

”

# לי זה לא יקרה

כלים לשינוי תודעת הבטיחות

ינאי דותן



ניהול מודע

# במקום הכי מוכר ושקט טמונה הסכנה הגדולה ביותר!

המוח שלנו עוצב ליעילות, הוא  
מוותר על הצורך לחשוב על  
דברים שבשגרה.  
בזמן שהעובדים עסוקים  
במשימות שלהם או לפני  
היציאה לשטח, חשוב לתרגל  
שוב ושוב את השאלה:  
"מה יכול לקרות כאן עכשיו?"  
זה משאיר את המוח בפוקוס!



# לוקחים סיכונים במקומות המוכרים כמסוכנים!

דווקא במקומות המוכרים  
כמסוכנים אנחנו לוקחים סיכונים!  
אנחנו יוצאים לעקיפות מסוכנות,  
מתעסקים בנייד בזמן נסיעה,  
עובדים לא מוגן, מזדרזים לסיים  
משימה וללכת הביתה. זה הרגל!  
פעם ראשונה פוחדים אחר כך  
מתרגלים לקחת את הסיכון.





חריצות  
מיקוד  
זיכרון  
רציונל

הצפה רגשית  
אינסטינקטים  
נשימה  
קצב לב



**המוח שלנו עוצב לשרידות!  
הנאוקורטקס אחראי ליכולות הטובות  
שלנו ולקבלת החלטות תגובה שקולות.  
הבעיה היא שהאמיגדלה אחראית על  
תחושת הפחד שלנו ועל התגובה  
האוטומטית: **Fight, flight, freez**  
ברגע שהיא מזהה מצב חרום, היא  
משחררת כמויות אדירות של אדרנלין  
ומשתקת חלקים שלמים בגוף ואת אזור  
קבלת ההחלטות השקולות! ואז אנחנו  
עושים טעויות שפוגעות בנו ובאחרים!  
הבעיה שבימינו הכל הפך להיות חרום!**

אמיגדלה

קליפת המוח  
הקדם מצחית

# "לי זה לא יקרה" איך זה קורה?

ואלו  
הופכים  
להרגלים!

"קיצורי דרך"  
"עיגול פינות"  
"לי זה לא יקרה"

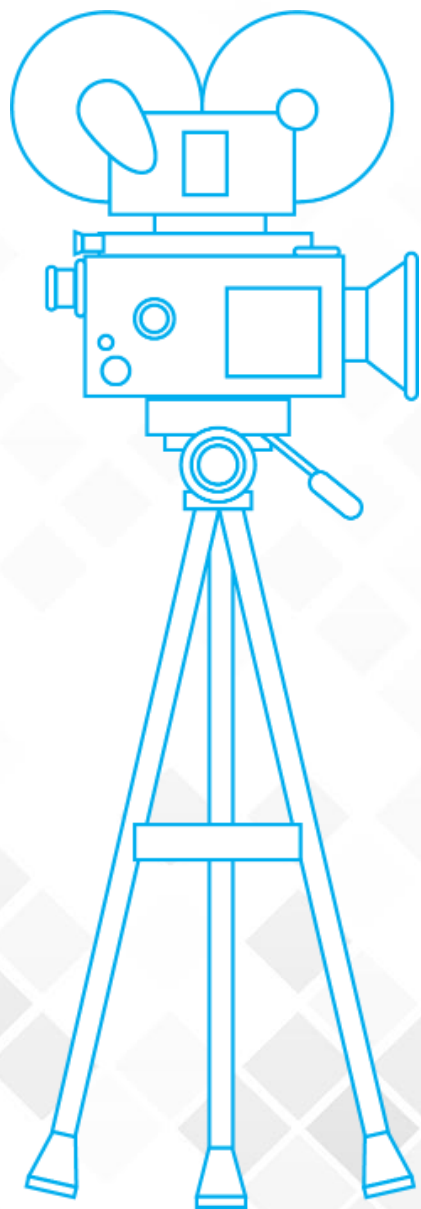
"יצאנו בשלום"  
מהחלטה שגויה,  
נמשיך לקבל את  
אותה החלטה!

**מתח** מוביל ללחץ  
וקבלת החלטות  
שגויה!

אנחנו לא יודעים  
לנבא התנהגות  
במצב "חם"!

"רגע לפני שהקפה גולש, מורידים מהאש!"  
אנחנו לא יודעים לנבא את ההתנהגות  
שלנו במצב של לחץ וסערת רגשות לכן  
רגע לפני "הפיצוץ", עלינו לצאת  
מהסיטואציה אחרת זה עלול להיגמר רע!  
בהדרכות עובדים חשוב לתרגל זיהוי  
לחצים ונטישת סיטואציות מלחיצות!

