

DISTURBI PSICHICI SUL LAVORO

BIPOLARITÀ, DEPRESSIONE, DISTURBI D'ANSIA

Formazione destinata ai manager e ai professionisti delle risorse umane

Superare i tabù e accompagnare con efficacia i disturbi psichici in azienda

Durata : 4 ore	Moduli : 4 moduli
Lezioni : 16 lezioni	Destinatari : Manager, responsabili delle risorse umane, quadri dirigenti
Formato : 100 % online, asincrono	Organismo : N° 11757351875
Certificazione : Qualiopi	Tariffa : Su preventivo

www.dynseo.com/nos-formations | contact@dynseo.com | 09 66 93 84 22

Descrizione della formazione

Questo corso di 4 ore permette ai manager e ai professionisti delle risorse umane di comprendere e accompagnare i disturbi psichici sul lavoro, primo handicap riconosciuto in Francia. Andrete oltre le paure e i luoghi comuni per acquisire una comprensione chiara della depressione, della bipolarità e dei disturbi d'ansia nel contesto professionale. Imparerete a riconoscere le manifestazioni senza fare diagnosi, a reagire senza sovraproteggere né discriminare, e a creare le condizioni per un mantenimento nell'occupazione sostenibile. Attraverso situazioni simulate e esercizi pratici, svilupperete una postura professionale rispettosa ed efficace.

Sommario dei moduli

MODULE 1	Comprendere i disturbi psichici sul lavoro	4 lezioni
MODULE 2	Riconoscere le manifestazioni	4 lezioni
MODULE 3	Reagire e accompagnare	4 lezioni
MODULE 4	Mantenere nell'occupazione e far vivere l'inclusione	4 lezioni

Obiettivi pedagogici

Obiettivi pedagogici

- Comprendere cosa sono realmente i disturbi psichici e superare le idee preconcepite
- Riconoscere le manifestazioni della depressione, della bipolarità e dei disturbi d'ansia sul lavoro
- Affrontare l'argomento con rispetto e mettere in atto disposizioni concrete
- Gestire situazioni di crisi con i riflessi appropriati
- Costruire un mantenimento nell'occupazione duraturo e inclusivo
- Gestire la dinamica del team preservando la riservatezza
- Conoscere il proprio quadro legale e le proprie responsabilità come manager

Informazioni generali

Durata	4 ore
Pubblico	Manager, responsabili delle risorse umane, quadri dirigenti, professionisti a contatto con i team
Prerequisiti	Nessuno
Tariffa	Su preventivo - IVA non applicabile (articolo 261-4-4° del CGI)
Certificazione	Qualiopi - Attestato di fine formazione
Organismo	DYNSEO - N° di dichiarazione di attività: 11757351875

Lezione 1 - Cosa sono veramente i disturbi psichici

- Distinguere i luoghi comuni dalla realtà: pericolosità, instabilità, capacità di lavorare
- Comprendere che i disturbi sono frequenti, invisibili e possono essere curati
- Conoscere i numeri reali: prevalenza, primo handicap, sottodichiarazione
- Identificare come paura e ignoranza aggravano la situazione

Lezione 2 - Il peso del tabù e della stigmatizzazione

- Capire perché i collaboratori nascondono il loro disagio
- Misurare il costo del mascheramento sull'energia e le prestazioni
- Comprendere come la stigmatizzazione ritarda l'intervento
- Identificare l'impatto concreto del proprio atteggiamento da manager

Lezione 3 - Problemi, crisi e stabilità — superare le idee preconcepite

- Distinguere una persona in crisi da una persona stabilizzata
- Comprendere che la maggioranza dei collaboratori interessati lavora normalmente
- Identificare il ruolo del trattamento e delle fasi nell'evoluzione
- Delimitare ciò che è medico da ciò che è manageriale

Lezione 4 - Situazioni simulate — superare le proprie rappresentazioni

- Scenario: reagire alla rivelazione di un disturbo bipolare
- Scenario: evitare di sovraproteggere una persona considerata fragile
- Scenario: gestire le voci nel team sullo stato psicologico di un collega
- Identificare i propri riflessi da correggere

