



Collegio provinciale di Vicenza

Corso residenziale

LA GESTIONE DELLO STRESS LAVORO-CORRELATO
UN MODELLO DI GESTIONE PER VIVERE MEGLIO SUL POSTO DI LAVORO
16 crediti ECM

Premessa

L'Accordo europeo sullo stress lavoro correlato del 2004, e le recenti statistiche a livello CEE dimostrano che lo stress è il secondo fattore di rischio per la salute dei lavoratori e che gli effetti della sua diffusione in ambito aziendale e professionale comportano un peggioramento delle relazioni interpersonali, un calo della motivazione e della produttività, assenteismo, turnover ed aumento delle malattie. La Comunità Europea ha stimato una perdita di oltre 20 miliardi di euro all'anno per mancate ore lavorative e spese sanitarie.

Tale condizione di vita accentua nella persona la sensazione di incapacità di rispondere alle sollecitazioni e alle minacce ambientali.

Il modello olistico secondo il metodo "HoliSman", quale naturale evoluzione del modello psicologico-transazionale, anziché affrontare in modo oppositivo i fattori esterni percepiti come minacciosi e invalidanti, accompagna l'individuo in un efficace processo di riconoscimento e trasformazione delle proprie dinamiche limitanti e stressogene al fine di riattivare quelle risorse interiori evolutive, responsabili dell'equilibrio, dell'armonia e della realizzazione personale, per promuovere la propria evoluzione e raggiungere un livello duraturo di benessere emotivo e psicofisico.

Data:

10, 17 e 24 novembre 2015 dalle 9.00 alle 13.30

Luogo e sede: Vicenza - Albergo San Raffaele, viale X giugno 10 – Monte Berico

Obiettivo nazionale

27 – Sicurezza negli ambienti e nei luoghi di lavoro e patologie correlate

Obiettivo/i educativi formativi complessivi dell'attività formativa

- Ampliamento della consapevolezza e della capacità di analisi dei fattori stressogeni sia a livello individuale che situazionale
- Acquisire consapevolezza della propria reazione agli eventi stressogeni e cambiarla in modo funzionale

Metodologia di verifica di apprendimento:

Prova scritta

Destinatari:

Infermieri, Infermieri Pediatrici, Assistenti sanitari

Numero partecipanti

Max 20

Durata:

12 ore totali

- 6 ore in formazione frontale

- 6 ore in formazione interattiva

Responsabile scientifico:

dott.ssa Gaetana Pagiusco, Infermiere Consigliere Collegio IPASVI di Vicenza



Collegio provinciale di Vicenza

Docente:

Alberto Mantovani - Counselor

Iscrizione:

Pre-iscrizione compilando il form presente in www.vicenzaipasvi.it

Si richiede l'invio entro 48 ore della copia del versamento della quota di iscrizione effettuato mezzo IBAN IT 19 U 02008 11811 000101086798 al fax 0444 514311 o scansionato il documento per l'invio via mail ad ecm.ammin@vicenzaipasvi.it ; in assenza di trasmissione **l'iscrizione non sarà confermata.**

Termine ultimo iscrizioni 3 novembre 2015.

Costi:

Il corso prevede un contributo di €30 per gli iscritti al Collegio provinciale IPASVI di Vicenza; in caso di disponibilità di posti residui è possibile accogliere l'iscrizione di professionisti iscritti ad altri Collegi con contributo pari a 100€.



Collegio provinciale di Vicenza

PROGRAMMA

1^ Giornata

Orario	Metodologia Didattica	Argomento
8.45 – 9.00		Registrazione dei partecipanti
9.00 – 10.00	Frontale	Lo stress lavoro correlato: - qual è l'origine? - quali le cause e le conseguenze? - quando si ha la percezione di essere stressati? - quali sono le naturali risposte alle pressioni quotidiane?
10.00 – 11.00	Interattiva	Discussione su situazioni esperienziali
11.00 – 11.15	Pausa	
11.15 – 12.15	Frontale	Mappe cognitive e interpretative (scala dei bisogni di A. Maslow modificata e integrata) Presentazione di tecniche per il riconoscimento degli eventi stressogeni
12.15 – 13.15	Interattiva	Esecuzione delle tecniche presentate da parte dei partecipanti con supervisione del docente

2^ Giornata

Orario	Metodologia Didattica	Argomento
9.00 – 10.00	Frontale	La conoscenza di sé finalizzata alla conoscenza delle reazioni personali agli eventi stressogeni e lo sviluppo della resilienza come strumento per la gestione dello stress L'apporto delle neuroscienze per la comprensione delle dinamiche di reazioni di fronte e situazioni percepite come stressogene
10.00 – 11.00	Interattiva	Autorilevazione dei partecipanti sulla conoscenza di sé Lavoro in piccoli gruppi su situazioni preordinate finalizzate alla consapevolezza delle proprie reazioni di fronte a situazioni stressanti
11.00 – 11.15	Pausa	
11.15 – 12.15	Frontale	Presentazione di tecniche atte a favorire la conoscenza e la consapevolezza delle proprie reazioni di fronte agli eventi stressogeni. Tecniche finalizzate alla costruzione di relazioni costruttive ed empatiche
12.15 – 13.15	Interattiva	Esecuzione delle tecniche presentate da parte dei partecipanti con supervisione del docente

3^ Giornata

Orario	Metodologia Didattica	Argomento
9.00 – 10.00	Frontale	I conflitti come elementi stressanti nelle relazioni interpersonali Il concetto di resilienza e il suo utilizzo nella prevenzione e gestione dei conflitti interpersonali
10.00 – 11.00	Interattiva	Lavoro a piccoli gruppi sullo sviluppo della consapevolezza delle proprie reazioni nella gestione di relazioni conflittuali
11.00 – 11.15	Pausa	
11.15 – 12.15	Frontale	Presentazione di tecniche per favorire lo sviluppo della resilienza nella gestione dei conflitti e la prevenzione dell'aggressività da parte dell'interlocutore
12.15 – 13.15	Interattiva	Esecuzione delle tecniche presentate da parte dei partecipanti con supervisione del docente
13.15 – 14.00		Prova scritta di valutazione, compilazione del gradimento ECM