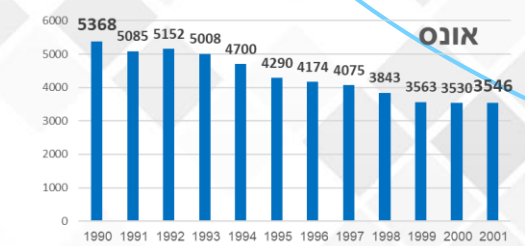
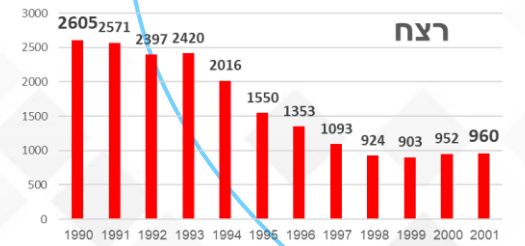
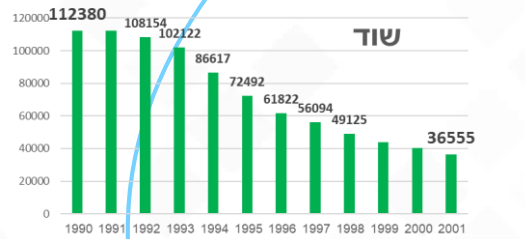
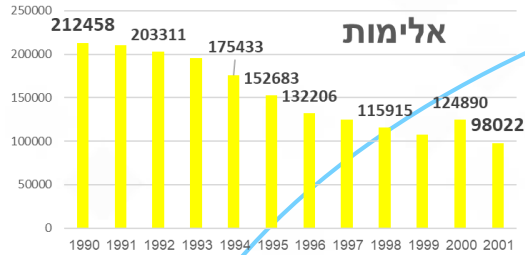




**המוח לא מבחין בין מציאות לדמיון!**  
כאשר מתרגלים שוב ושוב את השאלה "מה יכול לקרות כאן עכשיו?"  
בזמן משימה ומדמיינים את ההשלכות, זה הופך להרגל חדש  
ובטיחותי

**רצוי לשלב בהדרכות כלים פשוטים לשחרור לחץ!**  
**והחזרת המוח לפוקוס בזמן משימות:**

הפוגות קטנות  
החלפת משימות  
תנועה  
נשימה  
הרחקת מסיחים



**שינוי נוצר בהתייחסות להתנהגויות הפחות חמורות!**

**שינויים קטנים מובילים לשינוי באווירה ובתרבות**

**כשזה חשוב לאחרים זה חשוב לנו ויש לנו מוטיבציה לשנות!**

**שינוי דורש התמדה ואפס סובלנות לחריגות**

**היועצים של ג'וליאני אמרו לו שאין סיכוי ליצור שינוי בעיר כל כך ענקית ומורכבת כמו ניו יורק והוא הוכיח להם שזה לגמרי אפשרי!**

**גם בארגונים שלנו זה לגמרי אפשרי!**



# המתח הורג אותנו!

חובה על הארגונים לבנות שגרות לאזורר לחצים!  
חובה עלינו לשלב בהדרכות כלים פשוטים לשחרור לחצים, זה יפחית תאונות!

48%

מהעובדים מעידים שמתח משפיע לרעה על תפקודם בעבודה

77%

מהעובדים חווים כאבים גופניים

73%

חווים השפעות פסיכולוגיות

80%

מהעובדים חשים לחץ ומתח במקום עבודתם.

50%

מהם היו מעוניינים לטפל בכך.

