

## PISCOLOGÍA OCUPACIONAL

Este curso procura realizar una aproximación al concepto de riesgos psicosociales en el lugar de trabajo y abordar algunos de los supuestos más habituales con los que puede encontrarse el trabajador. De hecho, el principal objetivo es facilitar una introducción al tema de riesgos psicosociales en el entorno laboral y plantear algunos de esos riesgos (ej. estrés laboral, *burn out*, *mobbing*) Asimismo, se describe —somera— el contexto legal existente en Uruguay para abordar estos fenómenos. La importancia del estudio de estos factores radica en que la vigilancia y control sobre la salud laboral de los trabajadores ha puesto de manifiesto que los riesgos presentes en el entorno laboral —y que suponen un importante peligro para la salud de las personas— no proceden exclusivamente de los factores físicos, sino que los factores psicosociales son muy importantes e influyen en la salud y el bienestar, es decir, en los estados de estrés que originan procesos físicos y/o psicológicos.

Por último, se discute sobre la importancia de la prevención de riesgos laborales, como una herramienta útil para hacer frente a este tipo de situaciones.

### **Contenido temático**

- Breve historia de la salud ocupacional
- Presentación de los objetivos del curso-taller
- Concepto de salud/enfermedad
- Concepto de salud mental
- Definiciones de psicología ocupacional vs salud ocupacional.
- Condicionantes sociales de la salud grupal e individual.
- Problematización de las situaciones.
- Entorno y condiciones de trabajo.  
Liderazgo  
Trabajo en equipos  
Conflictos  
Comunicación  
Motivación
- Trabajo decente - configuración de la OIT.
- Los componentes en las dinámicas de personalidad.  
Conceptos de: carácter – rasgos de carácter  
temperamento –  
personalidad –

ejemplos de conductas -  
impulsivo / reflexivo  
- extrovertido/introvertido

- Característica del campo intelectual/cognitivo
- Característica del campo afectivo/proyectivo.
- Factores que afectan la salud mental del trabajador y que producen trastornos
  - estrés
  - violencia
  - *burnout*
  - acoso sexual
  - depresión
  - discriminación
- Estrategias de prevención
- Bibliografía

OIT – oficina internacional del trabajo.  
PIT CNT – biblioteca digital  
AEBU – Área de Formación.