

**LLAMADO INSCRIPCIÓN A CURSO DICTADO POR FORMADORES
INTERNOS DE A.N.E.P**

El Departamento de Formación de la Dirección Sectorial de Gestión Humana del CODICEN, comunica a funcionarios/as docentes y no docentes de la Administración Nacional de Educación Pública de todo el país, que hasta el **domingo 28 de agosto de 2016** inclusive, se encuentra abierta la inscripción al curso:

**ESTRÉS LABORAL.
CAUSAS, CONSECUENCIAS Y ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO
Modalidad: a distancia**

Objetivo general

- • Transmitir conocimientos que permitan conocer de qué hablamos cuando nos referimos al estrés laboral, cuáles son sus causas y consecuencias a nivel individual y organizacional, además de técnicas de afrontamiento de las tensiones en la vida diaria, con el objetivo de aumentar el bienestar de los funcionarios y la eficacia organizacional.

Objetivo específicos

- Conocer los factores psicosociales del ámbito laboral que inciden en el aumento de niveles patológicos de estrés.
- Analizar los conceptos introducidos con la realidad laboral de los participantes y sus características personales, a través de instrumentos diagnósticos individuales.
- Conocer los efectos fisiológicos y psicológicos que producen los cuadros de estrés.
- Realizar actividades diagnósticas individuales que permita a los participantes evaluar su nivel de estrés y los riesgos presentes en su ámbito laboral.
- Brindar técnicas específicas de manejo de control de las tensiones diarias.

Lugar

Plataforma educativa del Departamento de Formación: formacion.anep.edu.uy

Formadora

Andrea Ricamonte, Licenciada en Psicología, Psicoterapeuta Cognitivo Comportamental, Magíster en Gestión de Recursos Humanos y del Conocimiento, Encargada del Departamento de Formación de la Dirección Sectorial de Recursos Humanos de CODICEN.

Destinatarios

Funcionarios y funcionarias docentes y no docentes de la Administración Nacional de Educación Pública de todo el país.

Programa / Contenidos

- Trabajo. Funciones y riesgos psicosociales.
- Estrés laboral. Impacto a nivel individual y organizacional.
- Burnout. Acoso Psicológico en el trabajo (Mobbing). Impacto a nivel individual y organizacional.
- Técnicas de afrontamiento y prevención del estrés.

Fechas / Horarios

- **Grupo 1**
 - Inicio: lunes 19 de septiembre de 2016.
 - Actividades on-line durante 6 semanas.
 - Finaliza: viernes 28 de octubre de 2016.

Carga horaria / Duración

Carga horaria: 30 horas. Duración: 6 semanas, primera semana dedicada a la familiarización con el entorno virtual de aprendizaje y las cinco semanas siguientes dedicadas a los contenidos temáticos del curso.

Requisitos

Para la realización del curso es necesario que los participantes cuenten con los siguientes requisitos:

- Cumplir con el perfil del llamado (detallado en destinatarios).
- Poseer conocimientos básicos de Informática a nivel de usuario, Internet y correo electrónico.
- Cuenta de correo electrónico activa (de uso personal).

- Equipo de trabajo con conexión a Internet y aplicaciones instaladas: Navegador web (Mozilla, Internet Explorer o Chrome, entre otros), Adobe Flash Player para visualizar videos, Acrobat Reader o similar para visualizar archivos pdf. Otros: Java funcionando y Cookies activas.

Modalidad / Metodología

El curso se realizará completamente en línea por Internet a través de la plataforma educativa del Departamento de Formación.

Se requiere por parte del participante de una dedicación mínima de 5 horas semanales de estudio para la lectura de los materiales y la realización de los trabajos solicitados.

El estudio y seguimiento del curso por parte del participante podrá realizarse en la medida de sus tiempos disponibles, ajustándose al cronograma de trabajo establecido.

IMPORTANTE

- Para ver la modalidad/metodología de trabajo en cursos a distancia:
<http://www.anep.edu.uy/anep/index.php/dsrh-formacion-noticias-anuncios-y-novedades/623-metodologia-de-trabajo-cursos-a-distancia>
- Para ver el procedimiento de inscripción y selección de los participantes:
<http://www.anep.edu.uy/anep/index.php/dsrh-formacion-noticias-anuncios-y-novedades/624-procedimiento-de-inscripcion-y-seleccion>
- Para ver el programa y contenidos del curso:
<http://www.anep.edu.uy/anep/index.php/documentos?download=1168>
- Para acceder al formulario de inscripción:
<http://www.anep.edu.uy/formacion/sitio/form.php>
- Para acceder a la página del Departamento de Formación:
<http://www.anep.edu.uy/anep/index.php/formacion-para-funcionarios>

NOTA: Si no puede acceder a los enlaces, copie y pegue el texto del enlace en la barra de direcciones de su navegador web.

Por más información comunicarse al teléfono 29020935 interno 2790 o vía fax al 29014891 (cursos a distancia)