

FORMAZIONE

STRESS E BURNOUT: GESTIRE LE EMOZIONI

Il lavoro quotidiano dell'operatore in ambito sanitario è inevitabilmente gravato dalla gestione di situazioni emotivamente, psicologicamente e fisicamente stressanti. La gestione della malattia, spesso degenerativa, e l'accompagnamento dei pazienti nel loro percorso si affiancano inestricabilmente alle difficoltà di relazione con i colleghi, spesso dovute alla gravosità del doversi misurare quotidianamente con un carico di lavoro così impegnativo. L'intervento formativo si propone di dare un inquadramento generale della sindrome da burnout e dei più frequenti fattori di rischio psico-sociale che possono portare a condizioni di stress correlate al lavoro in ambito sanitario, suggerendo indicazioni per prevenire e gestire lo stress sul posto di lavoro.

OBIETTIVI DEL CORSO

- Inquadrare da un punto di vista teorico la sindrome da burnout e le patologie stress correlate;
- Delineare i principali fattori di rischio e contestualmente i possibili interventi preventivi;
- Facilitare la condivisione di esperienze stressanti e aumentare le potenzialità di sostegno della rete di colleghi;
- Promuovere una cultura del dialogo e della condivisione delle difficoltà all'interno del gruppo di colleghi.

TEMI AFFRONTATI

- Conoscere e identificare lo stress psico-fisico;
- Indicatori soggettivi e oggettivi dello stress lavoro correlato;
- La tutela del benessere personale come variabile fondamentale nella relazione di aiuto;
- Che cosa significa Burnout?
- Caratteristiche, insorgenza, fattori di rischio;
- Strategie di prevenzione a breve e lungo termine.

TEMPI

A seconda delle esigenze formative, gli argomenti possono essere trattati in modo più o meno approfondito. I tempi sono quindi variabili e possono andare da un minimo di 4 ad un massimo di 8 ore.

DESTINATARI

Personale sanitario e amministrativo.



MARIA CHIARA GOZELLINO & ALESSANDRO MASCHERPA

Siamo **Psicologi e Psicoterapeuti**. Dopo la **Laurea in Psicologia Clinica**, conseguita nel 2000 presso l'Università degli Studi di Padova, abbiamo continuato il nostro iter formativo specializzandoci nel 2007 in **Psicoterapia ad orientamento Sistemico-Relazionale** presso l'EIST (European Institute of Systemic-relational Therapies) a Milano. In ambito formativo ci occupiamo di benessere relazionale sul luogo di lavoro. Organizziamo eventi formativi da più di 15 anni e proponiamo corsi in aula accreditati ECM in diverse strutture pubbliche e private del Nord Italia.