



**TALIA CORSI**  
FORMAZIONE PROFESSIONALE CONTINUA

## Il Burn Out: Prevenire, Agire e Gestire

# Il Burn Out: Prevenire, Agire e Gestire



Valido dal 28.02.20 al 28.02.21

Attestato ECM scaricabile direttamente al termine del corso, previo superamento del test, almeno il 75% della performance. Il corso dovrà essere terminato rispettando il periodo di validità. In caso di ritardo non sarà possibile rimborsare il corso e ricevere i crediti ECM.

**DURATA:** 8 ore

**Provider accreditato FIPES**

**MODALITÀ:** e-book on line

## OBIETTIVO GENERALE (ECM)

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

## OBIETTIVI SPECIFICI

Negli ambienti di lavoro si può definire quindi lo Stress da Lavoro Correlato, come la percezione di squilibrio avvertita dal lavoratore quando le richieste del contenuto, dell'organizzazione e dell'ambiente di lavoro, eccedono le capacità individuali per fronteggiare tali richieste. Esiste uno stress, a dosi accettabili, che ha effetti positivi sul nostro organismo, consentendoci di reagire in modo efficace ed efficiente agli stimoli esterni e di innescare un'adeguata soglia di attenzione verso le esigenze dell'ambiente; un'esposizione prolungata a fattori stressogeni invece, può essere fonte di rischio per la salute dell'individuo, sia di tipo psicologico che fisico, riducendo l'efficienza sul lavoro (assenteismo, malattia, richieste di trasferimenti ...).

## DESTINATARI

Tutte le professioni

## PROGRAMMA

- RISCHIO STRESS LAVORO CORRELATO  
Supporti per la formazione – Schema generale del corso La situazione attuale – Il contesto legislativo – Che cos'è e chi riguarda – I sintomi – I fattori di rischio – Le strategie di coping – I principali modelli teorici – La distinzione dal mobbing – Il burn out – La valutazione del rischio – Indicazioni della Commissione Consultiva – Il manuale Inail – La sorveglianza sanitaria – Il benessere organizzativo
- EMOZIONALMENTE: LE EMOZIONI E LA MENTE, COME RICONOSCERE E GESTIRE LE EMOZIONI  
Introduzione – Scopriamo le emozioni – Emozioni, cervello e salute – Conclusion