

Exportadas un total de 3 entidades.

---

## Estrategias personales de afrontamiento

**Título :** Estrategias personales de afrontamiento

**Autor Principal :** CONFEDERACIÓN DE EMPRESARIOS DE MÁLAGA (CEM)

**Autor Secundario :** CONFEDERACIÓN DE EMPRESARIOS DE ANDALUCÍA (CEA)

**Descripción :** Recopilación de talleres informativos realizados por M<sup>a</sup> José Zoilo Guzmán, técnico de la consultora Stand By y Dolores Moreno Andrade, técnica del Grupo ANP Servicio de Prevención Ajeno, donde se exponen diferentes estrategias para afrontar el estrés y la carga mental derivada de las condiciones de trabajo. Producto final destinado prioritariamente a empresas y trabajadores de la Comunidad autónoma de Andalucía.

**Código Acción :** IT-0048/2012

**Acción :** 7831 - Gabinete PRL para la Superación de Riesgos Psicosociales en el entorno de trabajo

**Materias :** 4 - Psicosociología

**CNAE :** 000 - Multisectorial

**Formato :** MONOGRAFÍA

**Idioma :** CASTELLANO

**Palabra Clave :** Buenas prácticas

**Palabra Clave :** Síndrome del quemado

**Palabra Clave :** Organización del trabajo

**Palabra Clave :** Carga mental

**Palabra Clave :** Lugar de trabajo

**Palabra Clave :** Estrés laboral

**Palabra Clave :** Riesgo psicosocial

**Palabra Clave :** Comunidad Autónoma de Andalucía

**Estado :** Producto publicado

## Guía de prevención psicosociales en el trabajo

**Título :** Guía de prevención psicosociales en el trabajo

**Autor Principal :** CONFEDERACIÓN DE EMPRESARIOS DE MÁLAGA (CEM)

**Autor Secundario :** CONFEDERACIÓN DE EMPRESARIOS DE ANDALUCÍA (CEA)

**Descripción :** Guía de acción preventiva para sensibilizar a los empresarios sobre los riesgos de origen psicosocial para poder gestionarlos de forma adecuada. El contenido es el siguiente: 1. Cómo superarlos para mejorar la productividad: - Factores y riesgo psicosociales. - Principales riesgos psicosociales. - Efectos de los riesgos psicosociales. - Buenas prácticas en los riesgos psicosociales basadas en la evidencia. - Prioridades para la acción en la prevención apoyo social. Caso Práctico. 2. Cómo reconocer situaciones de riesgo psicosocial en mi entorno laboral: - Identificación y búsqueda de indicadores. - Metodologías y objetivo de la evaluación. - Principales métodos de evaluación psicosocial. - Criterios de evaluación. Caso Práctico. 3. Estrés y salud laboral: - Origen y definición del estrés. - Agentes estresores. - Consecuencias para la salud del trabajador y las organizaciones. - Técnicas de control. - Intervención sobre la organización. - Apoyo Social. Caso Práctico. 4. Estrategias de afrontamiento del estrés: Planificación y gestión del tiempo: - Estrés y Afrontamiento. - Síndrome de Burnout: evaluación y afrontamiento. - Mobbing. - Estrategias de Afrontamiento al Estrés. 5. Autocontrol emocional: - Definición de autocontrol emocional. - Inteligencia emocional. - Técnicas de respiración y de relajación. - Autocontrol emocional en el trabajo. - Ejercicios y entrenamiento en el autocontrol emocional. - Prevención y tratamiento del estrés y la ansiedad. Prácticas. 6. Técnicas de motivación: - Teorías de la Motivación. - La Motivación Laboral. - La Motivación en la Empresa. - La Motivación en los Trabajadores. - Liderazgo y Motivación. - Técnicas de Motivación en el Trabajo. - Cómo incrementar los niveles de motivación. Prácticas. Producto final destinado prioritariamente a empresa y trabajadores de la comunidad autónoma de Andalucía.

**Código Acción :** IT-0048/2012

**Acción :** 7831 - Gabinete PRL para la Superación de Riesgos Psicosociales en el entorno de trabajo

**Materias :** 4 - Psicología

**CNAE :** 000 - Multisectorial

**Formato :** MONOGRAFÍA

**Idioma :** CASTELLANO

**Palabra Clave :** Salud laboral

**Palabra Clave :** Medidas preventivas

**Palabra Clave :** Buenas prácticas

**Palabra Clave :** Evaluación de riesgos

**Palabra Clave :** Estrés laboral

**Palabra Clave :** Lugar de trabajo

**Palabra Clave :** Riesgo psicosocial

**Palabra Clave :** Comunidad Autónoma de Andalucía

**Estado :** Producto publicado

## Los riesgos psicosociales: cómo superarlos para mejorar la productividad

**Título :** Los riesgos psicosociales: cómo superarlos para mejorar la productividad

**Autor Principal :** CONFEDERACIÓN DE EMPRESARIOS DE MÁLAGA (CEM)

**Autor Secundario :** CONFEDERACIÓN DE EMPRESARIOS DE ANDALUCÍA (CEA)

**Descripción :** Taller informativo realizado por Emilia Rengel Martín y Estefanía Revuelta Domínguez, técnicas del Grupo ANP, Servicio de Prevención Ajeno, el 6 de marzo de 2013 sobre las mejoras a llevar a cabo para superar los riesgos de origen psicosocial y así estimular la productividad en el lugar de trabajo. Producto final destinado prioritariamente a empresas y trabajadores de la Comunidad autónoma de Andalucía.

**Código Acción :** IT-0048/2012

**Acción :** 7831 - Gabinete PRL para la Superación de Riesgos Psicosociales en el entorno de trabajo

**Materias :** 4 - Psicosociología

**CNAE :** 000 - Multisectorial

**Formato :** MONOGRAFÍA

**Idioma :** CASTELLANO

**Palabra Clave :** Carga física

**Palabra Clave :** Buenas prácticas

**Palabra Clave :** Síndrome del quemado

**Palabra Clave :** Violencia en el lugar de trabajo

**Palabra Clave :** Acoso laboral

**Palabra Clave :** Estrés laboral

**Palabra Clave :** Medidas preventivas

**Palabra Clave :** Jornada

**Palabra Clave :** Riesgo psicosocial

**Palabra Clave :** Comunidad Autónoma de Andalucía

**Estado :** Producto publicado

