

Taller 5

GESTIÓ D'EMOCIONS.

1. Justificació:

La malaltia contacta a les persones amb la seva vulnerabilitat. En si mateixa és una situació amenaçant que desperta inseguretats i pors, i fa que es converteixi en un poderós estressor que genera desajustaments emocionals que poden encara complicar més la situació del pacient. De quina manera poden afectar aquestes situacions de malaltia i d'alt impacte emocional en els professionals sanitaris? D'aquesta manera podrem clarificar de quines eines podem disposar per fer front a aquestes situacions.

2. Objectiu:

Formar en tècniques per fer front a situacions d'estrès dins l'àmbit sanitari.

3. Objectius específics:

- a) Descriure el maneig de les emocions bàsiques.
- b) Clarificar els processos d'identificació amb el pacient. Distància, implicació emocional i empatia.
- c) Aprendre a comunicar-se de forma empàtica davant situacions difícils.
- d) Aprendre les tècniques de protecció davant de les situacions d'alt impacte emocional.
- e) Aplicar les tècniques de "debriefing" en els equips d'urgències i emergències.