

Lo stress lavoro correlato: tecniche di gestione e di fronteggiamento

IRCBG 19098

1° ed 03/10/19 – Aula A

2° ed 17/12/19 – Aula D (l'edizione è dedicata prioritariamente al personale con funzioni amministrative)

IRCCS Burlo Garofolo - Formazione – via dell'Istria 65/1, TS

Il fenomeno dello stress lavoro correlato è ad oggi considerato un rischio emergente per le realtà organizzative. L'impatto che questo fenomeno può avere sulla salute psicofisica e comportamentale dei lavoratori appare significativo e si rende dunque necessario per le aziende adottare tutte le misure che ritengono essere adeguate per limitarne la comparsa o per arginarne la ricaduta sui lavoratori. Ad azioni di prevenzione primaria è auspicabile affiancare anche azioni che si sviluppano sul piano della prevenzione secondaria o terziaria. Ciò significa fornire ai lavoratori occasioni formative finalizzate all'acquisizione e/o potenziamento di competenze personali utili all'individuazione delle fonti di stress e alla loro efficace gestione.

Questo corso si propone quale spazio esperienziale per gruppi professionali all'interno del quale il lavoratore potrà sperimentare utili strategie di coping (fronteggiamento dello stress) cognitivo, comportamentale ed emozionale. Caratteristica dell'evento formativo sarà quella di calibrare tali strategie in funzione delle richieste e delle necessità dei partecipanti individuando così "soluzioni" adeguate alle specifiche situazioni riportate in aula. L'evento inoltre vorrà essere anche uno spazio di "ascolto" dei vissuti dei partecipanti laddove gli stessi ne sentiranno il bisogno di farli emergere lasciando anche al gruppo l'occasione di co-costruire possibili strategie sulla base delle esperienze condivise.

Docente: Michela Mottica

Programma

Orario	
09:00 - 10:00	Breve introduzione al fenomeno dello stress lavoro correlato e definizione del processo di coping Serie di relazioni
10:00 - 10:45	Il nostro stress: identificare le fonti Lavoro a piccoli gruppi
11:00 - 11:45	Il nostro stress: trovare le soluzioni efficaci Lavoro a piccoli gruppi
11:45 - 12:30	Elaborazione e condivisione dei lavori di gruppo Confronto dibattito tra discenti ed esperto
12:30 - 13:15	Conclusioni e verifica dell'apprendimento

Il corso è rivolto al personale afferente all'IRCCS Burlo Garofolo

Partecipanti:

21 - tutte le professioni con e senza obbligo di crediti ECM

Crediti ECM:

6.4 crediti assegnati

Modalità d'iscrizione:

iscrizioni ON LINE

Obiettivo nazionale:

27 - Sicurezza negli ambienti e nei luoghi di lavoro e patologie correlate. Radioprotezione