

ISCRIZIONI

Costo iscrizione e sede:

Il costo per la partecipazione è di € 110,00.
Gli incontri si terranno presso la sede ASSFER in Viale Stazione 154, 35036 Montegrotto Terme (PD).

Destinatari:

Tutti coloro che svolgono a titolo professionale un'attività finalizzata al cambiamento delle condizioni di vita, di salute di altre persone e della collettività: assistenti sociali e tutti i professionisti della salute.

Crediti Formativi:

L'evento è realizzato ai sensi della Convenzione con il Consiglio Regionale dell'Ordine degli Assistenti Sociali del Veneto stipulata in data 20/04/2016 e rilascia **10 crediti formativi**.

Modalità di iscrizione:

Per informazioni su iscrizione rivolgersi alla Segreteria Organizzativa di ASSFER sas.
Posti limitati.
Iscrizione online alla pagina <http://www.assfer.it/index.php/corsi-residenziali?id=260>



Viale Stazione 154
Montegrotto Terme (PD)

Telefono: 049 2134577
e-m@il: eventi@assfer.it

PREMESSA

Il Burnout è un fenomeno prevalentemente collegato alle professioni di aiuto, chi si “prende cura degli altri” attiva quotidianamente tutte le sue risorse personali, non solo emotive ma anche di dispositivi culturali che fondano il proprio agire professionale che ne condiziona poi sia l'identità personale che quella di professionista.

La vita lavorativa di tutti i giorni, con i suoi ritmi frenetici e incalzanti ci sottopone ad una condizione di stress costante, nella quale spesso non abbiamo neppure la possibilità ed il tempo di fermarci, ascoltarci e chiederci come stiamo. Il corpo e la psiche, costantemente sotto pressione, iniziano a risentirne evidenziando alcuni segnali di disagio, quali ansia, insonnia, tensioni muscolari, scarsa concentrazione, disturbi intestinali, emicrania, spossatezza, difficoltà respiratorie, irritabilità, ipertensione, ...
Diventa importante prevenire, cogliere ed intervenire tempestivamente su questa sintomatologia, prima che possa dare vita a disturbi cronici stress-correlati e possa condurre al BURNOUT, ossia lo stadio estremo dello stress che letteralmente significa “bruciare fuori” e consiste nel “logoramento” o “decadenza” psicofisica dovuta alla mancanza di energie e di capacità per sostenere e scaricare lo stress accumulato.



**Quando l'aiutare stanca, quando
l'aiutare cambia.
Come individuare il disagio e
prevenire i disturbi attraverso
tecniche di psicoterapia integrata.**

07-08 novembre 2016

Viale Stazione, 154 - Montegrotto Terme (PD)



MODALITA'

Le lezioni teoriche tratteranno il rapporto tra lo Stress ed il sistema integrato psiche-corpo nell'ottica della Psicoterapia Funzionale.

Una particolare attenzione sarà posta alle influenze sull'equilibrio salute-malattia di una cattiva gestione dello stress e delle emozioni.

L'apprendimento delle tecniche antistress sarà basato su esercizi individuali di rilassamento, di visualizzazione guidata e su altre attività esperienziali utili a modificare le proprie risposte psicofisiologiche ad eventi stressanti, al recupero della Calma, al ripristino della respirazione diaframmatica profonda ed all'elaborazione del vissuto emotivo attraverso l'esperienza corporea.

PROGRAMMA DEL CORSO

Lunedì, 07 novembre 2016

MATTINO

8:30 Registrazione partecipanti

9:00 Stress motore della vita: Eustress e Distress

11:00 Pausa

11:15 I Funzionamenti di Fondo coinvolti in situazioni di stress

13:45 Discussione Finale

Martedì, 08 novembre 2016

MATTINO

9:00 Tecniche di intervento antistress (I° parte)

11:00 Pausa

11:15 Tecniche di intervento antistress (II° parte)

13:45 Discussione Finale e valutazione di apprendimento

Si consiglia un abbigliamento comodo, dato il carattere teorico-esperienziale delle attività proposte .

OBIETTIVI

Supervisione professionale finalizzata al miglioramento delle capacità d'analisi delle situazioni e allo sviluppo delle competenze relazionali nel rapporto con gli utenti e loro famiglie, con i colleghi (e/ altri soggetti della rete dei servizi) e se stessi.

Attività svolta con un lavoro individuale e anche di gruppo che ne moltiplica l'efficacia dei processi di crescita personale e professionale.

FORMATRICE

Dott.ssa Cristina Carlomagno, Psicologa e Psicoterapeuta Funzionale, formata in EMDR per la rielaborazione del trauma e in Schema Therapy per i disturbi di personalità.

Svolge attività clinica e percorsi di Psicoterapia individuale e di gruppo, occupandosi in particolare di disturbi d'ansia e del tono dell'umore, disturbi di origine psicosomatica e stress correlati.