



Erasmus+



Presentazione del progetto

Formazione in e-learning per prevenire il burn out
tra gli assistenti familiari,
gli infermieri e gli studenti di
infermieristica

Il progetto JOBIS

JOBIS ha inteso sviluppare e testare un programma formativo per prevenire il *burn out* tra gli assistenti familiari, gli OSS, gli infermieri e gli studenti di infermieristica in 5 paesi europei (Romania, Lituania, Polonia, Italia e Cipro).

I partner

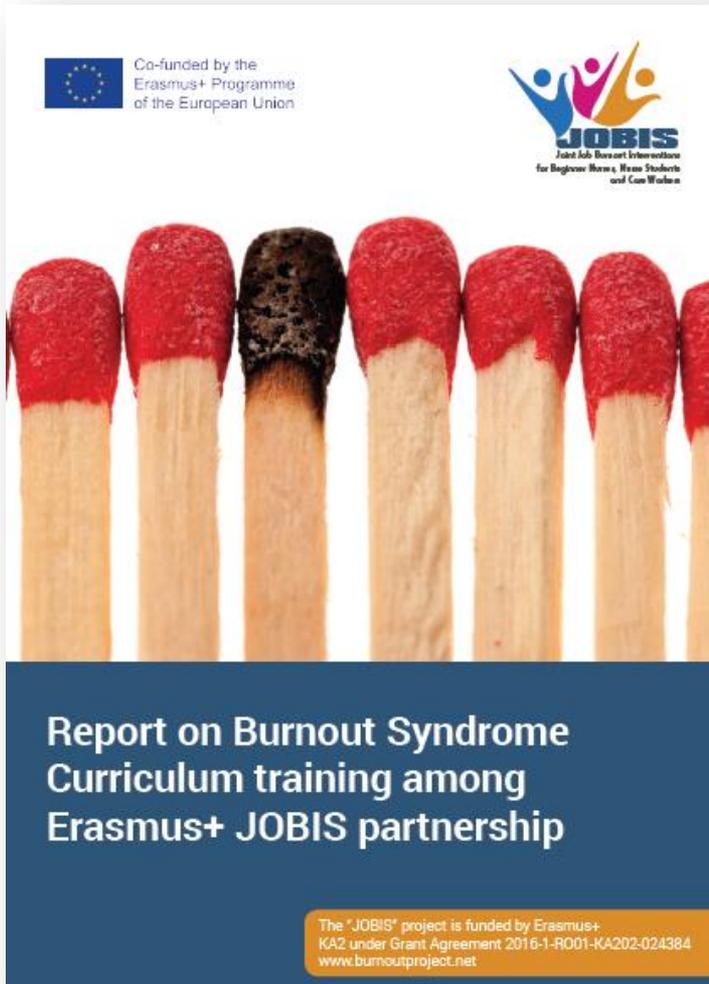
- **Ordine degli Infermieri – IASI** (Romania) – Coordinatore del progetto
- **Anziani e non solo soc. coop. soc.** (Italia)
- **Università di Scienze Umanistiche ed Economiche di Lodz** (Polonia)
- **Università di Klapeda – Facoltà di Scienze Sanitarie** (Lituania)
- **Università tecnologica di Cipro – Facoltà di Infermieristica** (Cipro)

Risultati

I prodotti realizzati:

