



# Le nuove metriche del benessere

## *La fioritura del tuo team*

### Reciprocità, interdipendenza, rigenerazione.

In natura, un ecosistema fiorisce quando ogni elemento è in relazione armonica con gli altri e con l'ambiente. Lo stesso accade nei team: le persone prosperano quando si sentono viste, ascoltate e accolte. Nel momento in cui i singoli possono contribuire in modo autentico e l'energia collettiva li sostiene anziché ostacolare, è lì che l'azienda evolve ed amplia le sue prospettive.

Questa mini-guida ti offre uno strumento semplice e immediato per misurare il livello di "fioritura organizzativa" del tuo team. Si ispira ai principi dell'Ecopsicologia e ai processi di crescita che caratterizzano gli ecosistemi naturali traducendoli in attività concrete da sperimentare con colleghi e collaboratori.

### Le 4 dimensioni della fioritura di un team

Ogni dimensione è accompagnata da una breve spiegazione e da alcune domande di autovalutazione alle quali ti chiedo di rispondere con sincerità. Prenditi un attimo di tempo, siediti in un posto tranquillo e inizia quando senti di aver sgombrato la mente.

Utilizza una scala di misurazione che va da 1 a 5 dove 1 corrisponde al livello più basso e 5 al massimo.

**Radici** – Sicurezza psicologica e fiducia

Come nella natura, senza radici solide non c'è crescita.

#### **Indicatori:**

- Le persone si sentono al sicuro nel condividere idee e difficoltà
- Il team percepisce fiducia nella leadership e tra colleghi
- Gli errori vengono considerati informazioni, non fallimenti

Domande di misurazione:

- Le persone si sentono libere di parlare apertamente?
- Nel team si ammettono errori senza paura di ripercussioni?
- C'è un clima di rispetto costante, anche nei momenti di stress?

**Tronco** – Chiarezza, direzione e allineamento

Il tronco rappresenta la struttura che sostiene la crescita.

**Indicatori:**

- Obiettivi condivisi e compresi da tutti
- Ruoli chiari
- Connessione tra attività quotidiane e visione più ampia

Domande di misurazione:

- Ogni membro sa cosa è atteso da lui/lei?
- Gli obiettivi di team sono chiari e non contraddittori?
- Il team ha una direzione comune percepita come motivante?

**Foglie** – Comunicazione e ascolto

Le foglie sono ciò che permette alla pianta di nutrirsi: nei team la comunicazione lo rende possibile.

**Indicatori:**

- Feedback efficaci e regolari
- Ascolto reale, non solo formale
- Condivisione trasparente delle informazioni

Domande di misurazione:

- Le persone si sentono ascoltate veramente?
- Le informazioni importanti arrivano in modo chiaro e tempestivo?
- I feedback sono frequenti e orientati alla crescita?

## **Fiori** – Benessere, energia e senso di appartenenza

La fioritura è il risultato visibile, ciò che racconta la vitalità del sistema.

### **Indicatori:**

- Collaborazione naturale
- Benessere percepito
- Espressione autentica
- Clima positivo e generativo

Domande di misurazione:

- Le persone mostrano entusiasmo e vitalità?
- C'è un clima emotivo positivo nella maggior parte dei giorni?
- Il team è un luogo in cui sentirsi accolti per come si è?

## Livello di fioritura

---

Ora procedi con la somma dei punteggi delle quattro aree e scopri il risultato:

### 0-20 | **Terreno da rigenerare**

Il team ha bisogno di interventi strutturati: **ascolto, sicurezza psicologica, riallineamento.**

### 21-40 | **Crescita in corso**

Il terreno è fertile ma serve nutrimento: **chiarezza, comunicazione e rituali di team.**

### 41-60 | **Team in fioritura**

Ottima vitalità! Puoi introdurre percorsi outdoor, nature-based e di sviluppo avanzato per espandere ulteriormente la crescita.

---

La **co-evoluzione** è il riconoscere che la crescita non è mai un processo solitario in quanto tu cresci attraverso l'altro, e l'altro cresce attraverso te. Ogni relazione autentica è una forma di apprendimento reciproco.

Quando accetti questa visione, smetti di cercare relazioni perfette e cominci a cercare relazioni vitali che ti mettono in movimento, che ti insegnano qualcosa, che ti costringono a guardare parti di te che magari non volevi vedere.

Nel mondo del lavoro, la co-evoluzione ti porta a riconoscere che la crescita non è mai un processo individuale, ma sempre relazionale.

Se vuoi approfondire la lettura dei risultati o trasformare questa fotografia in un percorso di crescita outdoor personalizzato per il tuo team, contattami qui:

**Mobile +39 339 4358705**

**[info@monicacapello.it](mailto:info@monicacapello.it)**

**[www.monicacapello.it](http://www.monicacapello.it)**