



**ESERCITO**  
esercito.difesa.it



COMANDO DELLE FORZE OPERATIVE TERRESTRI  
E COMANDO OPERATIVO ESERCITO

# Emergenza **CORONAVIRUS**

Valorizzare

**L'ESPERIENZA VISSUTA**

e promuovere la crescita

**DELL'ORGANIZZAZIONE**



#noicisiamosempre  
#dipiùinsieme  
#alserviziodelPaese

In questi mesi abbiamo affrontato una emergenza dalla portata enorme, gestendo situazioni difficilmente immaginabili prima e adattandoci in fretta ai cambiamenti repentini e necessari per il contenimento epidemiologico.

La nostra Forza Armata ha reagito con la prontezza di sempre, mettendo in campo assetti e specialisti che hanno contribuito con successo, in ogni momento e luogo, a supportare la popolazione civile.

# LE FASI PSICOLOGICHE DELL'EMERGENZA

Ogni Soldato è stato chiamato ad una riorganizzazione nell'ambito lavorativo, familiare e sociale che possiamo descrivere attraverso 4 fasi

## COME HAI REAGITO ALL'INIZIO DELL'EMERGENZA?

### FASE DELL'IMPATTO

Per tutti è stato necessario un tempo di adattamento. Qualsiasi reazione è stata normale ed ha espresso il nostro modo di affrontare le novità e le difficoltà



- *Paura e incredulità* ▪ *Negazione di quanto stava accadendo* ▪ *Senso di "invulnerabilità"*
- *Tentativo di normalizzare la quotidianità anche attraverso un maggiore impegno nel lavoro*
- *Confusione rispetto ai comportamenti da adottare e alle misure da prendere*

## COME HAI CONTRIBUITO ALLA

### «MACCHINA ORGANIZZATIVA» DI FORZA ARMATA?

### FASE EROICA

I militari impiegati "in prima linea" hanno canalizzato livelli straordinari di energia, vivendo questo impegno come il proprio contributo al Paese



*La spinta all'azione e questo impegno eccezionale sono un patrimonio preziosissimo, da non disperdere*

## NEL RITORNO ALLA QUOTIDIANITÀ LAVORATIVA

### CI SONO DEGLI ASPETTI CHE VIVI CON DISAGIO?

### FASE DELLA DISILLUSIONE

Passata la fase acuta dell'emergenza, a fronte del carico emotivo dell'attivazione, il ritorno alla routine può generare una diminuzione dell'entusiasmo e della motivazione.



*Come al rientro da una operazione, investi le tue energie produttive con professionalità ed equilibrio anche nelle situazioni ordinarie*

## COSA HA SIGNIFICATO QUESTA ESPERIENZA PER TE?

### FASE DELLA RICOSTRUZIONE

È il tempo delle lezioni apprese: a partire dall'esperienza vissuta comincia la ricostruzione, verso una crescita individuale e organizzativa



*Sia in prima linea che "nelle retrovie" abbiamo vissuto i momenti più duri dell'emergenza con una straordinaria capacità di resistenza che va rimessa in campo, al servizio della Forza Armata.*

Anche in questa fase, per la nostra Forza Armata, l'obiettivo rimane  
il **mantenimento della prontezza e dell'efficienza operativa.**

Se vogliamo continuare a garantire la sicurezza del nostro Paese,  
dobbiamo prima di tutto garantire la tutela della nostra salute  
applicando quotidianamente misure di sicurezza, comportamenti corretti e abitudini sane.

**RISPETTANDO LE "5 D", COGLIAMO NUOVE OPPORTUNITÀ CHE POSSONO MIGLIORARE  
NOI E L'ORGANIZZAZIONE.**

### Dal **DIRADAMENTO**...

#### **il recupero dell'identità collettiva**

In questi mesi, la necessità di essere diradati e le presenze alternate in servizio potrebbero aver minato quel senso di coesione che caratterizza il contesto militare. Apprezzando gli sforzi della nostra Forza Armata, attenta ai bisogni e alla sicurezza di tutti, **continuiamo comunque ad essere una «Unica Schiera» attenta a preservarsi e che continua ad addestrarsi, pronta ad affrontare ogni situazione.**



### Dalla **DIGITALIZZAZIONE**...

#### **una maggiore efficienza nel lavoro**

È stata sperimentata e incentivata la digitalizzazione di interi processi decisionali, documenti e atti formali. Organizzare riunioni in sale virtuali e condividere documenti di lavoro, ha agevolato le attività nelle unità della Forza Armata. **Grazie alle potenzialità della tecnologia, possiamo mantenere procedure di lavoro più snelle, forme di comunicazione più veloci e più partecipative, per essere sempre più efficienti.**



## **LE «5 D» IN CHIAVE PSICOLOGICA** *Cosa impariamo da questa emergenza?*

### Dal **DISTANZIAMENTO**...

#### **la compartecipazione emotiva**

Le relazioni interpersonali sono imprescindibili, soprattutto per i Soldati. Il "supporto tra pari" è uno dei fattori protettivi per affrontare al meglio le situazioni stressanti. **Mantenere le distanze fisiche non ci impedisce di manifestarci reciprocamente vicinanza emotiva e continuare a condividere obiettivi operativi importanti.**



### Dall'uso dei **DISPOSITIVI**... **l'importanza del rispetto**

L'uso della mascherina e le semplici pratiche di igiene delle mani fanno parte dei comportamenti utili a preservare la salute che abbiamo imparato a mantenere anche sul posto di lavoro. È ormai acquisito, infatti, che per contrastare il virus bisogna proteggersi con degli accorgimenti in fondo non impegnativi. **Utilizzare i dispositivi è anche una forma di comunicazione con cui esprimiamo il rispetto per noi stessi e nei confronti degli altri.**

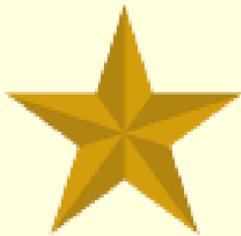


### Dalla **DIAGNOSI**... **la prevenzione**

L'esperienza ci ha insegnato quanto sia importante non sottovalutare i segnali del proprio corpo per essere tempestivi nell'individuare i sintomi tipici riconducibili al COVID-19 e intervenire adeguatamente. Possiamo contare su un Servizio Sanitario Nazionale e militare efficiente, che si è ulteriormente potenziato per far fronte all'emergenza.

**Adottiamo preventivamente comportamenti responsabili e manteniamo uno stile di vita sano affinché siano forti le nostre difese psicofisiche.**





**ESERCITO**

esercito.difesa.it

UNA SITUAZIONE DI **CRISI** SI HA QUANDO  
UN EVENTO PORTA **CAMBIAMENTI** SIGNIFICATIVI  
NELLA VITA DEL SINGOLO O DELLA SOCIETÀ.  
QUESTI CAMBIAMENTI, PER NOI SOLDATI,  
DEVONO RAPPRESENTARE DELLE **OPPORTUNITÀ**.  
RILEGGERE IN CHIAVE PSICOLOGICA  
IL CONTESTO CRITICO CHE ABBIAMO VISSUTO,  
CI AIUTA A PRENDERE **CONSAPEVOLEZZA**  
DEL PERIODO AFFRONTATO E DELLE **SFIDE**  
CHE LA FORZA ARMATA PUÒ COGLIERE  
DALL'EMERGENZA COVID-19.