

Rischio Aggressioni e tecniche di difesa personale: la Gestione delle situazioni che generano violenza nei confronti dei lavoratori e operatori sanitari - edizione 1 (2021)

Presentazione

I fatti di cronaca raccontano quotidianamente di aggressioni, sempre più spesso ingiustificate, brutali ed a volte mortali sia nelle metropoli che nelle piccole città: nessun ambiente pubblico o privato è esente da fatti di questo genere, nemmeno il proprio luogo di lavoro. E' auspicabile quindi che ognuno acquisisca la giusta sensibilità riguardo al problema delle aggressioni e della microcriminalità e venga messo in condizione di salvaguardare la propria incolumità. Difendersi è un diritto e prendersi cura di se stessi è un dovere che dobbiamo a noi in prima istanza. Il corso si concentra sulla gestione del rischio, a tutti i livelli, comprese le tecniche psicologiche per disinnescare l'aggressività e mettersi in salvo e sulle Tecniche pratiche di difesa personale. Il corso è tenuto da Istruttori professionali di difesa personale.

Soggetti interessati

Il corso di difesa personale è pensato per tutte le categorie di lavoratori.

Obiettivi specifici e risultati attesi

Il corso ha L'obiettivo è insegnare ad usare la mente ed il corpo nell'applicazione delle tecniche più adatte per salvaguardare la propria incolumità in relazione all'ambiente e alle condizioni in cui si subisce un'aggressione. Si insegnerà ad utilizzare tutte le parti del corpo come arma di difesa, applicando le tecniche più efficaci e adatte alla propria struttura fisica. Prevenzione è la parola d'ordine. Il corso vedrà l'alternarsi di fasi pratiche e teoriche, durante le quali con le allieve si analizzeranno e discuteranno anche le dispense distribuite durante le lezioni.

Programma del corso

Il corso si suddivide in una parte teorica e una pratica.

Reagire e superare la paura:

- Che cos'è la paura
- Alterazioni fisiologiche
- Le reazioni
- Interpretazioni cognitive

Imparare la corretta postura, la posizione, la distanza, gli spostamenti e il corretto tempismo di intervento e astuzia per affrontare aggressori più forti di noi:

- Analisi della zona
- Analisi visiva
- Livelli di attenzione
- Linguaggio non verbale del corpo
- Distanze di sicurezza

Lavoro con colpitori, scudi e protezioni per simulare il momento in cui si è costretti ad intervenire e si può contare solamente sulle proprie doti e conoscenze per uscire da una situazione ad alto rischio ed alto livello di stress:

- Posizione di sicurezza
- Protezioni con gomiti
- Conoscere una percussione
- Imparare a sferrare un colpo
- Difesa da attacchi frontali e laterali
- Liberarsi dalle prese al polso, al busto e al collo
- Scenari di aggressione (varie tipologie di aggressione)
- Scenari speciali (ciò che potrebbe cambiare nel contesto)
- Situazioni di aggressione (le armi nel contesto)
- Uso di oggetti comuni come arma da difesa
- Collaborazioni con colleghi

Si consigliano abiti comodi oppure tuta da ginnastica e scarpe da ginnastica.

Metodologia didattica

Le lezioni saranno sviluppate mediante una prima parte teorica, discussa durante l'esecuzione della parte pratica e lo studio delle tecniche. Si inizierà parlando della paura, che è un allarme che scatta di fronte a rischi dai quali fuggire o difendersi.

Attestato

A tutti i partecipanti al corso verrà rilasciato un attestato di frequenza utilizzabile come titolo da includere nel curriculum formativo e professionale. Il rilascio dei crediti e delle varie Certificazioni è subordinato all'effettiva presenza del partecipante all'intero evento formativo verificata attraverso la registrazione manuale (firma entrata/uscita) o elettronica o in altra forma (ad es. badge), la compilazione del questionario sulla soddisfazione/gradimento dell'evento, nonché il superamento della valutazione dell'apprendimento e/o della prova pratica, ove prevista secondo la valutazione del Formatore/Istruttore. La raccolta dei questionari ("sulla soddisfazione/ gradimento" e quello relativo alla valutazione dell'apprendimento) avverrà alla fine dell'evento formativo. L'attestato di frequenza, ove siano soddisfatte le condizioni di cui sopra, verrà consegnato alla fine del corso o inviato via mail o inserito nell'area web dedicata all'Utente.

Modalità e criteri di verifica dell'apprendimento

Durante il corso, ogni partecipante viene sottoposto a verifica di apprendimento mediante test pratici. Il risultato viene considerato positivo solo in caso di partecipazione ad almeno il 90% della durata del corso e solo se il discente supera la parte pratica del corso. Al termine del corso, ai discenti viene inoltre somministrato un questionario di gradimento dell'attività formativa effettuata, incentivando la segnalazione di eventuali modifiche finalizzate ad aumentare l'efficacia dell'attività.