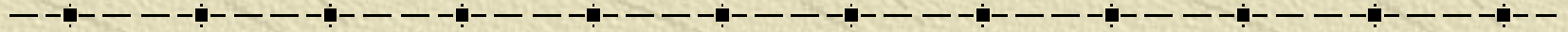


Programma

5 Giugno 2010

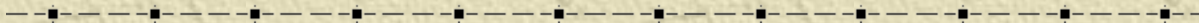


Nelle professioni di aiuto siamo sottoposti ad un particolare tipo di rischio, che si rivela in un logoramento psicologico talvolta profondo e distruttivo.

Possiamo imparare a non nascondere e ad attrezzarci per utilizzarlo come una occasione di crescita personale e professionale.

Cercheremo di tracciare una cornice conoscitiva delle dinamiche in atto.

Cos'è il BURNOUT



Cos'è il BURNOUT

**Il tipo di lavoro,
l'organizzazione e
l'ambiente di lavoro,**

insieme a

componenti psicologiche individuali

possono produrre un

rapido esaurimento dell'operatore

Cos'è il BURNOUT

*I fattori individuati nel Burnout
nelle ricerche effettuate da C. Maslach ed altri :*

- ✦ Esaurimento Emotivo*
- ✦ Depersonalizzazione*
- ✦ Realizzazioni Professionale*

Cos'è il BURNOUT

1. Esaurimento Emotivo

L'operatore si trova in uno stato di tensione quasi permanente sul lavoro, che talvolta prosegue anche nella vita privata e che dà luogo ad una grande sensazione di stanchezza

2. Depersonalizzazione

Atteggiamento di distacco, spesso con ostilità, implicita o manifesta, verso l'oggetto della prestazione professionale (paziente, ospite, assistito ecc.).

L'obiettivo è sottrarsi al coinvolgimento fonte di stress attraverso la riduzione del contatto

***3. Caduta nella realizzazione
professionale***

Riduzione forte della autostima
professionale, sensazione di
inadeguatezza, fallimento, impotenza
con conseguente frustrazione e vissuti
depressivi

Cos'è il BURNOUT

POSSIBILI EFFETTI DEL BURNOUT:

Nel soggetto: forte stress con i correlati sul piano somatico (quindi cardiovascolari, endocrini, metabolici ecc.) e sul piano psicologico (ansia, insonnia, irritabilità relazionale ecc.).

Nel lavoro: peggioramento della prestazione, conflitti, diminuzione reddito o prospettive di sviluppo professionale.

Cos'è il BURNOUT

Come si arriva al burnout ?

Concomitanza di:

- ✦ Fattori di ambiente. Gli stressors
- ✦ Fattori individuali: modalità psicologiche di approccio al lavoro di helping

Cos'è il BURNOUT

Fattori di ambiente

Problemi organizzativi in materia di

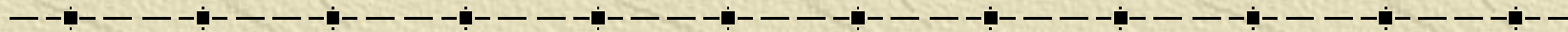
- ✦ Carichi di lavoro e risorse disponibili*
- ✦ Riconoscimento sociale ed economico*
- ✦ Equità nei trattamenti*
- ✦ Stile di controllo, leadership e feedback*
- ✦ Valori della organizzazione*
- ✦ Resistenza al cambiamento*
- ✦ Coesione di gruppo*

Fattori individuali

Siamo più esposti al burnout se...

- ✦ C'è stato un investimento eccessivo e irrealistico sul lavoro (ciclo di entusiasmo e idealizzazione, stagnazione, frustrazione, blocco)*
- ✦ Se la relazione con l'altro ripropone difficoltà personali non sufficientemente risolte.*
- ✦ Se ci manca un riferimento di supervisione*
- ✦ Non disponiamo di buone tecniche di COPING*

Cos'è il BURNOUT



Sul piano psicot dinamico si tratta di una

DIFESA

da una situazione di stress che riteniamo
ineliminabile e che non sappiamo come
affrontare o risolvere

Cos'è il BURNOUT

Nelle **professioni di aiuto** si verifica con grande frequenza.

Si riduce con **due** dimensioni di intervento:

- 1. Organizzativo** (gruppi di lavoro, ambiente, condizioni di lavoro, management consapevole ecc.)
- 2. Soggettivo.** Attrezzare gli operatori ad analizzare e utilizzare la percezione della propria risposta alla relazione con l'altro.

Cos'è il BURNOUT

Cos'è il COPING ?

È la ricerca e l'attuazione di una strategia individuale e/o ambientale-organizzativa di gestire in modo adattivo una situazione stressante che non possiamo evitare.

Cos'è il BURNOUT

Dunque:

Burnout = prima risposta rudimentale e non efficace ad uno stress importante ma non identificato

Coping = ricerca di una modalità più elaborata di difesa e risposta ad una situazione stressante identificata

Cos'è il **BURNOUT**



Cos'è il BURNOUT

Il nostro obiettivo:

Aumentare le nostre capacità psicologiche e professionali per analizzare e rispondere in modo realistico ed abbastanza efficace a situazioni potenzialmente anche molto stressanti.

Cos'è il BURNOUT

Programma di lavoro :

- 9 incontri di due ore con presentazione sintetica di un caso clinico da parte di due operatori (max 20 minuti) e discussione in gruppo

Cos'è il BURNOUT

Schema di riferimento per la presentazione dei casi
(max 20 minuti):

1. Brevi cenni di anamnesi
2. Tipo e manifestazioni della patologia
3. Risposte emozionali nella relazione operatore - paziente