

Programma corso

Modulo 1: Supporto per gli operatori sanitari coinvolti nel periodo peri e post emergenza COVID-19 al fine di alleviare gli effetti dello stress psico-fisico a cui sono e sono stati sottoposti.

Obiettivi del corso:

Il modulo prevede la formazione e l'addestramento alla acquisizione di interventi e pratiche finalizzate al miglioramento delle sindromi psicofisiche degli operatori impegnati sul campo della gestione ospedaliera dei malati di COVID-19: applicazione sul campo di tecniche di auto-rilassamento e di autocontrollo posturale con l'ulteriore scopo di formare gli operatori all'auto-somministrazione delle tecniche posturali e di rilassamento anche al di fuori dell'orario di lavoro.

Il modulo, della durata complessiva di 4 ore, potrà svolgersi in presenza o da remoto e verrà condotto da professionisti psicologi e fisioterapisti esperti in tecniche di training autogeno, rieducazione posturale e tecniche orientali psicosomatosensoriali (QI GONG) secondo modalità prevalentemente esperienziali.

Argomenti:

Parte introduttiva: tre sessioni teoriche di presa di coscienza degli effetti dell'emergenza Covid-19 a livello giuridico, neuroendocrino e comportamentale.

Parte pratica:

"La tutela del benessere attraverso il rilassamento" - Presentazione delle tecniche di rilassamento e proposta di seduta pratica di training autogeno.

"Qi Gong" - Introduzione alle tecniche di Qi Gong e proposta di seduta pratica.

"Postura e riequilibrio psicofisico: quando il corpo parla" - Descrizione dei concetti del controllo posturale ed attività pratica di addestramento del personale sanitario all'autotrattamento adottando principi di tecniche di rieducazione posturale.

Parte conclusiva: Somministrazione test di valutazione e apprendimento. Saluti.

Modulo 2 : Regolazione emotiva e linguaggio del corpo: tecniche espressive e psico-corporee per la gestione consapevole degli aspetti emotivi associati allo stress lavoro-correlato.

Obiettivo: il modulo ha come obiettivo quello di offrire ai partecipanti una serie di strumenti psico-corporei, per promuovere la capacità di auto-somministrazione di esercizi atti a favorire una migliore regolazione degli stati emotivi connessi allo stress lavoro-correlato.

Le pratiche condivise si basano sul Continuum tra Psicoterapia Espressiva, Danza Movimento Terapia, Psicologia somatica e Teoria polivagale. In particolare il modulo, riprendendo la strutturazione del protocollo più ampio, già sperimentato nel corso della formazione 2021, alterna momenti teorici e di pratica guidata, offrendo ai partecipanti un'occasione per contattare le proprie risorse psico-corporee e creative, al fine di sostenere la capacità di offrire supporto nella relazione d'aiuto.

Il modulo, della durata complessiva di 4 ore, potrà svolgersi in presenza o da remoto e verrà condotto da un/una professionista psicoterapeuta esperto/a in tecniche psicocorporee ed espressive secondo una modalità prevalentemente esperienziale.

Argomenti

Introduzione teorica: Presentazione della teoria polivagale: come la regolazione emotiva emerge dall'attivazione del Sistema Nervoso Autonomo e come sia possibile, in un'ottica di collegamento bidirezionale tra corpo e mente, utilizzare il movimento e l'espressione corporea per apportare modifiche degli stati autonomici, al fine di contrastare lo stress psicofisico, promuovere la condizione di benessere e predisporre alla relazione d'aiuto.

Prima parte esperienziale: Respiro di autoregolazione e oggetto-amico. Radicamento. Abitare il corpo, esserci, sentirsi presente.

Seconda parte esperienziale: Passaggi di stato. Immobilizzazione e mobilizzazione senza paura. Integrazione, creatività e movimento libero-espressivo.

Parte conclusiva: Valorizzazione delle risorse, rielaborazione. Restituzione verbale e saluti



UO FORMAZIONE E AGGIORNAMENTO DEL PERSONALE, COMUNICAZIONE

Via S. Margherita, 5 - 60124 Ancona
tel. 071.8004762-3345-4601 - fax 071.35941
mail: formazione@inrca.it PEC INRCA: inrca.protocollo@actaliscertymail.it
Responsabile f.f.: Dr.ssa Patrizia Pacenti

FAC SIMILE di DOMANDA DI PARTECIPAZIONE

Alla **UO Formazione e Aggiornamento del personale,
comunicazione**
I.N.R.C.A.
Via Santa Margherita n. 5
60124 Ancona AN

Il/La sottoscritto/a.....

CHIEDE

Ai sensi dell'art. 39 del DPR 445/00

di partecipare all'Avviso Pubblico

- Dichiaro che l'indirizzo al quale deve essere inviata ogni necessaria comunicazione è il seguente:
(inserire anche l'indirizzo di posta elettronica e/o di PEC)

.....

A tale fine, sotto la propria responsabilità e consapevole delle sanzioni penali previste dall'art. 76 del D.P.R. n. 445/2000 per le ipotesi di falsità in atti e dichiarazioni mendaci, anche ai sensi degli artt. 46, 47 e 38, dichiara:

- 1) di essere nato/a il C.F.:
.....
- 2) di essere residente in vianCAP.....
Città.....Prov.....telefono.....
- 3) di godere dei diritti civili e politici;
- 4) di essere in possesso della cittadinanza italiana o equivalente;
- 5) di essere iscritto/a nelle liste elettorali del Comune di
- 6) di non aver riportato condanne penali e di non aver procedimento penali pendenti
(ovvero.....);
- 7) di trovarsi nella seguente posizione nei confronti degli obblighi militari:
- 8) di essere in possesso dei seguenti titoli di studio:
conseguito presso in data
.....
- 9) di essere in possesso delle seguenti specializzazioni:
conseguita presso in data
.....
- 10) di essere iscritto all'Ordine deglidi ...
..... della prov. di al n°
.....



UO FORMAZIONE E AGGIORNAMENTO DEL PERSONALE, COMUNICAZIONE

Via S. Margherita, 5 - 60124 Ancona
tel. 071.8004762-3345-4601 - fax 071.35941
mail: formazione@inrca.it PEC INRCA: inrca.protocollo@actaliscertymail.it
Responsabile f.f.: Dr.ssa Patrizia Pacenti

Al fine della ammissione e della valutazione di merito, il/la sottoscritto/a produce in allegato alla presente domanda:

- n. 1 curriculum formativo e professionale, redatto sotto forma di autocertificazione ai sensi degli artt. 46 e 47 del D.P.R. 445/2000, datato e firmato;
- fotocopia del documento di identità in corso di validità.

Data

Firma

.....

Dichiaro di essere informato, ai sensi e per gli effetti della normativa vigente in materia, che i dati personali raccolti saranno trattati, anche con strumenti informatici, nell'ambito del procedimento per il quale la presente dichiarazione viene resa e del successivo eventuale rapporto di lavoro.

Dichiaro di acconsentire al trattamento dei dati personali contenuti nella presente autocertificazione .ai sensi del d.lgs. 196/2003 e del Reg. UE 2016/679

Data

Firma

.....

N.B. Fare attenzione che la domanda venga firmata altrimenti non potrà essere presa in considerazione