

PREVENCIÓ I GESTIÓ DEL MÒBING



OBJECTIUS

Incrementar la capacitat dels treballadors, dotant-los d'eines que facilitin la identificació dels principals mecanismes d'aparició del Mòbing

Desenvolupar habilitats que els permetin acostar-se a aquest risc amb una visió objectiva.

Aprendre tècniques adequades per gestionar el Mòbing d'una manera eficaç i afrontar els efectes negatius que pot ocasionar en la seva salut

PROGRAMA

1. Què és el mòbing
Antecedents i causes de la seva aparició
Definició i elements que constitueixen el Mòbing
Comportaments i tipus de Mòbing
El què no és Mòbing
Tractament del Mòbing segons la Llei de Prevenció de Riscos Laborals
Característiques i tendències de les víctimes de Mòbing
2. Formes d'expressió del mòbing
3. Fases del desenvolupament del mòbing
4. Conseqüències del mòbing
5. Intervenció
Mesures de prevenció col·lectives i organitzatives
Mesures de prevenció individuals
6. Com puc protegir-me jo mateix?
Tècniques de protecció des de la part física, de la part cognitiva i de la part emocional
Tècniques de protecció des de la part psicosocial
7. Conclusions