

Corso - Kurs

8/2131 – Agg. RSPP – Gestione stress lavoro correlato

Strategie e strumenti per promuovere salute – sicurezza

Ente organizzatore - Organisator

CTM – Centro di Tecnologia e Management Srl, Via Macello 57, 39100 Bolzano
Riservato alle aziende associate a Confindustria Alto Adige

Referente del corso: Martina Gufler (m.gufler@confindustria.bz.it)

Destinatari - Zielgruppe

RSPP, ASPP, Datori di lavoro, dirigenti

Prerequisiti - Voraussetzungen

-

Obiettivi - Ziele

- **Acquisire strategie e strumenti di Stress-Risk Management da utilizzare fin da subito.**
- **Ampliare lo Stress come “sale della vita Eu-stress e ridurre Di-stress, Burnout e Rischi psicosociali.**
- **Individuare punti di forza e aree di miglioramento per ben-lavorare, ben-essere e ben-vivere.**

Contenuti - Inhalte

Individui ed organizzazioni di tutti i tipi e dimensioni, ogni giorno, si trovano a fronteggiare continue sfide/ricieste/incertezze. Esistono best practices e comprensioni indispensabili e vitali. Identificare, conoscere, gestire ed elaborare lo stress è un fattore critico imprescindibile di successo.

Il corso propone una giornata per avere una visione strategica (aggiornata alle più recenti evidenze scientifiche) e strumenti operativi concreti oggi indispensabili per promuovere Salute/Sicurezza, senza cadere in dinamiche "disfunzionali" di distacco-evitamento e/o eccessivo coinvolgimento.

Si parla sempre più di Promozione della Salute, Tutela del Benessere, di Welfare Aziendale, di RE e UP-Skilling, di offerta di percorsi di Empowerment a livello individuale – di team e aziendale.

Lo Stress-Risk Management impatta sia su Performance (Risultati/Qualità del lavoro), sia nel contesto Health & Safety e risulta comprensibile ed applicabile a qualunque struttura organizzativa. In sintesi il focus è su una “competenza che genera la differenza” - a livello professionale e personale - e l'ignoranza di alcuni principi e tecniche ha costi troppo elevati e diversificati, spesso non percepiti, inconsapevoli, e quindi trascurati.

- **Stress Lavoro Correlato: “sale della vita” o “veleno mortale”? Comprendere per agire nella complessità.**
- **Principi e tecniche di gestione dello stress sul lavoro: evidenze scientifiche e strumenti operativi.**
- **La nuova scienza dello Stress e l'arte di "prosperare sotto stress". Resilienza e Antifragilità.**
- **ABC Stress: strategie di coping (fronteggiamento richieste) efficaci e inefficaci.**

- Trasformare il DI-stress in EU-stress (“il veleno in medicina”). Atteggiamenti “con-vincenti”.
- Comunicazione “funzionale e disfunzionale”: come generare valore nella comunicazione.
- *Response-ability* e ruolo: essere preparati a 360°. Analisi “casi aziendali” e interventi
- Valutare il Malessere – Benessere. Ruolo Consapevolezza e azioni positive in azienda per Health & Safety.
- Co-costruzione di ipotesi applicabili nel proprio lavoro (miglioramento “contestualizzato”).

Formazione con forte coinvolgimento dei partecipanti, guidati dalla docente. Didattica sfidante e pragmatica. L’ottica è fermarsi nel presente per comprendere se ci sono conferme al proprio agire e/o ri-orientamenti più funzionali e gratificanti, in un supporto co-creato.

La Trainer agisce in aula come un: a) catalizzatore, b) mediatore, c) agente di aiuto, d) motivatore.

Docente - Kursleiter

Ph.D. ENRICA BRACHI Senior Trainer. Consulente “Innovation Management”. Esperta di “Formazione Formatori ambito Salute e Sicurezza”, Strategic Skills, Intelligenza Emotiva e Comunicazione Generativa.

Lingua di insegnamento - Unterrichtssprache

italiano

Durata/calendario/orario - Dauer/Kalender/Stundenplan

8 ore

03/12/2025

04/12/2025

dalle ore 13.30 alle ore 17.30

Luogo di svolgimento - Abhaltungsort

Piattaforma online Zoom

Termine di iscrizione - Anmeldeschluss

Lunedì, 24 novembre 2025

Quota di partecipazione - Teilnahmegebühr

€ 280,00 + IVA

Materiale didattico compreso.

Per le aziende aderenti a Fondimpresa la quota può essere finanziata attraverso il “Conto formazione aziendale”. Le aziende associate Confindustria Alto Adige possono richiedere assistenza a CTM per la presentazione della domanda.

Attestato di frequenza - Teilnahmebestätigung

Al termine dell'attività formativa ogni partecipante che ha frequentato almeno il 90% delle ore totali e che ha superato il test finale riceve un attestato di frequenza.

Attraverso la frequenza del seminario gli RSPP e ASPP assolvono parte dell'obbligo di aggiornamento quinquennale (8 ore).