



**PERCORSO FORMATIVO**

# Counseling

per la promozione della salute  
e di sani stili di vita

**07 giugno** ore 15.00 > 19.00 Sala "B" riunioni • 1° piano della Palazzina Uffici **Ospedale San Carlo** | **Potenza**

**15 giugno** ore 9.00 > 13.00 Sala "A" riunioni • 1° piano della Palazzina Uffici **Ospedale San Carlo** | **Potenza**

**19 giugno** ore 15.00 > 19.00 Auditorium del Presidio ospedaliero Madonna delle Grazie | **Matera**

**28 giugno** ore 15.00 > 19.00 Sala cinema dell'ASM | **Matera**

## Cos'è il counseling

Un'attività il cui obiettivo è il miglioramento della qualità di vita della persona, sostenendo i suoi punti di forza e le sue capacità di autodeterminazione. Il counseling offre uno spazio di ascolto e di riflessione, nel quale esplorare difficoltà relative a processi evolutivi, fasi di transizione e stati di crisi e rinforzare capacità di scelta o di cambiamento.

## Il Counselor

E' un facilitatore del cambiamento e del benessere. È un professionista che accompagna le persone nell'affrontare situazioni di momentanea difficoltà: una scelta impegnativa, un problema da risolvere, un dissapore relazionale. Opera attraverso il dialogo, promuovendo un campo di relazione autentica, improntata all'ascolto, al rispetto e all'empatia.

Il Counselor è un professionista che si occupa di salutogenesi e promozione del BENESSERE, attraverso interventi e percorsi di consapevolezza, responsabilità e cambiamento.

## Il counselor aiuta a:

- Riscoprire le proprie risorse inesplorate
- Affrontare e comprendere il proprio disagio
- Gestire i conflitti interni
- Fissare obiettivi e raggiungerli
- Prendere decisioni
- Migliorare le relazioni interpersonali

## Una risorsa per gli operatori sanitari

Il counseling si rivolge al singolo, alle famiglie, a gruppi e istituzioni.

Può essere erogato in vari ambiti: privato, sociale, scolastico, sanitario, aziendale.

Per quanto riguarda le professioni sanitarie, va sottolineato che, come tutte quelle che operano nell'area della salute e del sociale, sono caratterizzate da un continuo contatto con le persone e i loro bisogni, sia fisici sia psicologici e quindi caratterizzate da importanti fattori relazionali.



### Il modello: Counseling Strategico Relazionale

Un approccio centrato sulla persona che integra in modo originale diversi contributi e modelli tra cui la PNL umanistica, il counseling relazionale e il problem solving strategico, la comunicazione non violenta e i principi cardine del modello rogersiano.

## Le tre aree di competenza fondamentali



## Motivazione dell'intervento e bisogni degli operatori

Le problematiche relative alla motivazione al cambiamento di comportamenti non salutari stanno suscitando sempre maggiore attenzione nel campo degli interventi di promozione della salute, in particolare se i cambiamenti auspicati richiedono modificazioni profonde dello stile di vita e di abitudini radicate nel tempo, come la scorretta alimentazione, la sedentarietà, il fumo di sigaretta e l'assunzione di alcol.

Le persone che manifestano comportamenti poco salutari sembrano porre più di altri il problema della mancata aderenza ai programmi di prevenzione e di cura. Buona parte dei fallimenti sono infatti da imputare alla mancata adesione e partecipazione attiva delle persone alle cure e ai percorsi proposti.

L'obiettivo di migliorare la qualità degli interventi sanitari deve quindi passare anche attraverso lo sviluppo di metodologie che favoriscano l'accrescimento delle motivazioni personali al cambiamento.

Tutto ciò spinge alla realizzazione di interventi che non si limitino alla diffusione dell'informazione, ma che nascano da una riflessione sui processi decisionali di cambiamento e che si basino sulle metodologie risultate efficaci nel costruire e rafforzare la motivazione a cambiare. E' su tale potenzialità di cambiamento che si fondano gli interventi di prevenzione dei fattori di rischio comportamentali e di promozione della salute che vengono realizzati quotidianamente. Tuttavia fornire informazioni e suggerimenti sulla modificazione di comportamenti non salutari è un intervento sanitario essenziale, ma non sempre è sufficiente a promuovere un reale cambiamento.

Agli operatori sanitari impegnati in tali interventi, sono quindi richieste specifiche competenze comunicativo-relazionali per rendere efficace l'azione a supporto del cambiamento e dell'apprendimento di nuovi comportamenti da parte dei cittadini/pazienti.

# Obiettivo generale del progetto formativo

I dati di letteratura indicano che gli interventi di counseling in generale, e del counseling sanitario in particolare, effettuati da operatori del SSR (MMG, PLS, operatori sanitari, farmacisti, ...) sia nel contesto educativo che spiccatamente assistenziale risultano efficaci, fornendo un valore aggiunto di molto superiore alla semplice attività di "informazione sanitaria".

