

LA RIVISTA DEI DIRETTORI AMMINISTRATIVI E FINANZIARI

**3** Anno 16 - n. 3  
Luglio 2019  
Trimestrale  
Copia omaggio

# ANDAF

*magazine*

Poste Italiane S.p.a. - Spedizione in abbonamento postale - 70% Roma AUT.C/RM/26/2004



**MATERA,  
CAPITALE EUROPEA  
DELLA CULTURA,  
TESTIMONIAL  
DEL XLII CONGRESSO  
NAZIONALE ANDAF**

**IL RUOLO  
DEL CFO E DELLE  
FIGURE APICALI  
PER LA SOLUZIONE  
DELLA CRISI  
D'IMPRESA**

ISSN 2281-468X

a cura di Elena Caffarena  
Senior Partner e Coordinatrice Nazionale Divisione Sviluppo Risorse Umane e Formazione PRAXI S.p.A.

**Eco-cervello e turbo-cervello: neuroscienze, business e benessere**

«Che vita uguale, che uguale vita. Non cambia mai niente. Ah, ma io sono stufa, non ne posso più. Che barba, che noia, che noia, che barba, che barba, che noia»

Sandra Mondaini, "Casa Vianello"

Sandra Mondaini cercava in "Casa Vanello" la novità, Raimondo la pensava diversamente, meno stress e avventure per una vita più tranquilla e prevedibile: 338 episodi a confrontare due mondi, due punti di vista, due facce dello stesso cervello. Raimondo il nostro cervello cognitivo, che si crogiola nel suo prevedibile ed equilibrato quotidiano; Sandra il cervello emotivo, quello proiettato nel futuro, curioso, alla ricerca della sfida e della novità.

Il nostro cervello in realtà è pigro, la ragione è che cerca sempre di funzionare in modalità "eco", per minimizzare la quantità di energia consumata e quindi utilizzare categorie di riferimento note per ridurre la complessità della realtà. Sono milioni di anni che patiamo la fame e solamente nell'epoca più recente, in una zona molto limitata del mondo, il nutrimento non è più un problema di tutti.

Il mio eco-cervello è quindi costantemente in efficienza cognitiva, si risveglia quando percepisce che mettere il turbo mi consentirà di avere un vantaggio che preventivamente comprendo di poter ottenere. Il turbo si attiva sulla visione prospettica e sulla dimensione individuale (il vantaggio deve essere anche un po' per me). Il cervello in questo caso è disponibile a spendere un po' di più perché sa che proverà il piacere di un vantaggio superiore. Si attiva in questa condizione quello che le neuroscienze chiamano sistema dopaminergico, il circuito del piacere e della ricompensa. Il senso di compiutezza di ciò che sto facendo, e non la frammentaria sequenza di singole azioni, mi fanno attivare il mio turbo-cervello.

Un altro elemento da considerare è che il nostro cervello non è indipendente da influenze esterne, è cognitivamente empatico. Il cervello si fa influenzare dagli altri e ci fa tenere quindi comportamenti in risposta agli atteggiamenti del nostro interlocutore. Questa empatia cognitiva, altro termine neuroscientifico, è determinata con un ruolo principe dai nostri neuroni specchio, quei neuroni che ci fanno "riflettere" il comportamento degli altri. In relazione alle aspettative, alla mimica, ai termini utilizzati, agli atteggiamenti, noi cerchiamo di seguire a ruota i nostri interlocutori come cagnolini. In sostanza, agiamo in risposta a ciò che percepiamo dei nostri interlocutori.

Avere consapevolezza di questi meccanismi neuroscientifici, sistema dopaminergico e senso di compiutezza ed empatia cognitiva, significa possedere due assi nella manica in una vita lavorativa quotidiana produttiva, attiva e finalizzata. Gli effetti positivi del turbo-cervello nella gestione del lavoro quotidiano li possiamo ottenere se attiviamo una serie

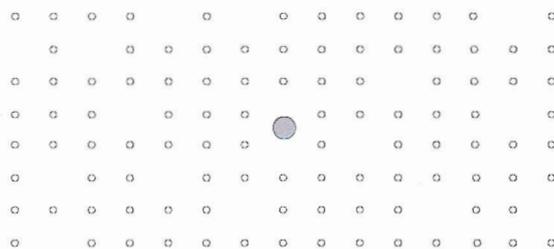
di misure che scatenano il potenziale del nostro cervello (e ci fanno consumare anche qualche caloria in più, pronti per la prova costume):

- trasmettere la visione d'insieme ai nostri interlocutori, capi, collaboratori, colleghi, o ricercarla attivamente facendo domande ad esempio (cercare il "why");
- lavorare su obiettivi complessivi e non per singola attività (focalizzare il "what");
- pensare al generale prima di entrare nel particolare delle attività (descrivere il "how");
- cercare il cliente, pensare a chi utilizzerà ciò che sto facendo e che cosa si aspetta (capire il "for who").

Basta chiacchiere, passiamo come di consueto a fare qualche esercizio.

**Come facciamo a trovare la visione d'insieme?**

Nel seguito trovi il noto gioco enigmistico "La pista cifrata". Nel nostro caso i puntini non sono numerati. Puoi pertanto disegnare liberamente unendo i puntini, partendo da quello più scuro al centro che sei tu, per creare un'immagine che rappresenti il tuo lavoro. Ogni puntino che unisci a te è uno stakeholder (beneficiario interno ed esterno) del tuo ruolo.



Metti uno stakeholder/puntino che hai unito nel disegno accanto a ciascun numero e scrivi sotto quali sono le sue aspettative, insomma un *serious play* sui neuroni specchio.

1. \_\_\_\_\_ che cosa si aspetta da me?  
\_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_ che cosa si aspetta da me?  
\_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_ che cosa si aspetta da me?  
\_\_\_\_\_
4. \_\_\_\_\_ che cosa si aspetta da me?  
\_\_\_\_\_

Puoi continuare su un altro foglio!  
Pensare a cosa i miei interlocutori diretti e indiretti si aspettano dal mio lavoro crea senso della finalità del lavoro, visione d'insieme ed energia al cervello per mettere il turbo. Ragionarci da soli o in team è una grande opportunità per capire il valore aggiunto del nostro ruolo.