



CURSO FINANCIADO CON FONDOS INAP

HERRAMIENTAS PARA PREVENIR Y CONTROLAR EL ESTRÉS LABORAL EN EL ENTORNO SANITARIO.

19052/1

Desarrollo de la actividad

- Fechas: **15 al 24 de octubre de 2019**
- Duración: **16,30 a 20,30 horas (días 15, 17, 22, 24 de octubre; 16 horas en total).**
- Nº Alumnos: 25
- Lugar: **Aula prácticas de Psicología y otras prácticas en tatami. Facultad de Enfermería. Edificio Benjamín Palencia.**
- Localidad: ALBACETE

Inscripciones

- En **SOFOS** hasta el 6 de octubre 2019
- La relación de admitidos aparecerá el día 8 de octubre 2019

OBLIGATORIAMENTE

Para recibir el certificado de asistencia de una Actividad Formativa, el alumno tiene que estar inscrito y admitido en **SOFOS**, cumpliendo los plazos de matriculación. **NO** se puede asistir si no están admitidos.

El personal seleccionado que haya aceptado la realización de una acción formativa, tiene el deber de asistir a la totalidad de las sesiones presenciales.

Porcentaje de asistencia para conseguir el certificado de acreditativo de la acción formativa: Para la obtención de dicho certificado será necesario:

- En cursos de duración igual o mayor a 10 horas un porcentaje mínimo de asistencia del 80%.
 - En cursos de duración inferior a 10 horas un porcentaje de asistencia del 100%
- Cuando la actividad formativa conlleve la realización de una o varias pruebas de evaluación será también necesario la superación de éstas o de los ejercicios establecidos por el tutor.

El incumplimiento sin causa justificada de las siguientes obligaciones, implicará la imposibilidad de ser seleccionado/a para la realización de cualquier acción formativa durante un periodo de 9 meses:

- Comunicar la renuncia al curso en el plazo de 5 días hábiles desde la notificación de la concesión de la acción formativa solicitada o en el plazo de 2 días hábiles, en el caso de solicitantes que provengan de la lista de espera.

- En las acciones formativas que se desarrollen bajo la modalidad presencial la asistencia al 50% de las horas lectivas.

ENLACE:

<https://sescam.jccm.es/sofos/matriculacion/fichaCurso.jsp?curso=19052&edicion=1>

Dirigido a
Profesionales sanitarios

Objetivos

Formar a los profesionales para detectar los síntomas que produce el estrés laboral, conocer estrategias para reducir o eliminar dicho estrés y contribuir a la mejora de la satisfacción laboral.

Requisitos

- Cumplir los plazos de inscripción.
- Pertenecer a las categorías profesionales a la que va dirigida la actividad.
- Desarrollar la actividad laboral en la GAI de Albacete.

CRITERIOS DE SELECCIÓN:

Se dará preferencia al personal de plantilla. En el caso de que los solicitantes sobrepasen las plazas ofertadas, se seleccionarán de modo aleatorio, considerando previamente: su distribución equitativa por servicios, sus necesidades formativas, así como el historial de acciones formativas realizadas.

Se elaborará listado de reserva por si existieran renuncias.

En el caso de que quedaran plazas libres se podrán admitir solicitantes que, cumpliendo los criterios de inclusión, pertenezcan a otras gerencias del SESCAM.

Contenidos, programa y docentes

Día y mes	Horario	Contenido	Profesorado
15 de octubre	16:30-18:30	Qué es y cómo funciona el estrés. Aliado o enemigo	Isabel Muñoz Galindo. Psicóloga. Asociación Lassus.
15 de octubre	18:30-20:30	Factores generales y específicos que afectan al personal sanitario.	Rocío Juncos Carcelén. Psicóloga. Asociación Lassus.
17 de octubre	16:30-18:30	Consecuencias del estrés.	M ^a José González Belmonte. Psicóloga. Asociación Lassus.
17 de octubre	18:30-20:30	Evaluación del nivel de estrés.	José Ismael Astorga Fidalgo. Psicólogo. Asociación Lassus.
22 de octubre	16:30-18:30	Hábitos saludables para prevenir el estrés. Entrenamiento en técnicas de relajación y respiración.	José Ismael Astorga Fidalgo. Isabel Muñoz Galindo.
22 de octubre	18:30-20:30	Organización y gestión del tiempo. Modificación de pensamientos	Rocío Juncos Carcelén.
24 de octubre	16:30-18:30	Asertividad.	José Ismael Astorga Fidalgo.
24 de octubre	18:30-20:30	Resolución de conflictos y toma de decisiones.	M ^a José González Belmonte.

Solicitada acreditación a la Comisión de Formación Continuada de las Profesiones Sanitarias.

