

STRESS LAVORO-CORRELATO: CONOSCERLO, VALUTARLO, GESTIRLO



CODICE	W05	DURATA	8 ore
RIFERIMENTI NORMATIVI	Valido come aggiornamento per RSPP, ASPP, RLS, dirigenti e lavoratori preposti con possibilità di rilascio Crediti Formativi		
PREREQUISITI	Nessuno		
RIVOLTO A	Tutte le categorie di lavoratori. Particolarmente indicato per RSPP, RLS e lavoratori preposti		
SCOPO	Ampliare le conoscenze sulla fisiologia dello stress e sulle cause, conseguenze e dinamiche specifiche del rischio stress lavoro-correlato; fornire risposte per la valutazione e gestione del rischio; apprendere ed elaborare strategie efficaci di coping.		
CONDOTTO DA	Psicologa salute occupazionale e consulente HSE		
CONTENUTI	<ul style="list-style-type: none"> - La dinamica dello stress e le sue etichette: stressor, stress, eustress - Cause e conseguenze: i rischi psicosociali e l'impatto sulla salute psicofisica ed organizzativa - Gli strumenti di valutazione dello stress: limiti e opportunità - La prevenzione dello stress - Strategie di coping a breve e lungo termine 		
SEDE DI SVOLGIMENTO	Polo Didattico Apt Safety Group o presso sede/spazio prescelto		
CERTIFICAZIONE	Certificazione Apt Safety Group		
ESERCITAZIONI PRATICHE	Il corso prevede una metodologia induttiva e partecipativa. Elementi teorici si alterneranno a lavori esperienziali e di gruppo		

