



El celador y la gestión del estrés laboral

Sku: CURUEMCONL0522

Horas: 60

OBJETIVOS

- Proteger la seguridad y la salud de los trabajadores en el trabajo, mediante la acción preventiva en los lugares de trabajo.
- Proporcionar al trabajador todas las novedades referentes a la organización y prevención laboral sanitaria.
- Aumentar la motivación laboral, con lo cual el profesional laboral será capaz de autoanalizarse y aplicar las técnicas específicas en el ámbito profesional y personal.
- Prevenir situaciones generadoras de estrés en el personal del Servicio de Urgencias Hospitalarias.
- Diferenciar los distintos tipos de personalidad que encontramos dentro del personal laboral en el servicio de urgencias hospitalarias, y que van a condicionar su forma de trabajar y tratar al paciente.
- Capacitar al personal laboral para pedir ayuda especializada cuando se encuentre ante situaciones estresantes.
- Prevenir la aparición de mobbing, cualquier conducta, gestos, actos, palabras que pueda atentar contra la personalidad, la dignidad física o psíquica del trabajador y que puedan poner en peligro o degradar su calidad de vida laboral ocasionándole daños físicos y psicológicos graves.
- Velar por la salud de los trabajadores, por su bienestar físico, mental, social, por el desarrollo y mantenimiento de sus capacidades funcionales.
- Establecer estrategias correctas de enfrentamiento y afrontamiento para combatir todas las situaciones de mobbing que se originen en el trabajador, tanto el acoso psicológico por parte de los compañeros, por varios subordinados o por superiores.

CONTENIDOS

Tema I: Evolución de la protección contra accidentes y enfermedades laborales

- Introducción

- Precaución de los riesgos en la actividad profesional
- Organización del trabajo
- Definición de salud
- Interacción entre trabajo y salud
- Metodología de la salud laboral
- Prevención del riesgo
- Objetivo
- Tipos de prevención
- Condiciones laborales y salud. Los daños para la salud
- Reseña histórica de la prevención. Objetivo
- Resumen
- Autoevaluación

Tema II: Calidad de vida laboral

- Introducción
- Carga mental
- Definición
- Carga mental en el mundo hospitalario

- Carga psicológica del personal de emergencias
- Calidad de vida laboral
- Definición
- Alteraciones en los trabajos a turnos
- Condicionamientos legales
- Calidad de vida desde la perspectiva del confort en el trabajo
- Tiempo social, laboral y biológico
- Factores psicosociales
- Definición
- Factores inherentes a la organización del trabajo
- Factores inherentes al contenido del trabajo
- Satisfacción laboral
- Métodos. Evaluación psicosocial
- Determinantes de la satisfacción laboral
- Características de la satisfacción laboral
- Insatisfacción en los empleados
- Teorías de la satisfacción laboral

- Motivación

- Origen de la definición

- Teorías de la motivación
 - Teoría de la motivación intrínseca y extrínseca

 - Teoría de las tres necesidades de McClelland

 - Teoría de las metas de Locke y Lathan

 - Teoría de la motivación en el servicio público de Perry y Wise

- Principios básicos de las fuentes de la motivación

- Resumen

- Autoevaluación

Tema III: Percepción y estados de la conciencia

- Introducción

- Percepción

- Emoción
 - Definición

 - Teorías

- Estados de conciencia

- Definición
 - Dormir y soñar
 - Estructura del sueño: Etapas y fases del sueño
 - Fase REM
 - Fase NREM
 - Trastornos del sueño
 - Clasificación
 - Principales trastornos del sueño
 - Parasomnias
 - Trastornos de movimientos: síndrome de piernas inquietas
 - Trastornos según la etapa de la vida
 - Resumen
 - Autoevaluación
-

Tema IV: Tipos de personalidad

- Introducción
 - Personalidad
 - Definición y enfoques
-

- Enfoque psicoanalítico
- Evaluación del enfoque sociocognitivo
- Estudio de los rasgos
- Estudio humanístico
- Trastornos de la personalidad
 - Conceptos
 - Trastorno antisocial de la personalidad
- Resumen
- Autoevaluación

Tema V: El mando

- Introducción
- El mando
 - Definición
 - Cualidades
 - Capacidad de motivación
 - Factores importantes
- Teoría de liderazgo

- Estilos de liderazgo
 - Teorías del liderazgo
 - Elementos
 - Evolución de los enfoques
 - Teorías contingenciales: enfoque situacional
 - Supervisión laboral
 - Cualidades
 - Tipos de jefes. Clasificación
 - Resumen
 - Autoevaluación
-

Tema VI: El estrés

- Introducción
 - El estrés
 - ¿Qué es?
 - Acontecimientos estresantes
 - Tipos
 - Teorías del estrés
-

- Basadas en la respuesta
- Basadas en el estímulo
- Basadas en la interacción/transaccionales
- Estrés y salud
 - Efectos del estrés prolongado
 - Consecuencias del estrés
- Alteraciones por estrés
 - Emocional
 - Cognitiva
 - Fisiológica
- Afrontamiento del estrés
 - Estilos
 - Procesos
 - Estrategias básicas
- Resumen
- Autoevaluación

Tema VII: Estrés, burnout y otros trastornos mentales

- Estrés laboral
 - Causas
 - Características individuales
 - Consecuencias
 - Prevención

- Burnout
 - Origen y contextualización
 - Epidemiología
 - Causas y características

- Fatiga por compasión
 - Facilitadores

- Resumen

- Autoevaluación

Tema VIII: Estrés laboral y burnout en el personal sanitario durante la pandemia de COVID-19

- Introducción

- Estrés y burnout: conceptos generales

- Medición del estrés laboral

- Burnout: evaluación y características
 - Despersonalización

- Nociones sobre el nuevo coronavirus
 - Pandemias
 - Enfermedad SARS-CoV-2
 - Cronología de la OMS
 - Control y prevención en pacientes con COVID-19

- Afrontamiento del estrés laboral
 - Aceptación
 - Agentes estresores frecuentes
 - Prevención y manejo de la ansiedad
 - Métodos de relajación
 - Prevención y control del burnout

- Resumen

- Autoevaluación

Tema IX: Resolución de conflictos laborales y toma de decisiones

- ¿Qué es un conflicto?

- Identificación, tipos y actitudes
- Fases del conflicto
- Gestión del conflicto
 - Herramientas para afrontarlo
 - Prevención
 - Negociación
 - Mediación
 - Proceso
- Conflictos en equipos de trabajo
 - Diferencia entre grupo y equipo
 - Comunicación
 - Indicios de problemas
- Toma de decisiones
 - Cualidades del decisor
 - Decisiones en grupo
 - Técnicas de análisis y solución
 - Seis sombreros del pensamiento

- Árbol de decisión
- Plan de acción
- Trampas psicológicas
- Aplicación
- Conclusiones
- Resumen
- Autoevaluación

Tema X: Mobbing I

- Introducción
- Definición
- Tipos
- Perfiles de personalidad
 - Acosado
 - Acosador
 - Personalidad psicopática
 - Narcisista
 - Paranoide

- Diagnóstico diferencial
- Conductas y formas del acoso
- Fases del mobbing
 - Resumen de ciclos
 - Diferentes fases
- Resumen
- Autoevaluación

Tema XI: Mobbing II

- Introducción
- Consecuencias
- Evaluación
- Intervención
 - Ámbito interno
 - Ámbito externo
- Medidas preventivas
- Dimensión jurídica
 - Concepto
 - Marco jurídico en Europa y España

- Procedimientos jurídicos y jurisdicciones
- Resumen
- Autoevaluación