

**FICHA DE LAS EDICIONES DE LAS ACTIVIDADES FORMATIVAS APROBADAS**

**Año** .....: 2021  
**Plan** .....: PLAN DE FORMACION 2021  
**Programa** .....:  
**Modo de gestión** .....: INSTITUTO ANDALUZ DE ADMINISTRACION PUBLICA  
**Modo de impartición**...: PRESENCIAL  
**Órgano Gestor**.....: INSTITUTO ANDALUZ DE ADMINISTRACION PUBLICA  
**Clave**.....: I21J-GP06

**Denominación**

Gestión del estrés laboral

**Objetivos**

- Capacitar al alumnado para identificar los factores del estrés, ansiedad y burnout e involucrarlo en la prevención y control de los mismos.

**Contenido**

1. Definición de los conceptos de estrés, ansiedad y burnout.
2. Análisis del coste personal y social del estrés laboral.
3. Los procesos emocionales y sus componentes.
4. El papel de la comunicación en la gestión de conflictos.
5. Técnicas de relajación.
6. Prevención de riesgos psicosociales asociados al estrés laboral.

**Destinatarios**

Personal no judicial al servicio de la Administración de Justicia en la Comunidad Autónoma de Andalucía, perteneciente a los Cuerpos de Gestión y de Tramitación Procesal y Administrativa y de Auxilio Judicial.

**Nº horas lectivas:** 20

**Prueba de Evaluación:** N

**Nº participantes:** 20

**Datos de Celebración**

**Lugar de celebración:** Salón de Actos. Ciudad de la Justicia. C/ Fiscal Luis Portero García, s/n

**Provincia:** MALAGA

**Fecha:** 22/09/2021 - 24/09/2021

**Horario:** 08,00 a 15,00 Horas

**Otros:** Sesiones: 22, 23 y 24 de Septiembre

Equipo Docente

\* Macarena Pérez Siguenza. Licenciada en Psicología y Pedagogía. Master en Recursos Humanos. MBA. Coach.  
Directora de "Pérez Siguenza Consultores S.L".