

Curso de Riesgos Psicosociales en el Aula.



Modalidad

Presencial

Duración

20h

Dirigido a

En todos los estudios sobre profesiones con riesgo de sufrir trastornos psicosociales se incluyen sin lugar a dudas aquellas que exigen del trabajador una entrega personal, dándose, desgraciadamente cada vez con mayor frecuencia lo que se conoce como el síndrome del trabajador quemado consistente en un desequilibrio entre las expectativas personales y la realidad laboral.

Se considera como la fase avanzada del estrés profesional, integrado por actitudes y sentimientos negativos hacia las personas con las que se trabaja y hacia el propio rol profesional, así como por la vivencia de encontrarse emocionalmente agotado.

En este curso, se darán a conocer a los profesores participantes herramientas que les permitan comunicarse con el alumno de una manera fluida y reducir el número de conflictos en sus relaciones con ellos.

Veremos como resolver los conflictos de una manera asertiva, evitando convertirlos en altercados mejorando considerablemente la convivencia en el aula.

El curso va dirigido a los siguientes colectivos:

- Este curso va dirigido específicamente a profesores y a todas aquellas personas en relación con el ámbito educativo.
- Igualmente puede resultar interesante a los trabajadores cuya principal actividad sea el contacto con el público. (sanitarios, trabajadores de la Administración en general, profesiones de ayuda etc). En este caso, adaptaríamos los contenidos y las dinámicas a las que se viven diariamente en ese colectivo.
- Cualquiera que desee gestionar el estrés laboral y los conflictos.



Las acciones formativas se pueden organizar en 2 modalidades:

- **ABIERTA.** Impartido en nuestras propias instalaciones para particulares y aquellas empresas que desean formar a poco personal de forma puntual.
- **A MEDIDA.** Para empresas que disponen de un grupo de trabajadores a formar, pudiéndose impartir el curso tanto en nuestras instalaciones como en las instalaciones del cliente.

La metodología a seguir es teórica y práctica, de manera que cada uno podamos aprender de las experiencias de los demás. Trabajaremos de manera personal y grupal de forma que cada participante pueda darse cuenta de cual es su forma de moverse en el aula, descubrir sus miedos y sus fortalezas y desde ahí, qué es lo que le va bien y qué es lo que le daña. A la vez, iremos conociendo herramientas que permitan al profesor participante introducir gradualmente aquello que crea que puede ayudarle a que su trabajo como docente siga siendo aquella labor de contacto humano y de transmisión de conocimientos para la que tanto ha trabajado.



Objetivos

Los objetivos a conseguir a través de esta formación son el desarrollo de las siguientes competencias:

- Autoconocimiento de nuestra actitud en el aula. Gestión de las emociones: Aprender a identificarlas y a aprovechar la sabiduría que estas nos transmiten.
- Conocer nuestras capacidades: ¿Qué recursos tengo?, ¿qué puedo aportar?
- Conocer nuestros límites.
- Aprender a superarnos: ¿Cómo puedo mejorar mi labor educativa?
- Prevención del síndrome del trabajador quemado.
- Aprender técnicas que minimicen la escalada de agresividad.



Contenido

1. Riesgos Psicosociales.
2. Síndrome del Trabajador Quemado.
3. El Aula como factor de riesgo psicosocial.
4. Comunicación.
5. Asertividad.
6. Estereotipos y Prejuicios.
7. Dinámica de la Hostilidad (generalmente, cuando alguien acude a nosotros enfadado o agresivo, si le damos el tiempo necesario, él mismo va dejando que su enfado disminuya. De lo que nosotros digamos o hagamos en ese momento, dependerá que esto sea así o que se convierta en un altercado.
8. El estrés como factor de riesgo. Manejo del estrés.
9. Resolución de conflictos en el aula.



empresa prevenida vale por más.

SERVICIO DE PREVENCIÓN

cursos de for mas ción

SERVICIO DE PREVENCIÓN



www.spmas.es

Dpto. Formación MAS PREVENCIÓN. formacion@spmas.es