



CENTRO
ARTITERAPIE
LECCO

IN COLLABORAZIONE CON



Strategie di prevenzione della sindrome di Burn out.

Sabato 26 maggio 2018

Sede

ESPE, Via Achille Grandi, 15 - Lecco

Premessa

Il Burn out è generalmente definito come una sindrome di esaurimento emotivo, di depersonalizzazione e derealizzazione personale, che può manifestarsi in tutte quelle professioni con implicazioni relazionali molto accentuate.

Generalmente nasce da un deterioramento che influenza valori, dignità, spirito e volontà delle persone colpite. Tra le professioni d'aiuto sono proprio gli operatori sanitari che vivono e trascorrono molto tempo a stretto contatto con il malato sia in termini di tempo che di emotività, che tendono a "bruciarsi" per primi.

Obiettivi formativi

- Comprendere l'insieme di strategie mentali e comportamentali che sono messe in atto per fronteggiare una certa situazione e le implicazioni affettive ed emotive in ambito lavorativo.
- Imparare ad attivare un atteggiamento critico e sviluppare le proprie capacità di coping.
- Migliorare la capacità di ridurre il rischio delle conseguenze dannose che potrebbero risultare da un evento stressante (coping focalizzato sul problema) e contenere le emozioni negative che derivano dall'esperienza stressante.

Programma

| | | |
|---------------|--|---|
| 09.00 -11.00 | Definizione del concetto di burn out ed inquadramento teorico | Dott. Danilo Rigamonti e Dott.ssa Maria Gabriella Davide |
| 11.00 -13.00 | Come valutare il burn out nel contesto di cura | |
| 13.00 - 14.00 | Pausa | |
| 14.00 - 16.00 | Acquisizione di modalità di coping nella gestione del burn out | Dott. Danilo Rigamonti e Dott.ssa Maria Gabriella Davide |
| 16.00 - 18.00 | Esercitazioni e discussione | |

Docenti

Dott. Danilo Rigamonti: Psichiatra - Psicoterapeuta - Responsabile U.O. Riabilitazione Psichiatrica e Psicorganicità - Centro Sacro Cuore di Gesù - Fatebenefratelli - San Colombano al Lambro (MI). Docente della scuola di Musicoterapia del Centro Artiterapie di Lecco.

Dott.ssa Maria Gabriella Davide: Psichiatra - Psicoterapeuta Aiuto Psichiatra U.O. Riabilitazione Psichiatrica e Psicorganicità - Centro Sacro Cuore di Gesù - Fatebenefratelli - San Colombano al Lambro (MI).