

Habilidades directivas: Cómo gestionar el estrés en el equipo de trabajo

Objetivos

- **Conocer las herramientas** para crear un liderazgo positivo y generar justicia laboral entre los trabajadores.
- **Desarrollar diferentes estrategias** para gestionar el estrés de los trabajadores de la empresa, creando así un clima de trabajo resolutivo, eficaz y saludable.
- **Conocer los beneficios** del reconocimiento en el trabajo y cómo potenciarlo.



Programa

1. Liderazgo positivo y justicia laboral

2. Herramientas de gestión del estrés en el equipo de trabajo

Exigencias del trabajo

Control del trabajo

Apoyo social

Ambiente físico

Relación entre bienestar personal y laboral

Necesidades de reconocimiento

Seguridad en el trabajo

3. Plan de trabajo personal



Duración: **10 horas**