

**PROVIDER N. 8**

**PIANO FORMATIVO AZIENDALE ANNO 2024**

**PROGETTO FORMATIVO AZIENDALE**

**STRESS LAVORO CORRELATO  
"...TRA LE MURA...": ASPETTI TEORICI E STRATEGIE DI  
FRONTEGGIAMENTO**

**Responsabile scientifico**

**Dott.ssa Marilena Manni**

*Corso riservato al personale sanitario della UOSD Medicina  
Penitenziaria*

**AULA CENTRO EASC**

I EDIZIONE: 23 maggio dalle 9.00 alle 13.00

II EDIZIONE: 23 maggio dalle 14.30 alle 18.30

**PROGRAMMA**

**Relazioni a cura della Dott.ssa Barbara Pecoriello**

**I sessione teorica (2h)**

- *Cenni sulla normativa*
- *General Adaptation Syndrome (G.A.S.), la Sindrome generale di adattamento*
- *Il Burn-out*
- *Focus su criticità specifiche: nuovi giunti, prime detenzioni, agiti anticonservativi*

### **II sessione pratica (2h)**

- *Descrizione delle principali tecniche di rilassamento con simulazione: Il respiro che cura, Tecniche a mediazione corporea, Strategie operative di gestione dello stress.*

discussione finale

Chiusura lavori

Valutazione dell'apprendimento con questionario a risposta

### **STRUTTURA DEL CORSO**

Il corso sarà svolto in 2 edizioni teoriche con simulazione delle tecniche descritte, per consentire la partecipazione di tutto il personale sanitario-tecnico e amministrativo afferente alla medicina penitenziaria.

10 partecipanti per ogni edizione

Destinatari: Infermieri, Psicologi, fisioterapisti, medici, tecnici afferenti alla UOSD di MEDICINA PENITENZIARIA

### **ABSTRACT**

“Il lavoro attraversa gran parte della vita di una persona e ne impegna le ore più importanti della giornata. Con il termine “**stress lavoro correlato**” si intende lo stress che può svilupparsi nel proprio ambiente di lavoro; quando questo supera le capacità individuali d’adattamento del lavoratore possono comparire quadri psicopatologici. Lo stress legato all’attività lavorativa rappresenta uno dei nodi principali con cui l’Europa deve misurarsi in tema di salute e sicurezza nei luoghi di lavoro: in Europa lo stress è la seconda malattia professionale dopo il mal di schiena. Con l’approvazione del D.Lgs 81 del 2008 (articolo 28) e del

decreto correttivo 106 del 2009 l'argomento "stress lavoro correlato" è diventato una materia protagonista nella Sicurezza sul Lavoro ed è entrato a far parte dei rischi per la sicurezza e salute dei lavoratori che il datore di lavoro deve valutare e monitorare.

Tutti i lavori sono a rischio ma alcune professioni lo sono più di altre, sicuramente quelle in ambito sanitario. In particolare il personale che presta servizio in carcere, l'ultima delle Istituzioni totali, si trova ad affrontare alcune situazioni specifiche: le prime detenzioni, il rischio suicidario, ma anche la comunicazione di eventi importanti familiari o di un lutto ai quali il detenuto non può assistere.

L'Agenzia Europea per la sicurezza e la salute sul lavoro (<http://osha.europa.eu>) nel documento PROMOZIONE DELLA SALUTE MENTALE NEL SETTORE SANITARIO propone tra gli interventi individuali per la riduzione dello stress, l'apprendimento di tecniche di rilassamento. Scopo del corso è migliorare la conoscenza sui rischi legati ad una sovra esposizione allo stress sul luogo di lavoro; inoltre, con esercitazioni pratiche, si cercheranno di migliorare le proprie strategie di contrasto e di gestione dello stress attraverso l'apprendimento di esercizi di rilassamento".

## **FINALITA'**

Il corso ha come obiettivo quello di formare/informare coloro che ogni giorno si trovano ad operare in luoghi in cui l'aspetto emotivo/relazionale é molto accentuato. Pertanto, ci occuperemo di conoscere nel dettaglio lo stress lavorativo, la sindrome del Burn-out e i principali interventi e tecniche pratiche per prevenire ed intervenire.

## **OBIETTIVI SPECIFICI**

- Acquisizione delle principali nozioni sullo stress, lo stress lavorativo ed i fondamentali modelli di riferimento
- Acquisizione delle nozioni sulla Sindrome del Burn-out e le varie prospettive che la contraddistinguono
- Acquisizione di conoscenze sugli atteggiamenti da adottare da parte del singolo e dell'organizzazione, sui metodi di prevenzione e sull'apprendimento di interventi pratici per fronteggiare lo stress.

