

Buena Práctica de Psicosociología



Formación específica para dar cumplimiento a las medidas preventivas de la Evaluación de Riesgos Psicosociales

Agosto 2018

Descripción de la tarea

Tras la realización de la evaluación de riesgos psicosociales en el Distrito salió como resultado riesgo elevado en los ítems de carga de trabajo y demandas psicológicas, a raíz de lo cual se propuso como medidas preventivas, entre otras, la realización de dos actividades de formación específica, una en "estrategias de gestión del Tiempo y de priorización de tareas", y otra en " Manejo de la ansiedad y el estrés".

Solución adoptada

Para la implantación de las anteriores medidas preventivas se han desarrollado dos actividades formativas a través del aula virtual de formación del Distrito, que comenzarán en el mes de octubre de este año.

La primera, "ESTRATEGIAS DE GESTIÓN DE TIEMPO Y DE PRIORIZACIÓN DE TAREAS", de 10 horas de duración, que tiene como objetivo aprender estrategias de gestión del tiempo orientadas a mejorar el rendimiento de los profesionales y la percepción de autoeficacia.

La segunda "IDENTIFICACIÓN Y RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS, MANEJO DE LA ANSIEDAD Y EL ESTRÉS", también de 10 horas de duración, y que tiene como objetivo que los profesionales aprendan a identificar el estrés y manejar herramientas de afrontamiento en la práctica profesional diaria.

Para ambas actividades contamos con la colaboración de un profesional Licenciado en Psicología, y Máster en Intervención Psicológica en contextos de Riesgo.

Resultados o consecuencias de la implantación de la Buena Práctica

Actualmente está en implantación, pero el objetivo que se persigue conseguir, una vez se hayan impartido los cursos es reducir los riesgos psicosociales a los que están sometidos los profesionales a través de los conocimientos impartidos en los mismos.

Estado en el que se encuentra la Buena práctica

En proyecto

Autoría: Nieves Gonzalez Ruiz
Centro: UPRL Distrito Bahía de Cádiz-La Janda