nel lavoro quotidiano significa ridurre automatismi, affrontare le sfide con maggiore lucidità e costruire relazioni più sane e collaborative. Un approccio semplice e concreto che genera benessere individuale e organizzativo.



SeePink! Formazione su disparità e stereotipi di genere per la certificazione UNI/PdR

125

Superare stereotipi e disparità non è solo una scelta etica, ma un passo concreto verso un'azienda più equa inclusiva e competitiva. Con SeePink! accompagniamo le organizzazioni nel percorso di cambiamento e nel consolidamento della certificazione sulla parità di genere.



Ambasciatrici e Ambasciatori della Parità di Genere

Diventare Ambassador significa trasformare la certificazione in un impegno quotidiano. Persone provenienti da ruoli diversi — manager, responsabili e figure operative — vengono formate per mantenere vivi i valori della parità e renderli parte integrante della vita aziendale, con un approccio consapevole e orientato al benessere collettivo.



Parole che contano: il linguaggio inclusivo nei luoghi di lavoro

Le parole costruiscono relazioni e cultura. Scegliere un linguaggio inclusivo e rispettoso delle differenze significa creare un ambiente accogliente, consapevole e motivante.

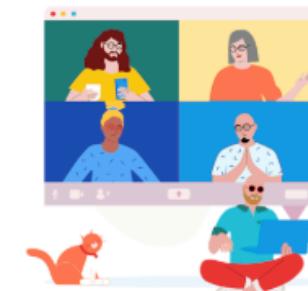
Con questo percorso, le aziende rafforzano i propri valori e acquisiscono punteggio utile per la **certificazione UNI ISO 30415** sulla Diversity & Inclusion



Senza esclusione di corpi: per un ambiente di lavoro inclusivo

La disabilità non riguarda solo pochi, ma può toccare ognuno di noi in modi diversi.

Con il percorso *“Senza esclusione di corpi”* aiutiamo le aziende a trasformare questo sguardo in pratiche concrete di inclusione, in linea con la certificazione **UNI ISO 30415** e attraverso il nostro modello di **Mindfulness Compassion Ambientale®**.



Team Building Consapevole con il Circo Inclusivo

Un percorso unico in Italia, nato dalla partecipazione di LUNEnuove a programmi europei come Erasmus+. Attraverso pratiche di mindfulness e circo inclusivo, le aziende possono rafforzare fiducia, collaborazione e intelligenza relazionale, trasformando le differenze in una risorsa e rigenerando il clima di lavoro.



Parenting consapevole in azienda

Sostenere la genitorialità significa investire nel benessere delle persone e nella crescita organizzativa. Questo percorso, inclusivo di tutte le tipologie familiari e attento alle istanze LGBTQ+, rappresenta una leva di welfare aziendale e contribuisce al raggiungimento della **certificazione UNI/PdR 125 sulla parità di genere**.



Alimentazione Consapevole in azienda

Un percorso che unisce consapevolezza e psicoeducazione, trasformando le evidenze scientifiche in buone pratiche quotidiane. Attraverso il confronto non giudicante, aiuta a ridurre stress, migliorare il rapporto con il cibo e trovare soluzioni di benessere sostenibili per tutti, rispettando i diversi stili di vita.



Conoscenza della mente e regolazione emotiva

Un percorso che integra psicologia buddhista e neuroscienze per ridurre reattività e stress, rafforzare resilienza e migliorare le relazioni. Un approccio pratico che aiuta a creare ambienti di lavoro più equilibrati, collaborativi e motivanti.



Hatha Yoga in azienda: benessere per corpo e mente

Lo yoga è una pratica semplice e accessibile per ridurre lo stress, ritrovare equilibrio e rigenerare energia. Attraverso posture, respirazione e rilassamento guidato, questo percorso favorisce benessere individuale e crea un clima aziendale più sereno, collaborativo e produttivo.

I nostri percorsi sono strutturati in versione sincrona (in presenza o in FAD) e/o asincrona attraverso l'utilizzo della nostra piattaforma di e-apprendimento

