Los estudios muestran que el estrés laboral tiene un impacto en la salud y en la calidad de vida de las personas, así como en los resultados de las empresas. La adecuada gestión de los riesgos psicosociales no sólo mejora el bienestar y la salud de las personas, sino que también favorece su compromiso con el proyecto empresarial

UNA PROPUESTA INTEGRAL EN LA ORGANIZACIÓN

"MANEJO DEL ESTRÉS EN EL TRABAJO"

LA SALUD PSICOSOCIAL DE LA EMPRESA ES UNA GRAN OPORTUNIDAD PARA INNOVAR, SER COMPETITIVO Y GARANTIZAR SU SOSTENIBILIDAD.

El estrés como la epidemia del siglo XXI: más de la mitad de las ausencias laborales están provocadas por causas relacionadas con el estrés (Iniesta,2016)

ECO VÍNCULO BIENESTAR Y DESARROLLO INTEGRAL

El curso de"Manejo del estrés en el trabajo" es un propuesta de metodología participativa de aprendizaje (30% teórica y 70% práctico) que promueve la salud y bienestar de las personas en los espacios laborales .Contamos con un equipo de profesionales con experiencia en el área de la salud y el bienestar.

Nuestra trabajo es colaborar en el bienestar de su equipo de trabajo, como de su motivación por los objetivos de su empresa u organización .

OBJETIVOS DE LA PROPUESTA

GENERAL

Fortalecer habilidades y formas de organización de equipos de trabajo orientadas a manejar, prevenir y controlar situaciones de estrés en el ámbito laboral y sus implicancias en la salud y motivación.

ESPECÍFICOS

- Comprender la experiencia del estrés, causas e implicancias en el bienestar personal y motivación laboral.
- Identificar elementos de riesgo y oportunidades para la construcción de una cultura preventiva y saludable en el equipo de trabajo.
- Establecer elementos críticos para el desarrollo de un plan de oportunidades de cambio y promoción del bienestar personal y el compromiso con los objetivos institucionales de la empresa que contrata el servicio.

ECO VINCULO
Bienestar y Desarrollo Integral

WWW.ECOVINCULO.CL

225337903

La Parroquia 81, La Florida
Estación Vicente Valdés

PROGRAMA

MANEJO DEL ESTRÉS EN EL TRABAJO.

MÓDULO I	MÓDULO II	MÓDULO III	MÓDULO IV
Estrés, causas e implicancias en el bienestar personal y laboral	Sensación y perspectiva de bienestar	Alternativas para el control y canalización del estrés	Equipo de trabajo como factor protector
Sensación de bienestar, motivación y productividad	Hábitos y oportunidades de cambio	Técnicas y formas de organización para el manejo del estrés	Plan básico de trabajo
Cultura preventiva: Anticipando posibles causas y técnicas de autodiagnóstico	Identificación de factores protectores y de riesgo en funcionamiento cotidiano del equipo de trabajo.		Evaluación del contenido y experiencia, aplicación de encuestas de satisfacción y entrega de certificación
Pautas y criterios diagnósticos para identificar síntomas de estrés, causas y efectos			

Curso de 8 horas, dividido en 4 módulos de 2 horas semanales o quincenales.

PROPUESTA INCLUYE

- Profesional responsable del curso.
- Diplomas Aprobación.
- Materiales para la actividad.
- Documento con contenidos y bibliografía para cada participante.
- Informe (7-15 días, síntesis de la jornada, registros fotográficos, resultados obtenidos, sugerencias y propuestas)

PÚBLICO OBJETIVO

15- 30 trabajadores/as de institución escolar que requieran del servicio de capacitación.

FECHAS Y HORARIOS

La realización semanal de cada módulo, se coordina según disponibilidad de la escuela, colegio o liceo.

LUGAR

Se realiza en escuela, colegio o liceo que contrata los servicios.

COSTO

Por 30 participantes:
$ 700.000

www.ecovinculo.cl
capacitaciones@ecovinculo.cl