

**I CARE: ci tengo a te.
MA CHI SI PRENDE CURA DI CHI CURA?
Le competenze relazionali nel counseling sanitario
e la cura del Sè per l'implementazione clinica**

Nell'ambito delle attività di un Servizio sanitario nel quale la competenza clinica è strumento imprescindibile, la collaborazione tra ogni Operatore e tra le diverse categorie e figure professionali diviene necessaria, per permettere che al paziente arrivi il “concordato-meglio-per-lui”: per la sua cura, guarigione se possibile, e comunque per una buona Qualità della Vita mentre c'è lo stato di malattia o disagio; allo stesso tempo all'operatore possa ri-tornare solo il meglio in termini di sensazione di competenza, efficienza ed efficacia, sia umana che professionale, per la qualità della sua vita individuale e professionale, e per la qualità della sua professionalità agita.

Empatia e senso d'équipe come fattori d'implementazione del processo oggettivo di cura ed assistenza.

Il processo di “costruzione” e mantenimento del senso d'équipe non è un plus-valore al lavoro strettamente clinico, ma terreno utile per permettere che l'operatività clinica abbia il massimo valore oggettivo; non dunque inquinato dalle dinamiche legate alla soggettività e che, qualora non riconosciute, comprese ed affrontate, correrebbero il rischio di divenire “fardello” ingombrante al lavoro quotidiano (costringendo l'Operatore all'impiego di energie utili a tenerle a bada; energie che verrebbero sottratte alla componente significativa ed oggettiva di un lavoro che, invece, dovrebbe avere come unico o prevalente destino la cura e la salute, in senso lato, del malato).

Quando il senso d'équipe è riconosciuto e “sentito” il lavorare è *buono* e tutto diviene occasione per parlare, comunicare e valorizzare il lavoro clinico; quando invece non c'è accordo e armonia, si può ricorrere da parte di ciascuno o di categorie all'impiego di strumenti volti a mantenere freddezza ed inumanità del rapporto, e molte energie verrebbero “tolte” al lavoro clinico per poter invece gestire le conflittualità.

Al paziente potrebbe venire meno il senso di “gruppo di cura concorde”, ed all'Operatore il senso di “sostegno dal gruppo dei curanti”: l'”essere-soli” non è dinamica favorente per alcuno; né per chi ha bisogno di sentire la solidità di chi lo cura, né per chi potrebbe avere il piacere ed il bisogno di sapere che ha -per ogni intervento attuato- il sostegno e l'appoggio dei colleghi.

Il corso si propone inoltre di affrontare, secondo una visione olistico/multidimensionale, le tematiche relative allo stress professionale negli operatori della salute.

Gli obiettivi sono: a) prevenire il fenomeno del *burnout*; b) gestire le situazioni di stress quando il *burnout* è già manifesto.

Il percorso formativo sarà strutturato al fine di consentire il raggiungimento di conoscenze cognitive e comportamentali, nonché l'acquisizione di validi strumenti di *self help* per aiutare l'operatore sanitario nella gestione delle dinamiche da stress professionale. Tematiche affrontate:

Il lavoro di aiuto in sanità e lo stress lavorativo. La fisiologia della reazione da stress ed il rischio di *burnout*. Strategie di *self-help* per l'operatore, affinché possa essere pienamente in grado di svolgere il proprio lavoro a servizio del malato. Gli effetti della risposta da rilassamento, come dinamica favorente i processi di gestione delle situazioni di stress per gli operatori delle “*helping professions*”. L'attivazione della risposta da rilassamento. Sperimentazione di metodologie semplici e rapide da acquisire, di tipo esperienziale, atte a gestire le situazioni problematiche, siano queste di natura intrapsichica che socio-ambientale e a prevenire le cadute nella motivazione professionale e il “*burnout*”

Questa iniziativa si configura come un progetto altamente innovativo per le modalità didattiche e per i suoi contenuti volti all'attenzione e alla CURA DI CHI CURA, nonché per l'insegnamento di dinamiche di *self help* per l'operatore al fine di consentirgli: una migliore gestione delle dinamiche di lavoro di natura stressante, un più facile recupero di energie psico-fisiche funzionali sia all'equilibrio personale, che ad una migliore qualità di interventi sanitari ed assistenziali per il paziente, nonché un maggiore equilibrio nella gestione di dinamiche relazionali con l'équipe a cui appartiene, e nell'ambito del più ampio concetto di attività connesse all'organizzazione del lavoro.

ARGOMENTI TRATTATI

- teorie della motivazione – la motivazione all’aiuto
- “che cosa mi spinge al lavoro in sanità?”
- percorso di autovalutazione motivazionale
- benessere/malessere come conseguenze motivazionali
- la “felicità” nella vita: professione, vita privata, tempo libero...
- lavoro di brain-storming sul senso di appagamento lavorativo
- le cause di stress lavorativo - il burn-out
- autovalutazione dello stress lavorativo. Il rilassamento come strumento autoterapeutico
- il rapporto tra motivazione – appagamento – stress – burn out
- cosa definisce il concetto di CRITICITA’ nel rapporto col malato/colleghi.
- l’équipe, strumento terapeutico per chi è curato e chi cura la relazione/comunicazione come strumento terapeutico, per chi è curato e chi cura
- lavoro di brain-storming per cercare gli elementi condivisi e sentiti come causa di stress e burn out, nonché di quelli che invece ne aiutano il superamento, l’osservazione del comportamento durante i momenti critici, e lettura del comportamento individuale in funzione dei concetti di benessere/stress, in rapporto agli elementi emersi durante il precedente lavoro a piccoli gruppi. Il rilassamento come strumento autoterapeutico
- LA COMUNICAZIONE, UN PROCESSO EFFICACE: contenuto, contesto, relazione
- IL CONTESTO COMUNICATIVO IN AMBITO SANITARIO
- IL CONTESTO COMUNICATIVO IN SANITA’:
- IL GRUPPO E LA LEADERSHIP:
- GLI OSTACOLI DELLA COMUNICAZIONE NELL’EQUIPE:
- GLI OSTACOLI DELLA COMUNICAZIONE NELL’EQUIPE:
- LA COMUNICAZIONE ASSERTIVA, ESPRESSIONE DI UNA SANA STIMA DI SE’
- LE COMPETENZE RELAZIONALI E LE QUALITA’ INDIVIDUALI:
- LE COMPETENZE RELAZIONALI E LE QUALITA’ INDIVIDUALI
- LO STRESS ED IL BURN OUT CONSEGUENTI ALLE DIFFICOLTA’ DI COMUNICAZIONE IN EQUIPE
- TECNICHE DI GESTIONE DELL STRESS
- LA MOTIVAZIONE PROFESSIONALE, LA SUA CHIAREZZA E IL SUO RAGGIUNGIMENTO: INFLUSSI IN AMBITO COMUNICATIVO E GESTIONALE