Lezione 1 - La depressione sul lavoro

- Riconoscere i segni: rallentamento, chiusura, perdita di slancio
- Identificare fatica e disturbi della concentrazione sul lavoro
- Distinguere depressione e demotivazione
- Adottare la postura appropriata di fronte al crollo dell'energia

Lezione 2 - La bipolarità al lavoro

- Comprendere l'alternanza delle fasi e le implicazioni quotidiane
- Riconoscere fasi alte e basse senza drammatizzare
- Integrare che i periodi di stabilità sono la norma
- Accompagnare senza sorvegliare né infantilizzare

Lezione 3 - I disturbi d'ansia sul lavoro

- Distinguere ansia generalizzata, attacchi di panico, ansia sociale
- Identificare le situazioni professionali scatenanti
- Comprendere il costo dell'evitamento e del sovracontrollo
- Ridurre la pressione senza rafforzare l'evitamento

Lezione 4 - Messe in situazione — osservare senza diagnosticare

- Esercizio: distinguere disagio da difficoltà passeggera
- Esercizio: separare ciò che riguarda l'organizzazione dalla cura
- Esercizio: identificare i propri limiti di osservazione
- Correggere la propria postura di osservazione

Lezione 1 - Affrontare l'argomento con rispetto

- Aprire uno scambio senza intrusione né giudizio
- Sapere cosa dire e cosa evitare assolutamente
- Rispettare riservatezza e ritmo della persona

- Gestire il rifiuto di parlarne

Lezione 2 - Mettere in atto disposizioni concrete

- Identificare le modifiche efficaci: orari, carico, ambiente
- Costruire gli adattamenti con la persona interessata
- Articolare le modifiche con il medico del lavoro
- Evitare sovrapprotezione e indifferenza

Lezione 3 - Gestire una situazione di crisi

- Riconoscere i segnali che richiedono una reazione rapida
- Applicare i primi riflessi: mettere in sicurezza, ascoltare, orientare
- Sapere chi allertare e come, con la giusta proporzione
- Preparare il ritorno dopo la crisi

Lezione 4 - Situazioni pratiche — reagire con precisione

- Scenario: gestire la rivelazione di una depressione in colloquio
- Scenario: adattare un posto preservando la riservatezza
- Scenario: reagire quando una persona è in grande difficoltà
- Padroneggiare le formulazioni che rassicurano e orientano

MODULE 4

Mantenere nell'occupazione e far vivere l'inclusione

4 lezioni

Lezione 1 - Il mantenimento nel lavoro che funziona

- Comprendere perché mantenere è meglio che sostituire
- Conoscere i dispositivi e gli attori di supporto
- Preparare e accompagnare un ritorno dopo lunga assenza
- Riaggiustare il posto in modo duraturo senza stigmatizzare

Lezione 2 - Gestire la dinamica del team

- Distribuire il carico senza creare tensioni o gelosie
- Decidere cosa dire al team e cosa mantenere riservato
- Disinnescare osservazioni e pregiudizi nel gruppo
- Trasformare l'inclusione in forza di squadra

Lezione 3 - Conoscere il contesto e le vostre responsabilità

- Comprendere la legge sulla disabilità psichica e la non discriminazione
- Identificare obbligazioni e protezioni del manager
- Conoscere il ruolo del referente disabilità, HR e medicina del lavoro
- Delimitare il proprio ruolo da quello dei professionisti

Lezione 4 - Messe in situazione — iscrivere il supporto nella durata

- Scenario: preparare un ritorno dopo lungo periodo di assenza psicologica
- Scenario: gestire l'incomprensione del team di fronte alle modifiche
- Scenario: costruire la propria tabella di marcia per il supporto
- Definire il proprio quadro d'azione chiaro e duraturo

Modalità pedagogiche

- Formazione in linea o in presenza
- Alternanza di apporti teorici e situazioni pratiche
- Scenari realistici e messe in situazione
- Esercizi di riflessione individuale e collettiva
- Supporti pedagogici forniti
- Attestato di fine formazione