

Ordine delle Professioni Infermieristiche di MATERA

LA CURA DI CHI CURA

Riconoscere, prevenire e gestire il burnout nelle
professioni infermieristiche

MATERA 6 MAGGIO 2026

AUDITORIUM G.MOSCATI-OSPEDALE MADONNA DELLE GRAZIE

PROGRAMMA

Ore 08.00 Registrazione dei partecipanti

Introduzione e finalità del Corso

Dott.ssa Federica Cavicchini

Ore 08.30 - 9.30: **burnout**

- Definizione OMS di burnout.
- Le 3 dimensioni classiche (Maslach)

Ore 9.30- 11.00: **caso clinico breve**

- Attività: caso clinico breve
- Autovalutazione breve

Coffe break

Ore 11.30-12.30: **Focus sul contesto sanitario**

- I fattori di rischio nelle professioni infermieristiche a livello organizzativo e

Individuale

Ordine delle Professioni Infermieristiche di MATERA

Ore 12.30-13.00 **Attività: la mia mappa dello stress**

ore 13.00 Pausa pranzo

Ore 13.30 14.30 **Riconoscere il burnout**

- I segnali precoci
- Strategie di prevenzione a livello individuale, relazionale ed organizzativo

Ore 14.30-15.30 **Attività: il collega risorsa**

- Strategie di gestione quando è già presente

Ore 15.30-16.00 Chiusura dei lavori e compilazione del questionario ECM

ABSTRACT

Il corso si propone di promuovere la consapevolezza del fenomeno del burnout nelle professioni infermieristiche, favorendo la comprensione dei fattori di rischio legati al contesto lavorativo sanitario e delle strategie utili per prevenirlo e gestirlo.

L'intervento formativo mira a sostenere il benessere psicologico degli infermieri, rafforzando le risorse individuali e relazionali necessarie per affrontare lo stress professionale e mantenere una qualità della cura elevata, tutelando al contempo la salute degli operatori.

Il gruppo viene utilizzato come una potente cassa di risonanza che amplifica ed accelera i risultati individuali. Il metodo del group coaching consente la creazione di uno spazio sicuro dentro il quale ciascun partecipante ha la possibilità di vedere agiti i propri schemi comportamentali ed allo stesso tempo è chiamato a fare da specchio agli altri componenti del gruppo in totale assenza di giudizio. L'attenzione

Ordine delle Professioni Infermieristiche di MATERA

costante sia i bisogni del gruppo che a quelli del singolo individuo rende questa metodologia una modalità formativa di grosso impatto poiché consente di sfruttare allo stesso tempo i benefici dell'apprendimento di gruppo e quelli di un percorso di counseling one to one.

Obiettivi del corso

- Comprendere il fenomeno del burnout
- Riconoscere i fattori di rischio
- Individuare precocemente i segnali di burnout
- Sviluppare strategie di prevenzione
- Migliorare la gestione del carico emotivo del lavoro di cura

INFORMAZIONI PERSONALI

Nome	CAVICCHINI Federica Giuseppina Vittoria
Domicilio	[REDACTED]
Cellulare	[REDACTED]
Codice fiscale	[REDACTED]
P.IVA	
E-mail	[REDACTED]
Nazionalità	[REDACTED]
Luogo e data di nascita	[REDACTED]
pec	[REDACTED]

SETTORE PROFESSIONALE

*Psicologia clinica, Counseling,
Orientamento, Formazione*

ISTRUZIONE E FORMAZIONE

Date	Da marzo 2024 ad oggi
Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione	ISP – Istituto per lo studio delle psicoterapie
Principali materie	Scuola quadriennale di specializzazione in psicoterapia
Qualifica conseguita	Specializzazione in corso

Date	Giugno 2023
Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione	Università Giustino Fortunato Telematica
Principali materie	Esame di Stato per l'abilitazione alla professione di Psicologo
Qualifica conseguita	Psicologo

Date	Febbraio 2022
Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione	Università Giustino Fortunato Telematica
Principali materie	
Qualifica conseguita	Laurea Magistrale in Psicologia cognitiva e comportamentale (Votazione 110/110)