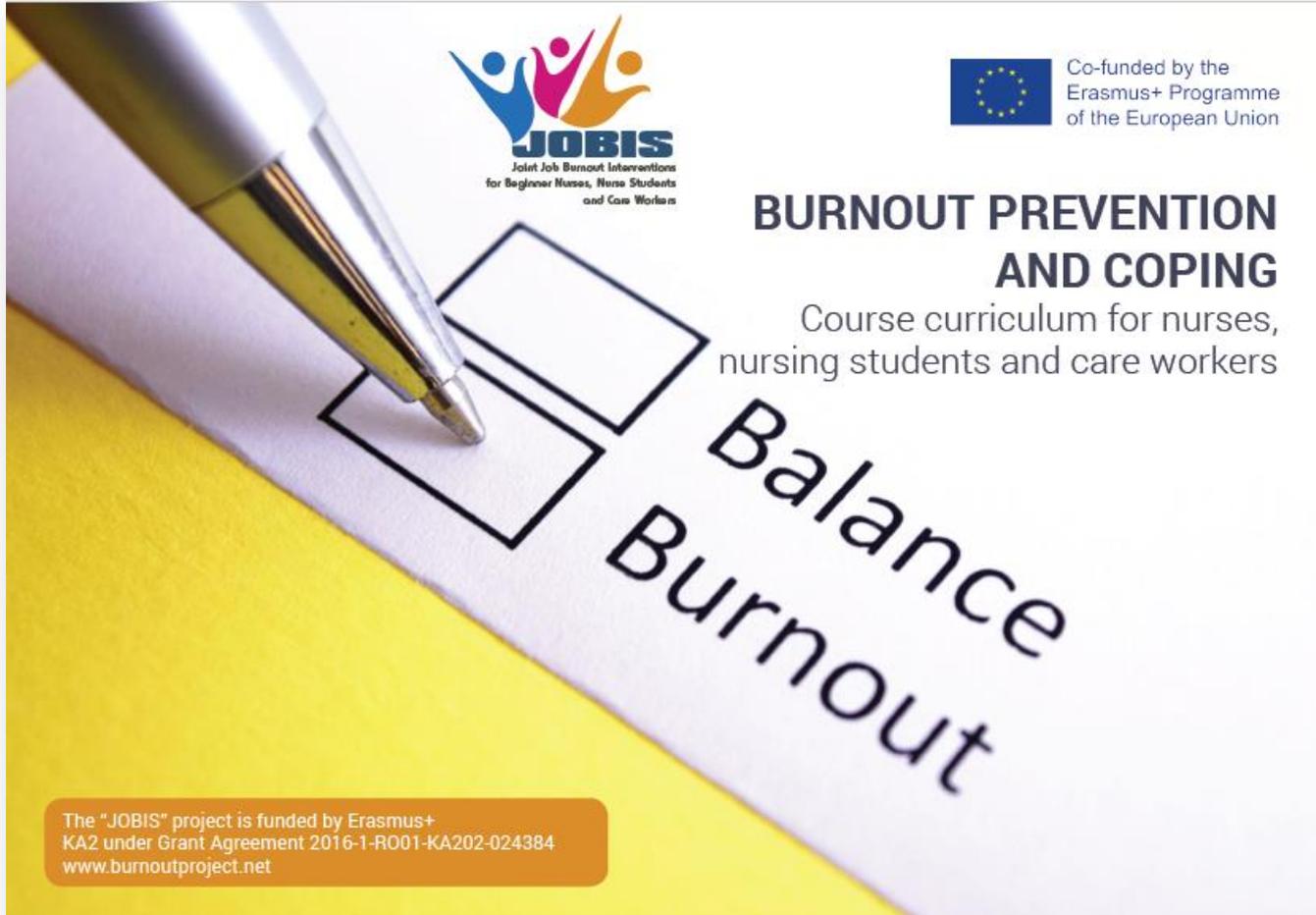
- Analisi comparativa sui percorsi formativi sul burn-out nei percorsi formativi per IP nei Paesi Partner
- Un curriculum formativo sulla prevenzione del *burn out* e sulle capacità di coping
- Materiali formativi sulla prevenzione della sindrome del *burn out*
- Un corso di formazione blended accessibile da una piattaforma di e-learning
 - Per l'Italia il corso è stato adattato e sperimentato con operatori assistenziali e assistenti familiari

Analisi comparativa



- In Italia il tema non fa parte del curriculum formativo standard del corso di laurea in infermieristica - alcune ore dedicate nell'ambito di corsi quali psicologia generale o relazione d'aiuto.
- Nei Paesi partner :
 - PL : 38 ore
 - LT: 22 ore
 - CY: 14 ore

Programma formativo



**JOBIS**
Joint Job Burnout Interventions
for Beginner Nurses, Nurse Students
and Care Workers

 Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

**BURNOUT PREVENTION
AND COPING**

Course curriculum for nurses,
nursing students and care workers

**Balance
Burnout**

The "JOBIS" project is funded by Erasmus+
KA2 under Grant Agreement 2016-1-RO01-KA202-024384
www.burnoutproject.net

