

POR QUÉ ESTE TALLER

Los últimos datos arrojan que más de dos millones de trabajadores/as sufren acoso psicológico en el trabajo, también conocido como mobbing. En la mayoría de las ocasiones desconocen que esta situación está tipificada como riesgo laboral ante el que se puede actuar si se detecta a tiempo.

El mobbing no es un conflicto laboral sino una situación de acoso prolongado que provoca consecuencias de gran impacto negativo en las víctimas tales como periodos de deterioro y aislamiento en el que, incluso, pueden aparecer problemas de salud asociados a la ansiedad y el estrés. Esta alteración del equilibrio psicológico y físico provoca una desestabilización que puede acarrear bajas laborales recurrentes e incluso un desenlace de mayor consideración: el traslado o la salida voluntaria o forzosa de la persona que vive el acoso.

Este taller pretende que las personas que forman parte de la organización, directivos, mandos y empleados, tomen medidas de prevención e intervención ante este tipo de situaciones.

CONTENIDOS DEL TALLER

Módulo 1. Mobbing: concepto y comportamientos de hostigamiento psicológico

- Qué es y que no es mobbing.
- Por qué se acosa y quién acosa.
- Quién puede ser un/a “psicópata organizacional” y cómo reconocerlo/a tempranamente
- El síndrome de negación organizacional. El error atribucional en el diagnóstico del Mobbing.
- Las estrategias de hostigamiento de la persona acosadora. Tipos de hostigamiento psicológico.

Módulo 2. Estadísticas e incidencia del mobbing

- Datos epidemiológicos
- Peculiaridades del mobbing en diferentes puestos de trabajo y sectores.
- Modelo de análisis del comportamiento humano en el entorno laboral y organizacional para entender, prevenir e intervenir ante el acoso.

Módulo 3. Efectos del mobbing sobre sus víctimas

- Los efectos del mobbing sobre la salud psicológica de la víctima.
- Psicopatología del mobbing: estrés, ansiedad, afectaciones en la memoria, etc.
- Los efectos del mobbing sobre el desempeño de las víctimas.
- Los efectos del mobbing en el entorno laboral: el efecto de los “testigos mudos”.

Módulo 4. Mobbing: estrategias de prevención y afrontamiento

- Estrategias psicológicas de afrontamiento: el manejo de la culpa.
- El comportamiento asertivo, una herramienta útil para hacer frente a situaciones de posible acoso.
- El autocontrol emocional como herramienta de afrontamiento.
- Cómo llevar a cabo un proceso de seguimiento-tutorización que nos ayude a potenciar en nuestros colaboradores los medios de protección necesarios para hacer.

Objetivo

Dar a conocer las características, causas y consecuencias del Acoso Psicológico en el trabajo con el fin de facilitar la detección, prevención e intervención ante situaciones de esta naturaleza.

Metodología

Práctica, participativa y basada en el análisis de casos. Por las características de la temática, el desarrollo de los contenidos se hará de manera aséptica y fuera de planteamientos personalizados.

Duración:

8 horas (una jornada laboral)