Per tali motivazioni la Regione ha promosso un intervento formativo per la PROMOZIONE DI STILI DI VITA FAVOREVOLI ALLA SALUTE E ALLA PREVENZIONE DELLE PRINCIPALI MALATTIE CRONICHE NON TRASMISSIBILI, rivolto ad Operatori Sanitari delle AA.SS.LL di Basilicata, Medici di Medicina generale, Pediatri, Farmacie.

L'obiettivo del progetto formativo è quello di offrire un percorso di formazione al counselling breve, orientato al cambiamento di comportamenti, con specifica attenzione alla riduzione dei principali determinanti di salute (scorretta alimentazione, sedentarietà, tabagismo, abuso di alcol) sia in contesti sanitari opportunistici che in ambito lavorativo.

*La formazione sarà centrata sull'apprendimento dei fondamenti e delle abilità del Colloquio di counseling breve, con una maggiore focalizzazione sui contesti relazionali specifici in cui i contatti delle diverse figure professionali coinvolte ed i loro diretti interlocutori avvengono nella pratica.*

*Le competenze specifiche acquisite (conoscenze, abilità e autoconsapevolezza) rappresentano un'opportunità per qualificare maggiormente quelle proprie della professione svolta. Lo sviluppo di competenze comunicative relazionali rendono efficace l'azione che quotidianamente i professionisti e gli operatori svolgono a supporto del cambiamento e dell'apprendimento di nuovi comportamenti e stili di vita da parte dei cittadini e dei pazienti.*

La capacità empatica, l'ascolto, la gestione delle emozioni e del colloquio da parte degli operatori sanitari, si inseriscono in questo contesto come una importante risorsa per il miglioramento della qualità assistenziale.

Si tratta di risorse fondamentali in grado di promuovere una maggiore efficacia degli interventi, basati sul miglioramento sia della relazione con l'altro che con se stessi.

Irisultati attesi sulla popolazione target (pazienti, cittadini) sono l'aumento dell'empowerment degli individui per la promozione di azioni di tutela della salute e scelte favorevoli con riferimento agli stili di vita.

## Gli obiettivi specifici della formazione

Il corso ha lo scopo di:

- offrire agli operatori della sanità l'acquisizione delle abilità di base della comunicazione empatica e non giudicante per applicarla in tutte le situazioni di vita lavorativa quotidiana sia con i colleghi che verso i pazienti e i loro familiari;
- far acquisire una maggiore consapevolezza delle emozioni proprie ed altrui e, soprattutto, dell'impatto che queste hanno sui comportamenti;
- fornire strumenti pratici per migliorare la qualità e l'efficacia della relazione tra operatore sanitario e paziente, grazie allo sviluppo di maggiori capacità empatiche e all'acquisizione di alcune competenze di counseling: ascolto attivo, riformulazione, tecniche motivazionali, gestione empatica delle dinamiche relazionali.
- aggiornare e consolidare le proprie competenze relazionali nei confronti dell'utenza, dei colleghi, dei collaboratori e dell'organizzazione in genere.
- implementare le competenze di conduzione di un colloquio su temi focalizzati
- aumentare le abilità nel fornire informazioni corrette e contestualizzate, pianificare gli obiettivi di cambiamento comportamentale, usare strategie di problem solving e sostenere la motivazione del paziente nel tempo.

# Struttura e metodologie

Il percorso si struttura in 2 moduli, da realizzare in 4 giornate. Un percorso verrà realizzato a Potenza, l'altro a Matera. Ogni modulo ha durata pari a 4 ore. Il progetto prevede un totale di 16 ore.

I moduli saranno svolte in codocenza da due counselor professionisti:

- Antonio Quaglietta (Psicologo, Trainer Counselor, Coach)
- Nicola Giamaria (Professional Counselor – Sociologo)

Sono previsti momenti e interventi programmati da parte dei partecipanti al fine di contestualizzare, integrare e arricchire il percorso con contributi tematici specifici e riferiti al contesto sanitario.

## Metodologie didattiche:

- visione di video
- esercitazioni – esperienziali
- lettura testi di approfondimento
- test di verifica dell'apprendimento intermedi e finale PROGRAMMA

I due moduli saranno centrati sul Counseling in ambito socio-sanitario.

## I temi affrontati:

- Il Counseling in ambito sanitario
- Caratteristiche della relazione d'aiuto
- L'ascolto attivo nella relazione interpersonale
- Il valore dell'empatia nella relazione
- Le Emozioni e i Bisogni nel processo assistenziale
- I principi della comunicazione nella relazione con il paziente

Interventi programmati, condivisioni di esperienze e testimonianze potranno contribuire a contestualizzare gli argomenti, focalizzandosi, ad esempio:

- sull'ambulatorio come luogo d'incontro con l'altro e i suoi vissuti e osservatorio privilegiato dei bisogni del paziente;
- sui bisogni e le emozioni dell'operatore sanitario e del paziente;
- sulle responsabilità dell'operatore sanitario, le barriere e le criticità più frequenti, le potenzialità di cambiamento della comunicazione nel lavoro quotidiano.

Alla conclusione del percorso sarà rilasciato un attestato di frequenza a ciascun partecipante.



>> **clicca qui** <<  
PER REGISTRARTI AL CORSO