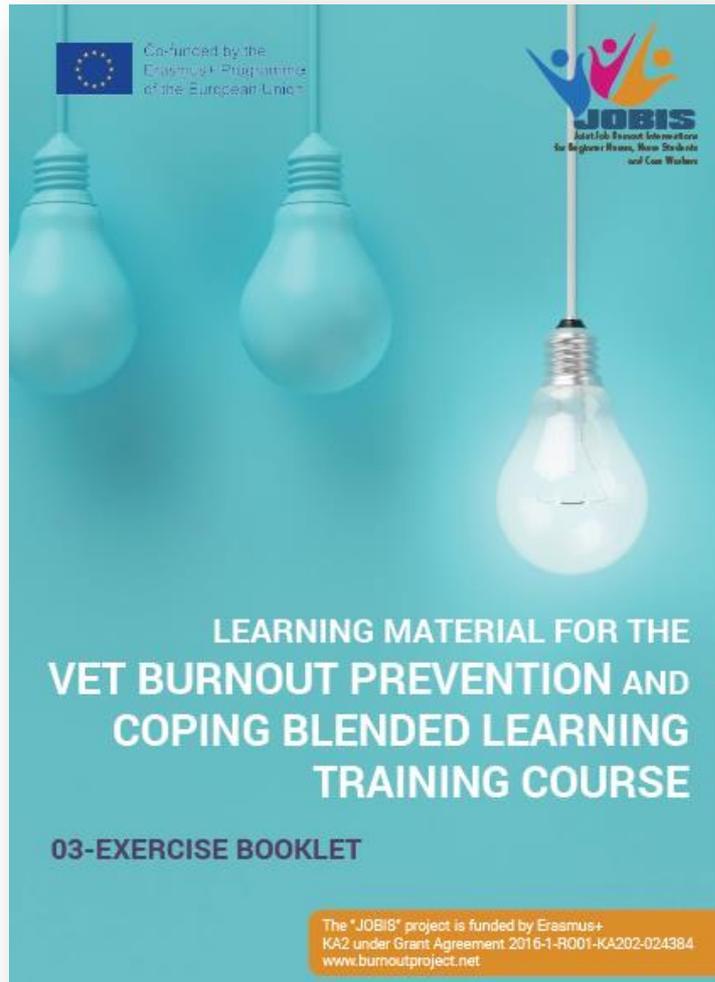
Programma formativo

- **Modulo I. Burn-out e stress: primi segnali, sintomi e prevalenza (corso online)**
 - Definizione di burn-out e stress
 - La differenza tra stress e burn-out
 - fattori di stress per il personale infermieristico
 - Segnali e sintomi precoci di burn-out
 - La prevalenza del burn-out in diversi settori assistenziali
- **Modulo II. Modelli strutturali della sindrome del burn-out professionale e sintomi clinici (corso online)**
 - Componenti della sindrome del burn-out professionale
 - Le fasi, le dinamiche e i sintomi clinici del burn-out
- **Modulo III. Sindrome del burn-out, fattori di rischio e conseguenze (corso online)**
 - Fattori di rischio
 - Conseguenze del burn-out a livello personale, professionale e organizzativo
 - Ricerche sulla prevenzione del burn out

Programma formativo

- Modulo IV. L'etica della cura di sé
 - La cura di sé
 - Strategie chiave e principali attività per rafforzare la cura di sé
 - Un approccio olistico alla cura di sé e alla riduzione dello stress
- **Modulo V. Strategie per la prevenzione del burn-out**
 - Strategie individuali, interpersonali ed organizzative per prevenire il burn-out
- **Modulo VI. Strategie di gestione dello stress**
 - Strategie di coping individuali
 - Metodi di coping cognitivo
- Modulo VII. Tecniche di rilassamento
 - Tecniche di coping (rilassamento, mindfulness, respirazione, visualizzazione...)

Materiali formativi sulla prevenzione della sindrome del *burn out*



Materiali didattici per formatori interessati a sperimentare il corso JOBIS.

Include:

- Piano delle lezioni
- Informazioni di background
- Suggerimenti per esercitazioni e lavori di gruppo

Corso in e-learning

JOBIS Project

I MIEI CORSI ▾

ITALIANO (IT) ▾



Alessandra Manattini



Il tuo stato di avanzamento ?

 Introduzione



venuto a questo corso online realizzato per assistenti famigliari. All'interno troverai informazioni ed esercizi sul burn-out: che cos'è, come si manifesta, come riconoscerlo, quali sono i possibili fattori scatenanti e sue conseguenze a livello personale ed occupazionale. L'obiettivo del corso è quello di fornirti una conoscenza di base sul burn-out e su come riconoscerlo al fine di poterlo prevenire.

corso è composto da due moduli:

Modulo 1: Burn-out e Stress: primi segnali, sintomi e prevalenza

Modulo 2: Fattori di rischio del burn-out in ambito assistenziale

Sperimentazione

- Tre gruppi di sperimentazione:
 - Un gruppo di assistenti familiari
 - Due gruppi di operatori (OSS, IP, RAA, TDR) di una struttura residenziale per anziani gestita da ASP Bologna per un totale di **32** partecipanti
- Assistenti familiari:
 - apprezzamento di tutto il corso (oltre il 70% ha valutato gli item come «buono» o «molto buono»)
 - Elemento valutato più positivamente: il materiale didattico fornito

Sperimentazione



Formazione formatori – KLAPEDA (LT)

