

ordine degli architetti
pianificatori, paesaggisti
e conservatori della provincia
di monza e della brianza

fondazione

ordine degli architetti
pianificatori, paesaggisti
e conservatori della provincia
di monza e della brianza

Venerdì
11 novembre
ore 14.00 > 17.00

AULA VIRTUALE
GoToMeeting

La partecipazione al corso è a pagamento e
previa iscrizione attraverso il portale
www.ordinearchitetti.mb.it/formazione/offerta-formativa

30 posti disponibili

QUOTA DI PARTECIPAZIONE:

ISCRITTI OAMB

€ 30,00

esenti IVA art. 10 primo comma n. 20 del DPR 633/1972

NON ISCRITTI OAMB

€ 40,00

esenti IVA art. 10 primo comma n. 20 del DPR 633/1972

Al fine dell'aggiornamento professionale è stato
ottenuto dal CNAPPC l'accREDITAMENTO di n° 3
crediti formativi

formazione 2022_3 cfp

(Valido come aggiornamento coordinatori sicurezza/RSP/ASPP)

COME PREVENIRE E GESTIRE LO STRESS LAVORO - CORRELATO INDIVIDUALE LA RESILIENZA PSICOLOGICA



PRESENTAZIONE DEL MODULO

Il corso consente l'acquisizione di conoscenze di base in merito ai costrutti teorici proposti ed è mirato allo sviluppo di competenze concrete finalizzate ad una maggiore consapevolezza rispetto al proprio grado di resilienza individuale, con l'acquisizione di strumenti di riflessione e tecniche utili a potenziare la propria resilienza psicologica.

I temi affrontati si focalizzano quindi sul consolidamento della capacità di gestire lo stress, valorizzare le proprie risorse interne, sviluppare flessibilità e attitudine ad affrontare i potenziali fattori di stress lavoro correlato positivamente e proattivamente.

RELATORE

Dr.ssa PRISCILLA DUSI, psicologa

Segui l'Ordine su:

