



Sicurezza - AGGIORNAMENTO FORMAZIONE SPECIFICA PER LAVORATORI (STRESS DA LAVORO CORRELATO)

Il corso avrà la durata di 6 ore svolte a distanza.

Programma del corso

Unità A (docenza affidata ad uno psicologo)

Conoscere lo stress:

- Cos'è lo *stress*;
- i principali tipi di *stress*;
- la sindrome del *burnout* negli insegnanti.

Riconoscere lo stress:

- come riconoscere i primi segnali di disagio;
- saper valutare il proprio livello di esposizione all'usura psicofisica.

Affrontare e gestire lo stress:

- strategie e tecniche di prevenzione;
- la gestione dei conflitti (con il dirigente, con i colleghi, con gli studenti e con loro famiglie);
- come rapportarsi con i cambiamenti;
- lo sviluppo della capacità di *coping*.

Unità B (docenza affidata ad uno RSPP-scuola)

Il rischio da stress lavoro correlato (SLC)

- lo SLC secondo l'Accordo Europeo dell'8 ottobre del 2004;
- il rischio dello SLC secondo il Testo Unico sulla salute e sicurezza sul Lavoro (D.Lgs. 81/2008).

La valutazione dello SLC:

- le indicazioni metodologiche per la valutazione del rischio SLC;
- il percorso metodologico: fasi, attività e strumenti;
- la pianificazione e la realizzazione delle misure di riduzione del rischio.

L'evoluzione normativa :

- lo SLC come rischio specifico improprio;
- il *burnout* come agente patogeno.

Unità C (docenza affidata ad uno Medico Competente)

Lo SLC in ambiente scolastico:

- i fattori stressogeni nella scuola;
- gli eventi stressanti;
- il rischio SLC nella gestione dello stress da rischio COVID-19 : i cambiamenti dei fattori di contesto e contenuto del lavoro.

Le reazioni e le conseguenze più diffuse:

- sintomi fisici;
- sintomi psicologici;
- reazioni comportamentali

I diritti/doveri verso la tutela della salute:

- per i Docenti;
- per il Medico Competente;
- per il Dirigente Scolastico;