

Analisi e Gestione dello Stress nelle Professioni Sanitarie: Strategie per il Benessere Fisico e Mentale

Pozzilli (Isernia) 13 Maggio 2023



Docente del Corso:

*Dott.ssa Daniela Spadolini
Psicologa-Psicoterapeuta*

**L'evento formativo è promosso
dall'Ordine TSRM-PSTRP di Campobasso-Isernia.
E' accreditato per tutte le Professioni Sanitarie,
per il numero max di 100 partecipanti.
La priorità all'iscrizione è offerta agli
appartenenti all'Ordine TSRM-PSTRP CB/IS**

**L'iscrizione si effettua online al seguente link:
<https://www.segreteriadiidattica.it/formazioneventi.php>**

Oppure con QR CODE



**Successivamente al ricevimento della e.mail dalla
Segreteria Organizzativa Formazioneventi per
conferma della disponibilità del posto,
si procederà con il bonifico di € 10,00 all'Iban:
IT48G0526203802CC1407482112
intestato a Ordine TSRM-PSTRP CB/IS**

**Il Corso si svolge presso:
SALA MEETING HOTEL DORA
S.S. 85 VENAFRANA
POZZILLI (ISERNIA)**

CREDITI ECM ASSEGNATI N. 10



**Ordine
dei Tecnici sanitari di radiologia medica
e delle professioni sanitarie tecniche,
della riabilitazione e della prevenzione
Campobasso - Isernia**

Programma

- Ore 08.30**
Registrazione partecipanti
- Ore 09.00**
◆ Definizione di Stress:
• Fisiologia dello stress
• Sintomi e aspetti clinici dello stress
• Aspetti emotivi e cognitivi dello stress
- Ore 10.00**
◆ Fattori e fonti di stress
- Ore 10.30**
◆ Stress da lavoro correlato
- Ore 11.00 – Coffee Break**
- Ore 11.30**
◆ Dallo stress al burnout
• L'importanza del gruppo di lavoro e la relazione con l'utenza nella gestione dello stress
- Ore 13.00 – Pausa Pranzo**
- Ore 14.30**
◆ Definizione di benessere
- Ore 14.45**
◆ Il riconoscimento del proprio vissuto emotivo nella relazione d'aiuto
- Ore 15.15**
◆ La regolazione mente-corpo:
• Tecniche di rilassamento e di consapevolezza
- Ore 15.45**
◆ La gestione dello stress:
• Tecniche e strategie d'intervento
- Ore 17.30**
◆ Discussione e confronto
- Ore 18.00**
◆ Verifica dell'apprendimento
- Ore 18.30**
◆ Chiusura Lavori