

SEMINARI:

Promoció de la salut a la feina: La cura de la salut del professional BURNOUT

Està demostrat que les professions amb un gran component vocacional i de servei, com ara totes les de l'àmbit de la salut, són susceptibles d'elevats nivells d'estres i desgast emocional.

El compromís personal i social que caracteritza la identitat dels professionals de la salut, és un factor que pot actuar com a font fonamental de satisfacció i benestar. Però quan la complexitat és molt elevada, les demandes de la tasca excessives i l'equilibri necessari entre l'esforç i la recompensa es trenca; aquest compromís pot esdevenir un factor de risc per a la salut dels professionals i, per tant, per la qualitat de la seva feina i per l'atenció als ciutadans.

Les formes individuals de situar-se en la realitat laboral són també en gran part, determinants del grau de benestar en l'exercici de la feina. Per aconseguir un bon ajust, és necessària la comprensió de l'entorn com a sistema i el desenvolupament de recursos i habilitats en l'esfera emocional i relacional.

Aquest seminari pretén ser una eina que ajudi al desenvolupament d'una vivència més satisfactòria de la feina i a prevenir l'estrès laboral i el desgast professional.

Objectius:

- Millorar els recursos i les habilitats pel desenvolupament professional saludable.
- Oferir un espai per l'aprenentatge, el debat i la reflexió sobre els factors psicosocials implicats en el continu de salut- malaltia.

Objectius específics:

- Identificar els principals factors relacionats amb la salut mental laboral.
- Conèixer els principals conceptes relacionats amb l'estrès i el desgast professional.
- Potenciar els recursos d'afrontament adaptatiu dels participants, davant les situacions generadores d'estres.
- Identificar aspectes bàsics per a dissenyar un pla de desenvolupament personal i professional.

Metodologia:

La metodologia és activa i participativa. Incorpora:

- exposicions conceptuals
- reflexió i debaten grups
- exercicis de simulació
- anàlisi de casos

Els recursos metodològics estan dissenyats específicament pels dentistes. Tenen com a objectiu que els professionals puguin transferir els aprenentatges a l'exercici i la vivència professional i, per tant millorar la seva capacitat adaptativa i la seva qualitat en l'atenció als ciutadans.

El material inclou un document amb pautes per l'elaboració d'un pla de desenvolupament professional, en base als continguts presentats, la participació a la sessió i el procés de reflexió personal de cada participant.

Equip docent:

Dra. Cristina Abadia Castelló. Metgessa del Treball, Cap d'Unitat de Salut Laboral. Consorci Sanitari de Terrassa. Postgrau mediació de conflictes en organitzacions de salut. Formadora gestió emocional en l' àmbit sanitari.

Dra. Maria Pau González Gómez de Olmedo. Doctora en Psicologia. Especialista en Clínica. Consultora en lideratge, grups i organitzacions. Coordinadora de formació de la Fundació Galatea.

Dra. Montserrat Plana Fernández. Metgessa, psicoterapeuta, Màster en clínica i salut mental. Consultora en lideratge, grups i organitzacions.

A qui s'adreça:

Col·legiats COEC

Preu: Gratuït



Fundació  GALATEA

Lloc:

Col·legi d'Odontòlegs i Estomatòlegs de Catalunya (COEC)
Travessera de Gràcia, 93-95
08006 Barcelona

Durada: 4 hores.

Dates:

- Dijous 19-10-2017, de 16h a 20h (4h).
- Divendres 19-01-2018, de 10h a 14h (4h).
- Divendres 13-04-2018, de 16h a 20h (4h).
- Dissabte 07-07-2018, de 10h a 14h (4h).

Aforament: 20 persones per jornada.