

STRESS LAVORO CORRELATO: TECNICHE PER RICONOSCERLO E GESTIRLO

Sala Convegni Casa Di Cura San Michele

Date 22,29 maggio e 5,12 giugno 2026

Totale ore: 16

Tutte le Figure Professionali

Numero partecipanti: 20

RAZIONALE

Obbiettivo degli incontri formativi è riconoscere i segnali clinici, fisici e mentali dello stress individuale e di gruppo. Si svolgeranno esercizi di team building per rinforzare i legami gruppali.

La lezione sarà in modalità mista: lezione frontale, circle time e team building.

Relatore Dott.ssa Esposito Anna Maria

PROGRAMMA ED. 2

Venerdì 22 maggio 2026

1. Incontro

14.00 – 15.00 Introduzione al significato dello stress

15.00 -18.00 Esercitazione pratica di Team Building

Venerdì 29 maggio 2026

2. Incontro

14.00 -15.00 Riconoscimento delle dinamiche dello stress e vari sintomi

15.00 – 18.00 Dinamica di gruppo in circle time

Venerdì 5 giugno 2026

3. Incontro

14.00 -15.00 Strategie per la gestione dello stress

15.00 - 18.00 Lavoro di gruppo

Venerdì 12 giugno 2026

4. Incontro

14.00 -18.00 Esercitazione finale

18.15 – Test finale di valutazione ECM

COGNOME	NOME	LAUREA	SEDE ATTIVITA' RUOLO
ESPOSITO	ANNA MARIA	Laurea in Psicologia: Psicologia clinica e di Comunità Specializzazione in "Psicoterapia: indirizzo Cognitivo – Comportamentale	Consulente Psicologa – Casa di Cura San Michele srl, Maddaloni (ce)

LA VERSIONE ESTESA DEL CURRICULUM È AGLI ATTI DEL PROVIDER