76%

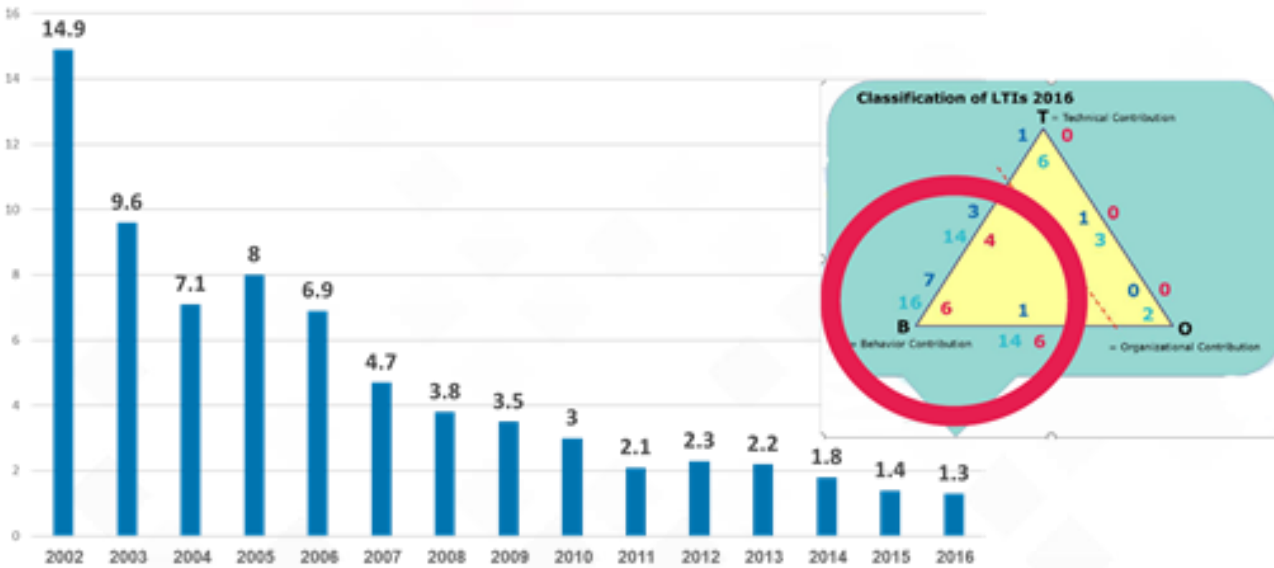
מהאנשים מציינים שעבודה ופרנסה הם המקור המרכזי למתח בחייהם

התפרצויות, עצבנות בעיות ביחסים בינאישיים חוסר באנרגיה

התשלום השנתי על העדרויות מהעבודה 190 מיליארד דולר 20 מיליארד יורו

ארגון הבריאות העולמי הכריז על מתח כמגיפה עולמית!

מודעות עצמית לתגובות  
האוטומטיות שלנו וכמה כלים  
פשוטים לניהול רגשות ותגובות,  
יפחיתו את כמות התאונות וישברו  
את "תקרת הזכוכית" של הגורם  
האנושי בבטיחות!



משמעות

התפתחות

שלמות

שייכות

שליטה

כשאני מזהה מה  
הכפתור של האנשים  
אני מפתח יותר  
שיתופי פעולה

כשאני מזהה מה  
הכפתור שלי  
אני פועל בפחות  
אימפולסיביות

# כלים ייחודיים לפיתוח יכולות ניהול ומנהיגות בשיטת "ניהול מודע"

## סדנאות למניעת גורמי תאונה

- התנהגות בטוחה תחת לחץ זמן ועומס משימות
- כלים בתקשורת משפיעה לקידום הבטיחות בעבודה
- פיתוח אחריות על הבטיחות בקרב עובדים ומנהלים
- הטמעת תרבות הבטיחות בקרב מנהלים ועובדים
- שינוי הרגלים לא בטיחותיים ושיפור יכולת קבלת החלטות

## סדנאות | קורסים | אימון אישי

- ניהול זמן אישי תחת עומס משימות ושינוי הרגלים מבזבזי זמן
- פיתוח יכולות תקשורת אישית ושינוי דפוסי תקשורת מגבילים
- פיתוח מודעות בינאישית ושיפור עבודת צוות
- פיתוח יכולות שליטה ברגשות ותגובות אוטומטיות
- "מברגים למברגים" - קורס לדרגי ניהול לפיתוח יכולות: ניהול עצמי, תקשורת בינאישית משפיעה ומנהיגות



# לי זה לא יקרה

## כלים לשינוי תודעת הבטיחות



### הרצאת הדגל - "לי זה לא יקרה"

במסע מרתק וייחודי אל מאחורי הקלעים של המוח ולסיפורים מעוררי השראה וחשיבה, מגלים המשתתפים שתפיסת "לי זה לא יקרה" קורית שלא באשמתם, אלא בגלל רצונו של המוח ב"שרידות"! שלב אחר שלב נחשפים המשתתפים למודעות ולכלים שיאפשרו להם לצמצם התנהגויות לא בטיחותיות.

ינאי דותן



ניהול מודע

לפרטים נוספים והזמנות התקשרו עכשיו:

info@n-m.co.il | 054-4872000 | 03-7227746