

M042

Trabajo en equipo y gestión del estrés



Descripción:

En este curso explicaremos qué es un equipo de trabajo y el significado de trabajar en equipo, además de conocer las diferentes fases por las que pasa un equipo de trabajo y las habilidades necesarias para una comunicación eficaz. También desarrollaremos la gestión del estrés, de una manera que se entienda con claridad qué es el estrés, cómo se presenta, cómo influye en el trabajo en equipo y cómo actuar ante él.

Horas: 20

Objetivos:

- Estudiar qué es un equipo de trabajo y qué significa trabajar en equipo.
- Conocer las dimensiones de un equipo de trabajo.
- Saber cómo facilitar la cohesión de un equipo.
- Explicar las diferentes fases por las que pasa un equipo de trabajo.
- Estudiar las habilidades necesarias para una comunicación eficaz.
- Conocer los mecanismos de seguimiento y coordinación de un equipo de seguridad privada.
- Saber qué es el estrés y conocer los aspectos personales y psicosociales.
- Estudiar diferentes estrategias de gestión del estrés.
- Sentar las bases de la organización del trabajo.

Contenido M042

Unidad didáctica 1. Trabajo en equipo para vigilantes de seguridad

- 1.1. Equipo de seguridad privada.
- 1.2. Habilidades para una comunicación eficaz.
- 1.3. Mecanismos de seguimiento y coordinación de un equipo de seguridad privada.
- 1.4. Planes de seguridad en eventos deportivos.

Unidad didáctica 2. Control del estrés

- 2.1. ¿Qué es el estrés? Aspectos personales y psicosociales.
- 2.2. Estrategias de gestión del estrés.
- 2.3. Bases de la organización del trabajo.

Unidad didáctica 3. Sensibilización medioambiental