

Dott. Francesco Armato  
Dott. Alessandro Curati  
Dott.ssa Gabriella Bosco  
Dott. Marco Amisano  
Dott. Marco Berrino

A.S.L. TO4  
Dipartimento di Prevenzione  
Servizio Prevenzione e Sicurezza degli  
Ambienti di Lavoro (S.Pre.S.A.L.)

A hand is shown placing a red arch-shaped piece on top of two wooden blocks. The block on the left is labeled 'SCUOLA' and the block on the right is labeled 'LAVORO'. The arch piece is positioned over the gap between the two blocks, symbolizing a bridge or connection between school and work.

**Alla ricerca della sicurezza  
nella letteratura:**  
un percorso per sviluppare futuri  
lavoratori consapevoli

12 Dicembre 2022

The background features a collection of colorful gears in shades of orange, teal, and red, scattered across a grey-blue gradient. In the lower portion, there are stylized human figures in dark red, some with arms raised, suggesting a collaborative or celebratory atmosphere. A large, glowing yellow lightbulb is positioned in the center, partially overlapping the text.

Modificare la  
griglia di  
osservazione e  
proporre uno o  
più brani da  
analizzare.

# Il mandato

# Le 10 Life Skills

---

Il nucleo fondamentale delle Life Skills identificato dall'OMS è costituito da 10 competenze:

1. **Consapevolezza di sé**
  2. Gestione delle emozioni
  3. Gestione dello stress
  4. Comunicazione efficace
  5. Relazioni efficaci
  6. Empatia
  7. Pensiero creativo
  8. **Pensiero critico**
  9. **Prendere decisioni**
  10. Risolvere problemi
- 



# Cos'è «pensiero critico?»

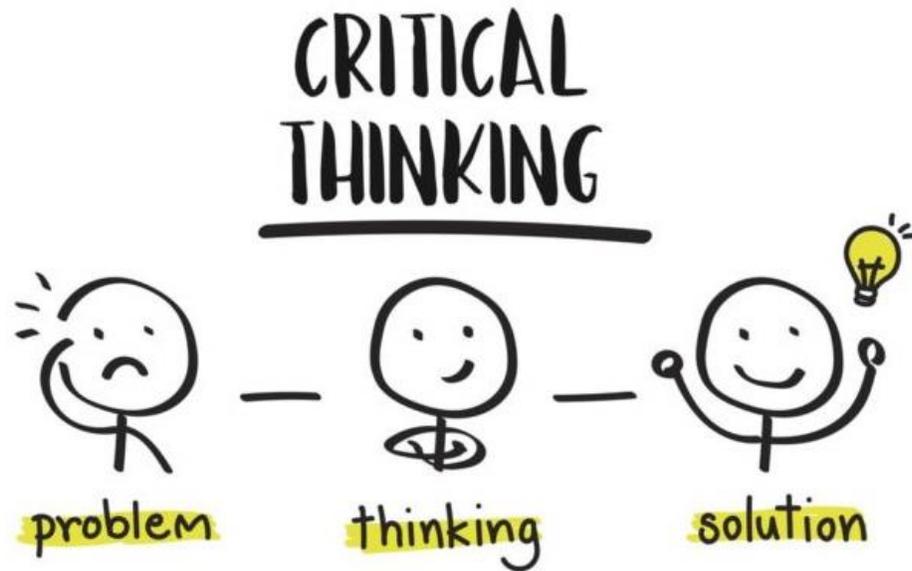
---

Il pensiero critico consiste nel **saper analizzare informazioni, situazioni ed esperienze in modo oggettivo**, distinguendo la realtà dalle proprie impressioni soggettive e i propri pregiudizi, significa riconoscere i fattori che influenzano pensieri e comportamenti propri ed altrui e per questo aiuta a rimanere lucidi nelle scelte.

---



# Cos'è «pensiero critico»?



È "la capacità di esaminare una situazione... e di assumere una posizione personale in merito. Tale capacità costituisce il fondamento di un atteggiamento responsabile nei confronti delle esperienze e relativamente autonomo rispetto ai condizionamenti ambientali"

(Galimberti, 1992)

# Cos'è «pensiero critico»?



In sintesi, il pensiero critico consente di:

- Analizzare informazioni e situazioni in modo oggettivo, valutando vantaggi e svantaggi
- Distinguere la realtà dei fatti dalle proprie impressioni soggettive e i propri pregiudizi e interpretazioni personali
- Riconoscere i fattori esterni che influenzano pensieri e comportamenti propri ed altrui



# Perché sviluppare «pensiero critico»?

Quando **non** si utilizza il pensiero critico, si confondono le proprie interpretazioni personali con la realtà dei fatti; questo rende difficile creare relazioni efficaci e prendere buone decisioni.

