

PREVENCIÓN DE RIESGOS PSICOSOCIALES



	ONLINE		
	Duración: 50 H	Horas presenciales: 0 H	Horas online: 50 H
	Familia: PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES Y MEDIOAMBIENTE Área: PROMOCIÓN DE LA SALUD		
	Dirigido a: Trabajador@s, personas desempleadas, autónomos, personal de dirección, etc. que deseen adquirir, mejorar o afianzar los conocimientos teórico-prácticos relacionados con su puesto de trabajo o su pasada, presente o futura trayectoria laboral, con una formación académica acorde con las exigencias requeridas para realizar la acción formativa con aprovechamiento.		
	Objetivos: Con el presente curso intentaremos conocer los riesgos psicosociales que podemos padecer en nuestro trabajo, o que pueden afectar a nuestros compañeros. Vamos a saber detectar lo que es, las fases, los efectos y cómo se siente una persona y los que la rodean ante situaciones de mobbing, burnout, estrés, insatisfacción laboral o carga mental. Nuestra intención será prevenir situaciones negativas que se han extendido peligrosamente en los últimos tiempos, desde el conocimiento de los aspectos más importantes que le acompañan		
	Metodología: Metodología basada en la realización de la formación a través de una plataforma de teleformación o e-learning, permitiendo al alumn@ interactuar con el tutor/a, a través de tutorías personalizadas y otras herramientas como chat, foros, etc., desde un desarrollo planificado y sistematizado de la acción formativa, permitiendo al alumno realizar la formación desde cualquier lugar y a en todas las franjas horarias, evitando así desplazamientos pudiendo conciliar vida familiar y laboral. El contenido se basa en paquetes SCORM, vídeos, actividades, exámenes, etc		
	Contenidos: 1. Los riesgos psicosociales 2. El estrés 3. Factores del estrés 4. Prevenir el estrés 5. El mobbing 6. Mobbing: agresor, agredido y entorno 7. Prevenir el mobbing		

- 8. El burnout
- 9. Factores del burnout
- 10. Prevenir el burnout