Ausind s.r.l.

AUSIND s.r.l. Via San Vincenzo 2 16121 Genova
Telefono: 010.8338226/290 - E-mail: infoausind@ausind.it - Website: www.ausind.it

Aggiornamento RSPP, ASPP, RLS, LAVORATORI e DATORI DI LAVORO: "Tecnostress e stress digitale: istruzioni per l'uso"

Categoria	Sicurezza sul lavoro base
Codice	23SRLAG1
Data di inizio corso	16/03/2023
Periodo	16 Marzo 2023
Durata	8 ore
Orario	09.00-13.00 / 14.00-18.00
Modalità di svolgimento	Via San Vincenzo 2, 16121 Genova
Costo a Partecipante	€ 250,00 + IVA
Sconto associati	10 %
Destinatari	Il corso è rivolto a RSPP, ASPP, RLS, LAVORATORI e DATORI DI LAVORO.
Premessa	Lavorare in un contesto multitasking dove allo stesso istante ci troviamo ad avere a che fare con differenti strumenti di lavoro (smartphone, tablet, computer, telefono d'ufficio) da un lato ha creato molti vantaggi, ma potrebbe al contempo avere conseguenze sulla salute del lavoratore che si trova in momenti di crisi, oberato di comunicazioni e impaurito dal sentore di non essere in grado di gestire i compiti che gli sono assegnati. La tecnologia è una fedele alleata nel mondo lavorativo, tuttavia dobbiamo mantenere la percezione di essere noi a dominarla e beneficiarne, non a dipenderne generando conseguenze stressanti e l’insorgenza di patologie stress-correlate.

Programma

• Il concetto di stress. • Stress lavoro – correlato: stato dell’arte ed esperienze di valutazione. • Il Tecnostress tra passato e presente. • Il modello SOGI: una proposta per la comprensione del Tecnostress. • Il Multitasking: utile o dannoso per il cervello? • Le nuove malattie professionali: sintomi e effetti nell’organizzazione del lavoro. • Internet Addiction Disorder e Fear of Missing Out. • La gestione delle e-mail e la Netiquette. • Gli effetti dell’iperconnessione sul nostro corpo e sul nostro cervello. • Digital Detox: comportamenti e abitudini corrette per ridurre lo stress digitale.

Obiettivi

Il corso si pone come obiettivo quello di fornire a tutti i lavoratori la formazione generale inerente la salute e sicurezza sul luogo di lavoro e una maggior percezione del rischio nelle proprie attività lavorative. In particolare, consente ai partecipanti di analizzare la propria attività lavorativa evidenziandone la componente multitasking ed i rischi legati alla possibile insorgenza di technostress, per poi fornire loro alcuni strumenti per affrontarlo con efficacia.