# Come svilupparlo?

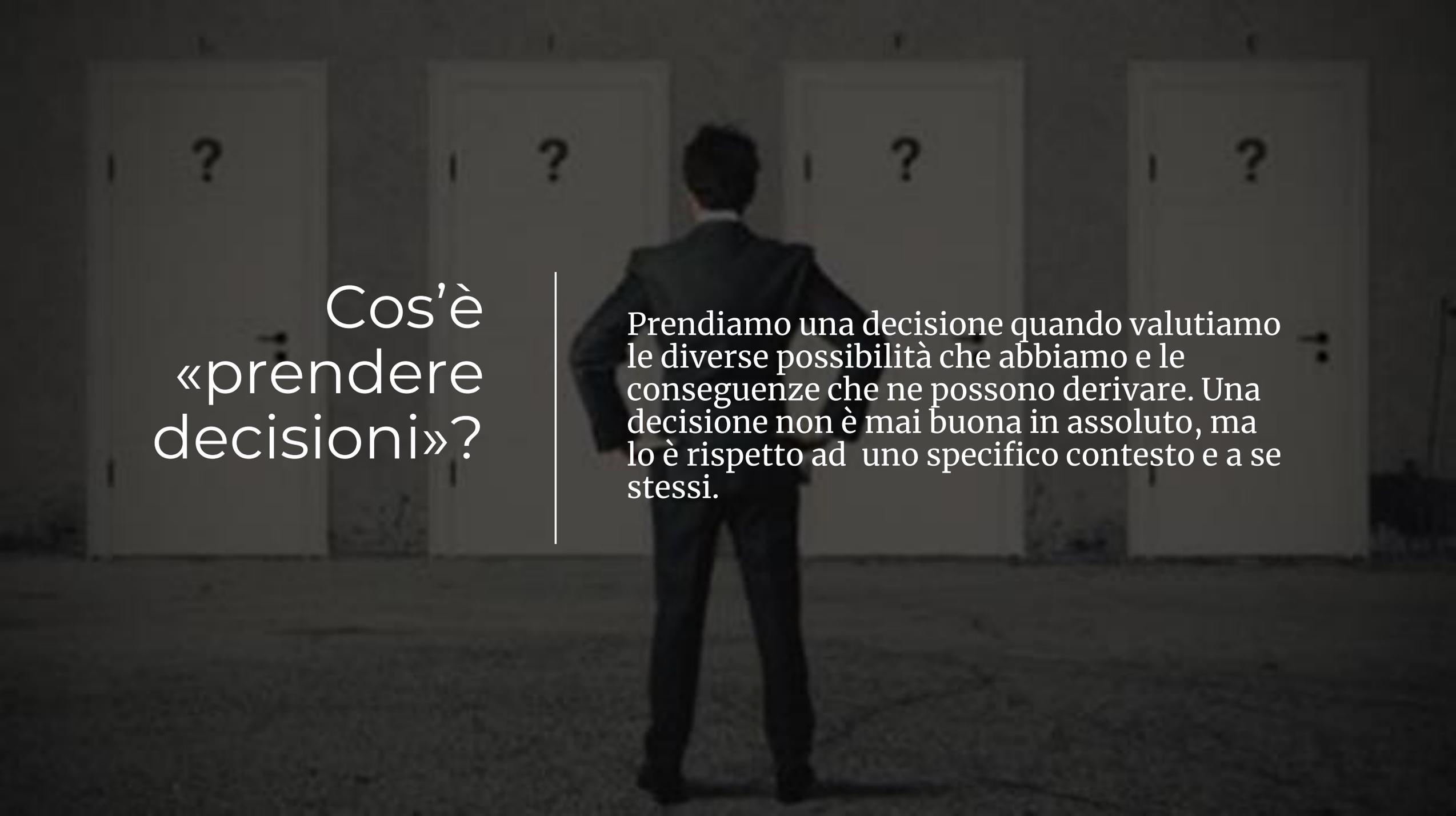
Anche il pensiero critico, come la consapevolezza di sé, va coltivato quando si è in uno stato emotivo tranquillo, di bassa intensità.

Prova a fare pratica seguendo questi 5 passi:

1. scegli una situazione o una persona da analizzare
2. fai domande sull'argomento a chi pensi possa avere informazioni
3. raccogli tu stesso informazioni per trovare risposte alle tue domande
4. ricontrolla le informazioni
5. scegli il modo in cui agire e la tua opinione sulla faccenda

L'obiettivo è far diventare questa procedura la modalità abituale, prima di tutto la ricerca di informazioni, senza fermarsi alla prima idea che ci viene proposto...





Cos'è  
«prendere  
decisioni»?

Prendiamo una decisione quando valutiamo le diverse possibilità che abbiamo e le conseguenze che ne possono derivare. Una decisione non è mai buona in assoluto, ma lo è rispetto ad uno specifico contesto e a se stessi.



# Prendere decisioni

Una buona decisione tiene conto della complessità dell'essere umano, di **SE STESSI** con:

- le proprie priorità
- i propri obiettivi
- i propri punti di forza e debolezza
- i propri valori
- la propria cultura e
- le proprie emozioni.

e del **CONTESTO**:

- le persone coi propri obiettivi, valori, bisogni
- le relazioni tra le persone ed il clima emotivo
- l'ambiente: oggetti, spazi, clima atmosferico, ecc...
- la cultura.

Per questo per prendere buone decisioni è importante avere una buona **CONSAPEVOLEZZA DI SÉ** e un buon **SENSO CRITICO**

**AGIRE**

**E**

**NON REAGIRE**

# Perché svilupparla?

Saper prendere buone decisioni significa **AGIRE** e non **RE-AGIRE** a qualcosa che accade, in questo modo siamo intenzionali e creiamo la nostra vita.

Se viviamo in reazione lasciamo la nostra vita in mano agli altri, se siamo intenzionali siamo noi stessi alla guida della nostra vita.

# Come svilupparla

---

Come sempre l'allenamento è importante che avvenga in situazioni semplici: "Cosa mangio a colazione?", solo più tardi si arriverà ad allenarsi in situazioni più complesse ed importanti della vita: "Cambio lavoro?«

Si può partire dai classici PRO E CONTRO, cioè cosa succede di buono se prendo questa decisione e cosa succede di male? Ma aggiungiamo alla lista i PRO E CONTRO EMOTIVI: quali sono le conseguenze emotive gradevoli e sgradevoli alle quali vado incontro?