<i>Date</i>	<i>Anno 2019/2020</i>
Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione	Panta Rei – Milano Master
Principali materie	Tecniche di rilassamento corporeo: training autogeno, rilassamento progressivo di Jacobson, somministrazione e scoring del test COPEs per la rilevazione dei livelli di stress e delle strategie di coping. Principi e pratiche di mindfulness. MBSR – MINDFULNESS BASED STRESS REDUCTION
Qualifica conseguita	Attestato

<i>Date</i>	<i>Dicembre 2012</i>
Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione	NLP ITALY - ROMA Corso di formazione
Principali materie	Coaching
Qualifica conseguita	Attestato Coach Professionista

<i>Date</i>	<i>2004/2007</i>
Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione	ASPIC – Bari Master triennale
Principali materie	Tecniche di counseling: allacciare una relazione d'aiuto, l'ascolto attivo ed empatico, la comunicazione empatica, il processo di una relazione d'aiuto. Analisi della domanda, formulazione di un obiettivo, conduzione di un processo di crescita personale. L'approccio della psicologia umanistica nella relazione d'aiuto: Rogers e Rollo May. L'analisi transazionale, la Gestalt, la terapia razionale emotiva di Ellis. Progettazione e conduzione di workshop di crescita personale. Il bilancio di competenze e l'empowerment.
Qualifica conseguita	Diploma di Counselor – Esperto in relazione d'aiuto

<i>Date</i>	<i>Giugno 1999</i>
Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione	AIF – ASSOCIAZIONE ITALIANA FORMATORI - ROMA
Principali materie	Analisi dei fabbisogni formativi, stesura di un intervento di formazione, conduzione di gruppi in formazione, la valutazione dei risultati
Qualifica conseguita	Attestato di partecipazione

ESPERIENZA PROFESSIONALE

<i>Periodo</i>		<i>Dal 30/05/2024 al 27/06/2024</i>
Nome e indirizzo datore di lavoro	I.I.S. – “E. DUNI – C.LEVI” - MATERA	
Tipo di azienda o settore	Istituto d’istruzione secondaria	
Tipo di impiego	Docente/Esperto	
Principali mansioni e responsabilità	Percorso di orientamento con le famiglie – Intervento straordinario finalizzato alla riduzione dei divari territoriali nelle scuole secondarie di primo e secondo grado e alla lotta della dispersione scolastica – Azioni di prevenzione e contrasto della dispersione scolastica.	
<i>Periodo</i>		<i>Dal 05/03/2024 al 14/05/2024</i>
Nome e indirizzo datore di lavoro	I.I.S. – “E. DUNI – C.LEVI” - MATERA	
Tipo di azienda o settore	Istituto d’istruzione secondaria	
Tipo di impiego	Docente/Esperto	
Principali mansioni e responsabilità	Percorso di tutoraggio per l’orientamento agli studi e alle carriere STEM, anche con il coinvolgimento delle famiglie	
<i>Periodo</i>		<i>Dal 28/09/2023 ad oggi</i>
Nome e indirizzo datore di lavoro	Psicologa, iscritta all’Albo degli Psicologi della Regione Basilicata, Libero professionista	
Tipo di azienda o settore	Studio Professionale di Psicologia Clinica	
Tipo di impiego	Consulenza psicologica	
Principali mansioni e responsabilità	Sostegno psicologico, abilitazione, riabilitazione, somministrazione di test psicodiagnostici e valutazione diagnostica, attività di prevenzione e promozione della salute e del benessere. Sostegno psicologico alla persona, alla coppia, alla famiglia, alla genitorialità Co-conduzione di gruppi di psicoterapia Lavoro in equipe con Psicoterapeuta, Psichiatra e Neuropsichiatra infantile Interventi di riduzione e superamento degli stati ansiosi e depressivi Interventi di sostegno agli adolescenti in situazioni ansioso/depressive demotivazione allo studio, ansia sociale Interventi in manifestazioni pubbliche di promozione della salute mentale e di prevenzione del disagio	

