



Operatori sanitari sotto stress

Riconoscere e gestire le proprie risorse per il proprio benessere e per migliorare l'efficacia professionale (Codice FOSS)

Data: 20 aprile 2013 - **ROMA**

Docenti: **Ferdinando Pellegrino**, psichiatra, psicoterapeuta, Salerno

Elena Penzavalli, psicologa, psicoterapeuta, Roma

Durata: un giorno, per un totale di 8 ore - **Numero max partecipanti:** 30

Destinatari: Medici, Fisioterapisti, Massofisioterapisti, Infermieri, Psicologi, Studenti dell'ultimo anno dei CdL

Quota di iscrizione: 130 € (iva inclusa)

La quota comprende: volume **La sindrome del burn-out**, materiale didattico, valigetta o zainetto portadocumenti, attestato di partecipazione ed eventuali crediti ECM, *coffee break*

CREDITI ECM PREVISTI

9,4

Medici
Fisioterapisti
Infermieri
Psicologi



Medici, fisioterapisti, infermieri, psicologi rientrano tra le categorie più particolarmente più esposte a condizioni di *logorio professionale* come la *sindrome del burn-out* poiché si tratta di professioni d'aiuto in cui il carico emotivo dell'attività professionale appare più rilevante rispetto ad altre. Il *burn-out* può essere definito un processo inefficace di adattamento a uno stress individuale eccessivo, una condizione di disadattamento in cui un professionista, precedentemente impegnato, si disimpegna dal proprio lavoro in risposta allo stress e alla tensione sperimentati sul lavoro. Questo può anche essere causa di

- errore professionale, infortunio lavorativo
- difficoltà nel rapporto con il paziente, con minore empatia e sensibilità
- tensione, ansia e depressione dell'operatore.

Da qui la necessità di realizzare adeguati programmi di prevenzione del *burn-out* attraverso strategie ben precise mirate alla formazione degli operatori e all'organizzazione del lavoro e a una sempre migliore e più qualificata gestione delle risorse umane – il *fitness cognitivo-emotivo*. Prioritario in tal senso un percorso formativo che favorisca una crescita culturale per raggiungere un buon grado di competenza professionale caratterizzata da consapevolezza e padronanza di sé, acquisizione di profonda spinta motivazionale e capacità di empatia. Ciò consente di essere soddisfatti del presente, di rafforzare la propria autostima e di imparare a essere *Response able*, di saper agire con precisione e fermezza nel preciso momento in cui occorre agire.

Tali problematiche hanno inoltre acquisito negli ultimi anni una particolare rilevanza in quanto – con il D.Lgs 81/2008 in materia di tutela della salute e della sicurezza nei luoghi di lavoro – tra gli obblighi a carico del datore di lavoro rientra la valutazione e la prevenzione dello stress lavoro-correlato.

Obiettivi:

- Favorire il riconoscimento e la gestione delle situazioni di demotivazione e logorio professionale, come la *sindrome del burn-out*
- Promuovere una migliore gestione delle risorse umane

Metodo o metodi di insegnamento previsti

- Relazioni sul tema preordinato
- Esperienza di piccoli gruppi che focalizzano il lavoro sulle emozioni dirette dell'operatore nel contesto della relazione con il paziente. Il gruppo favorisce la costruzione di un contesto di apprendimento esperienziale, in cui ciascun partecipante potrà approfondire la conoscenza del proprio stile relazionale ed essere aiutato a identificare le modalità più idonee per gestire le emozioni all'interno del proprio contesto lavorativo e di rafforzare il vissuto di *autoefficacia percepita*.

Inizio corso: ore 9.00

- Presupposti per l'efficacia umana e professionale
- Stress e adattamento
- La sindrome del burn-out
- Lo stress lavorativo come malattia professionale
- Rischio psicosociale e tutela della salute nei luoghi di lavoro (D.Lgs 81/2008)
- Le conseguenze negative dello stress (distress)
- Lo stress come linfa vitale (eustress)
- Personalità e salute
- Fattori di vulnerabilità allo stress
- Motivazione interiore e strategie di adattamento: la resilienza
- L'addestramento all'autonomia personale
- La competenza come conoscenza
- Le abilità emotive
- Le abilità cognitive
- La gestione della complessità
- Autostima, autoefficacia e response ability
- Il fitness cognitivo-emotivo
- Test di valutazione ECM

Iscrizioni: **edi-ermes** srl - Viale Enrico Forlanini, 65 - 20134 Milano - www.ediacademy.it
Tel. 02.70.21.12.74 - Fax 02.70.21.12.83 - E-mail: formazione@eenet.it