

## I ricordi più belli diventano virtuali: così l'azienda "cura" lo stress da Covid

### MONTEGROTTO

Un'immersione nella realtà virtuale, ricordando i momenti più belli della propria vita, per combattere lo stress generato dal timore del Covid-19. La paura del contagio, soprattutto nel periodo di massimo confinamento, ha interessato i dipendenti delle aziende considerate "attività indispensabili" che quindi non potevano interrompere il lavoro. Con pesanti ricadute sul loro benessere psicologico. La particolare metodologia per fronteggiarle è stata utilizzata dalla AF Energia, impresa con sede in via Roma a Montegrotto, specializzata nella vendita di energia elettrica e di gas naturale. Proprio in questi giorni l'azienda ha ottenuto la certificazione di prima pmi pa-

dovana "etica", con le tre "B" conferite dalla Cerved Rating Agency per trasparenza, sostenibilità e attenzione verso i dipendenti.

### L'EMERGENZA

«Con l'emergenza Covid-19, abbiamo messo in atto tutte le indicazioni di legge per proteggere al meglio il nostro personale - spiega l'amministratore delegato Federico Agostini - dallo smart working per chi lo desiderava, alle procedure di distanziamento. Nessuno dei nostri quattordici dipendenti è stato messo in cassa integrazione, procedimento che personalmente considero un'aberrazione del mercato del lavoro». L'azienda non si è però limitata a garantire la continuità nel servizio assicurando un alto livello di protezione sanitaria. Ha puntato anche alla tute-



IL METODO Il visore fa rivivere al dipendente i momenti più belli

la della salute psichica del personale, messa a dura prova dalle comprensibili paure e tensioni generate dall'emergenza Coronavirus. «Abbiamo utilizzato lo stesso protocollo operativo messo in atto nell'ospedale di Schiavonia, quando è stato classificato come struttura interamente dedicata ai malati Covid - prosegue Agostini -, grazie all'impegno dell'equipe del professor Alessandro De Carlo, docente di psicologia

**LA AF ENERGIA,  
PREMIATA PER L'“ETICA”,  
HA AIUTATO  
I SUOI 14 DIPENDENTI  
CON IL METODO  
USATO A SCHIAVONIA**

all'università Lumsa, che aveva adottato questo avanzato sistema nella struttura sanitaria della Bassa Padovana».

### LA PROCEDURA

La procedura ruota attorno a un ciclo di quattro colloqui, di quarantacinque minuti ciascuno, in cui si inizia con degli esercizi di rilassamento per poi arrivare all'ingresso nel mondo della realtà virtuale. «Alla persona - spiega Agostini - viene chiesto di ricordare, focalizzandolo bene nella sua memoria, un momento della vita in cui si è sentito particolarmente felice. Questa particolare situazione viene poi fatta "rivivere" attraverso un casco virtuale». L'amministratore delegato di AF Energia fa un esempio preciso: «Nella prima seduta, un mio stretto collaboratore ha ri-

sposto indicando il giorno della sua laurea, conseguita all'università di Bologna. Nell'incontro successivo, una volta indossato il casco ha effettuato una visita virtuale di tutte le aule dell'ateneo». In buona sostanza, il visore viene "caricato" con un programma che riproduce il momento in cui il soggetto ha provato le più forti sensazioni di gioia e appagamento, con benefici effetti pressoché immediati. «I risultati sono andati al di là delle nostre stesse aspettative - conclude Agostini - Certamente c'è chi avverte il cambiamento positivo e l'abbassamento del livello di stress in maniera più marcata e chi meno, ma questo dipende anche dal carattere dei singoli individui».

E.G.

© RIPRODUZIONE RISERVATA