<i>Periodo</i>	<i>Dal 2007 al 2023</i>
Nome e indirizzo datore di lavoro	Counselor professionale – accreditato ASSOCOUNSELING – Libero professionista
Tipo di azienda o settore	Studio Professionale
Tipo di impiego	Consulenza sul benessere personale, in ambito educativo-scolastico, career counseling, organizzativo
Principali mansioni e responsabilità	Conduzione di gruppi di crescita personale Conduzione di gruppi di mindfulness Conduzione di gruppi di bioenergetica Conduzione di cicli di seminari di crescita personale Conduzione di corsi per genitori Life counseling, career counseling ed empowerment counseling individuali, di coppia Interventi di sostegno alla genitorialità

<i>Periodo</i>	<i>Dal 1995 ad oggi</i>
Nome e indirizzo datore di lavoro	Progettista di formazione finanziata FSE – REGIONE BASILICATA. Formatrice aziendale ed Orientatrice – Libero professionista VSB ENERGY – Roma /Potenza UIL CISL - BASILICATA PRSICO PROVIDER Srl - MATERA CAV – Centro di aiuto alla vita - MATERA BPPB – Banca popolare di Puglia e Basilicata – Gruppo dei promotori finanziari AIDP – Associazione Italiana Direttori del personale SMILE STORE – Gruppo Sigma – MATERA PCC – Giochi e Servizi – GRUPPO LOTTOMATICA – Potenza MANPOWER S.p.A – Potenza ISFOE – Istituto di formazione europea - Potenza AGEFORMA – MATERA ASSOCIAZIONE IL PONTE SUL FUTURO – Matera ISTITUTO COMPRENSIVO “F. TORRACA” – Matera ISTITUTO COMPRENSIVO “D.BRAMANTE” - Matera
Tipo di azienda o settore	IFOR - Matera AICIS – Associazione italiana di counseling integrato e supporto - BARI CENTRO SERVIZI - MATERA MEMORY CONSULT - POTENZA VICARIATO DI ROMA – Ufficio Scuola Cattolica; SCUOLA SAN GIUSEPPE - Roma LICEO PSICO-PEDAGOGICO - Istituto San Paolo – Roma CONSORZIO ICARO – Foggia; LICEO PSICO-PEDAGOGICO T.Stigliani - Matera LICEO CLASSICO E.Duni - Matera ISTITUTO TECNICO INDUSTRIALE – Matera ISTITUTO PROFESSIONALE PER I SERVIZI SOCIALI – Matera ISTITUTO PROFESSIONALE PER I SERVIZI ALBERGHIERI - Matera; ISTITUTO TECNICO COMMERCIALE – Matera ISTITUTO TECNICO PER GEOMETRI – Matera CSV – Centro servizi per il volontariato della Basilicata – Matera

CAPACITÀ E COMPETENZE ORGANIZZATIVE
--

Dal 1995 svolgo attività di professionista free lance nel settore sviluppo e formazione delle risorse umane occupandomi di gestione di processi, selezione di risorse umane, organizzazione di eventi, coordinamento di gruppi di lavoro, formazione e consulenza in progetti aziendali/personali ed attività d'aula.

La direzione di un consorzio di Alta Formazione e la partecipazione al direttivo dell'AIDP Basilicata mi hanno permesso di sviluppare capacità di relazione, condivisione, collaborazione e progettazione d'interventi formativi e culturali.

Dal 2004 ho iniziato ad interessarmi e poi ad occuparmi di salutogenesi, lavorando con le persone ed i gruppi al fine di agevolare il loro potenziale realizzativo. Per lo svolgimento di questa attività è stato basilare sviluppare un'approfondita conoscenza di me stessa e dei miei sistemi di decodifica dell'esperienza soggettiva ed interpersonale, potenziare l'intelligenza emotiva, personale e sociale sviluppando abilità come l'empatia, la padronanza di me, la resilienza, la capacità di motivarmi e motivare, la coscienziosità, l'intuito, unitamente ad abilità di persuasione, influenza, problem solving e negoziazione.

Competenze potenziate e perfezionate con un Master della durata triennale ed un corso di approfondimento della durata di 64 ore con i quali ho conseguito, nel 2007, il diploma di Counselor, Agevolatore nella relazione d'aiuto, competenze che mi hanno permesso di affiancare persone, coppie, famiglie, gruppi lungo un percorso di potenziamento del benessere attraverso lavori di crescita personale.

