# **Entendre el món intern en temps emocionalment complicats**

**Relació tutor-resident**

**Justificació**

En el context de la formació sanitària especialitzada els seus actors requereixen d’unes competències específiques àmplies per assumir les tasques relatives a la docència i/o tutoria de professionals sanitaris i aconseguir els millors resultats dels professionals que es troben en fase d’aprenentatge de la professió.

En aquest entorn, on l’aprenentatge i la pràctica professional es barregen, resultarà d’utilitat conèixer i reflexionar sobre l’estat emocional en què es troba el tutor i conèixer estratègies per recuperar un benestar que permeti mantenir òptimes relacions entre tutor i resident.

**Objectius**

* Conèixer els aspectes fonamentals sobre els fenòmens afectius.
* Identificar i diferenciar emocions, sentiments, estrès, experiències traumàtiques i fenòmens vinculats al procés de dol.
* Obtenir eines per detectar fenòmens afectius en un mateix i gestionar-les de tal forma que permetin recuperar la tranquil·litat i el benestar.

**Persones destinatàries**

Professionals sanitaris que exerceixin tasques de tutoria de residents, col·laboradors docents i cap d’estudi, o les hagin d’assumir a curt termini.

**Continguts**

* Dinàmica dels fenòmens afectius. La banda d’activació òptima.
* Emocions i sentiments. Eines per la gestió.
* Estrès i experiències traumàtiques. Estratègies d’afrontament.
* El procés de dol. Dol normal i dol complicat. Factors de risc de dol complicat.
* Les bases del benestar personal.

**Metodologia**

**Professorat**

**Places**

Màxim 20

**Hores lectives**

Equivalent a 5

**Si esteu interessats en aquesta activitat contacteu amb el vostre cap d’estudis**

**Certificació**

A les persones que assisteixin a la sessió presencial i compleixin amb els requisits de matriculació se’ls emetrà un certificat d’assistència.

**Dates i horari**

**Lloc de realització**

**Informació**

**Responsable**

**Organització**