

La manera más sencilla de que crezca  
tu organización

**CON LOS LÍDERES EN  
FORMACIÓN**



# Mobbing Laboral y Riesgos Psicosociales

Modalidad:

e-learning con una duración 112 horas

Objetivos:

- Interpretar los factores emergentes de esta nueva sociedad que derivan en riesgos psicosociales para el trabajador.
- Adquirir una perspectiva crítica a través del análisis de los mismos para detectar a tiempo estos riesgos.
- Diferenciar qué es mobbing de lo que no lo es, y conocer cuáles son las herramientas básicas para afrontar esta situación.

Contenidos:

## UNIDAD DIDÁCTICA 1. EL TRABAJO Y LA SALUD: LOS RIESGOS PROFESIONALES. FACTORES DE RIESGO

Conceptos básicos: trabajo y salud

- Trabajo
- Salud
- Factores de Riesgo
- Condiciones de Trabajo
- Técnicas de Prevención y Técnicas de Protección

## UNIDAD DIDÁCTICA 2. DAÑOS DERIVADOS DEL TRABAJO. LOS ACCIDENTES DE TRABAJO Y LAS ENFERMEDADES PROFESIONALES. OTRAS PATOLOGÍAS DERIVADAS DEL TRABAJO

Daños para la salud. Accidente de trabajo y enfermedad profesional

- Accidente de trabajo
- Tipos de accidente
- Regla de la proporción accidentes/incidentes
- Repercusiones de los accidentes de trabajo



La manera más sencilla de que crezca  
tu organización

**CON LOS LÍDERES EN  
FORMACIÓN**



## Enfermedad Profesional

### UNIDAD DIDÁCTICA 3. LA CARGA MENTAL DEL TRABAJO

#### Concepto de Carga Mental

- Definiciones de Carga Mental

#### Modelos de Procesamiento de la Información

- Niveles de Procesamiento de la Memoria

#### Factores Determinantes de la Carga Mental

- Exigencias de la Tarea
- Condiciones Ambientales
- Factores Psicosociales

#### Consecuencias de la Carga Mental

- Sobrecarga e Infracarga Mental
- Monotonía
- Fatiga Mental
- Estrés

#### Evaluación de la Carga Mental

- Métodos Objetivos
- Métodos Subjetivos

#### Criterios Preventivos

### UNIDAD DIDÁCTICA 4. FACTORES PSICOSOCIALES PARA SU EVALUACIÓN.

#### Introducción

#### Fases de la evaluación de factores psicosociales

##### Fases

- Necesidad de la evaluación psicosocial
- Aproximaciones al estudio
- Determinación de los riesgos que se han de analizar
- Diseño del estudio
- Elección de la metodología y de las técnicas de investigación que se han de aplicar.
- Formulación de hipótesis
- Planificación y realización del trabajo de campo

#### Análisis de los resultados

#### Elaboración de un informe de resultado

### UNIDAD DIDÁCTICA 5. MOBBING.

La manera más sencilla de que crezca  
tu organización

**CON LOS LÍDERES EN  
FORMACIÓN**



#### Antecedentes

¿Qué es el mobbing? Distintas definiciones

Tipos de Violencia en el trabajo.

Causas de las conductas violentas y agresivas

- Las condiciones de trabajo, caldo de cultivo del acoso moral
- Desarrollo del problema
- La empresa como campo de concentración.

Las partes Implicadas

- El Agresor
- La Víctima
- El Entorno

Estrategias de intervención

- Atención emocional y mental
- Apoyo Legal y de la Administración
- Estrategias de Afrontamiento

### UNIDAD DIDÁCTICA 6. ACOSO SEXUAL

#### Introducción

Factores Causantes del Acoso Sexual

Tipos de Acoso Sexual

- Según el grado de acoso
- Según el tipo de conducta

Consideraciones sobre el acoso sexual

Consecuencias del Acoso Sexual

- ¿Qué se está haciendo al respecto?
- Consideraciones sobre el acoso sexual en la legislación española

### UNIDAD DIDÁCTICA 7. EL ESTRÉS LABORAL

#### Introducción

Concepto y Modelos Teóricos del estrés laboral

- Modelo de interacción entre demandas y rol
- Modelo de interacción entre demandas, control y apoyo social
- Modelo de desequilibrio entre demandas, apoyo y restricciones
- Modelo de desajuste entre demandas y recursos del trabajador
- Modelo orientado a la dirección
- Modelo de desbalance entre esfuerzos y recompensa

Desarrollo del Estrés Laboral



La manera más sencilla de que crezca  
tu organización

**CON LOS LÍDERES EN  
FORMACIÓN**



- ¿Cómo funciona el estrés?
- Componentes del estrés laboral. Estresores.
- Fases del estrés. Síndrome General de Adaptación (SGA)
- Tipos de estrés Laboral
- Causas del Estrés Laboral
- Síntomas del estrés laboral
- Consecuencias del Estrés Laboral
- Consecuencias para el trabajador
- Consecuencias para la organización

## UNIDAD DIDÁCTICA 8. BURNOUT: SÍNDROME DEL QUEMADO

- ¿Qué es el Burnout?
- Tipos de Burnout
- Fases del Burnout
- Causas del Burnout
- Síntomas del Burnout
- Consecuencias del Burnout
- Relaciones entre Estrés y Burnout