Nel 2006 entro in CDO – Compagnia delle Opere, fondo un'Associazione di Orientamento e counseling e inizio a lavorare per le scuole secondarie di primo e secondo ordine, inizio una collaborazione con Il Vicariato pontificio di Roma.

A partire dal 2013 ho iniziato un lavoro di equipe con Psicoterapeuti, Psichiatri e Neuropsichiatri che mi ha permesso di affinare sempre di più le mie competenze relazionali e d'aiuto fino a maturare la volontà di conseguire la laurea in Psicologia e l'abilitazione allo svolgimento della professione di Psicologa con l'iscrizione all'Albo.

Il coordinamento di progetti formativi, l'organizzazione di eventi, le numerose giornate d'aula in veste di formatore, la direzione di un consorzio di alta formazione e la partecipazione al direttivo dell'Associazione Italiana direttori del personale, oltrechè l'attività da libero professionista ultraventennale, hanno sviluppato capacità notevoli di pianificazione, gestione, organizzazione e strategia.

	CDO BASILICATA – Matera MANPOWER S.p.A. – Matera/Napoli IFAC/CCIAA – Como CONFORCOOP – Matera TECNOPOLIS CSATA – Bari BASENTECH – Matera NICOLETTI SALOTTI – Matera STAR SERVICE S.p.A. - Matera
Tipo di impiego	Formatrice Responsabile scientifico corsi E.C.M area sanitaria Responsabile della formazione Formatrice nel Master in counseling Formazione aziendale Attività di orientamento ed accompagnamento alla scelta universitaria, formativa e al mondo del lavoro Attività di riorientamento di lavoratori in mobilità Attività di formazione e facilitazione delle relazioni interpersonali e di gruppo. Elaborazione di progetti formativi. Selezione del personale e analisi del potenziale. Comunicazione interna ed esterna. Formatore/capo progetto. Progettazione di interventi formativi in riferimento all’area della Comunicazione, Sviluppo Personale e motivazione, benessere organizzativo (Leadership, Problem Solving, Conflitti Aziendali, clima organizzativo, team building Interventi d’aula in qualità di responsabile di progetto
Principali mansioni e responsabilità	Conduzione di gruppi di crescita personale Conduzione di gruppi di mindfulness Conduzione di gruppi di bioenergetica Conduzione di cicli di seminari di crescita personale Conduzione di corsi per genitori Life counseling, career counseling ed empowerment counseling individuali, di coppia Interventi di sostegno alla genitorialità

MADRELINGUA

ITALIANO

ALTRE LINGUE

- Capacità di lettura
- Capacità di scrittura
- Capacità di espressione orale

INGLESE

scolastico
scolastico
scolastico

ALTRE LINGUE

- Capacità di lettura
- Capacità di scrittura
- Capacità di espressione orale

PATENTE B.

Aggiornato: settembre 2025 La sottoscritta autorizza al trattamento dei dati personali ai sensi del D.lgs. n. 196/2003 "Codice in materia di protezione dei dati personali" come modificato dal D.Lgs. n. 101/2018, e del Regolamento(UE) 2016/679 (GDPR)

Ai sensi del D.P.R n.445/2000 e s.m.i., la sottoscritta dichiara che le informazioni ivi contenute corrispondono al vero".

"Ai sensi del DPR 445/2000 le dichiarazioni rese e sottoscritte hanno valore di autocertificazione".

Federica Giuseppina Vittoria CAVICCHINI



Matera, 24/03/2026



AUTODICHIARAZIONE SUL CONFLITTO DI INTERESSI ECM

Il sottoscritto, consapevole che il “**conflitto d’interessi E.C.M.**” è ogni situazione nella quale un interesse secondario interferisce o potrebbe interferire con l’interesse primario consistente nell’obiettività, imparzialità e indipendenza della formazione professionale nel settore della salute connessa al Programma di Educazione Continua in Medicina (E.C.M.),

DICHIARA

l’assenza di interessi commerciali in ambito sanitario **negli ultimi due anni** dalla data di sottoscrizione del presente curriculum.

Data 25/03/2026

Firma

Fabrizio Giuseppe V. Pirelli