



SALUD MENTAL Y MEJORAMIENTO DEL CLIMA LABORAL

Código SENCE 1237769693

Valor único SENCE \$ 80.000

Fundamentación Técnica: Nuestra calidad de vida es el resultado de nuestros hábitos y estos a su vez, son el producto de nuestras acciones. Sin embargo, toda acción va precedida por un pensamiento y una de las consecuencias de los pensamientos que albergamos en nuestra mente, es la secreción de hormonas desde glándulas como el hipotálamo y la pituitaria. Estas hormonas se encargan de transmitir mensajes a otras partes del cuerpo. Por ejemplo, pensamientos hostiles y de enojo aceleran los latidos del corazón, suben la presión arterial y sonrojan la cara. Los sentimientos de ira, enemistad, resentimiento, depresión y tristeza, debilitan el sistema inmunológico del cuerpo y suelen favorecer la aparición de las llamadas enfermedades psicosomáticas.

Objetivos Generales : Adquirir una visión global de la problemática de la salud mental en la empresa publica y privada sus características adquirir estrategias para mejorar las relaciones interpersonales analizar las variables medico-sociales que inciden en la salud mental en la organización , su sintomatología y las alternativas de prevención y tratamiento identificar las variables organizacionales que inciden en la salud mental del personal, detectar las situaciones criticas y analizar alternativas de solución utilizar algunos instrumentos de diagnóstico de la problemática de salud mental en la empresa y las estrategias para producir cambios favorables a su presentación crear espacios de colaboración con los encargados de los RRHH, para su función en



el área de la salud adquirir entrenamiento en autocontrol y Manejo de la satisfacción, confianza y seguridad

Contenidos:

- # Entender el trastorno bipolar
- # Entender las características del aura
- # Entender los mecanismos de la depresión diagnóstico y epidemiología de la depresión
- # Comprender el déficit de atención
- # Comprender el estrés y su somatización ,
- # ,Entrenamiento en manejo de conflicto
- # Entrenamiento en tolerancia y manejo de la ira
- # ,Entrenamiento en autocontrol
- # Manejo de la satisfacción, confianza y seguridad
- # ,Entrenamiento en empatía, respuestas adaptativas y desadaptativas dentro de las relaciones humanas
- # Entrenamiento en análisis, valoración, concepto y aceptación, propia y de los demás, conducta asertiva.

CARACTERÍSTICAS DEL CURSO:

Cantidad de Participantes: 30 personas

Perfil de los participantes: Personal Paramédico o TENS; Profesionales Universitarios, Personal administrativo, Personal Auxiliar de Servicios, Personal Médico, otros interesados

Metodología General: La actividad deberá considerar la entrega de un informe final confeccionado por el oferente.

Material Didáctico: Manual del alumno con apuntes, lápices

Evaluación: El curso Taller contempla la realización de un test de diagnóstico, sin nota. Al concluir las sesiones se evaluará El



Grado de aprendizaje obtenido por los alumnos, a través de una evaluación teórica individual.

Aprobación: 100 % de asistencia más aprobación por evaluación individual con nota mínima de 4.0

EVALUACIÓN E INFORME RESULTADOS: Al finalizar el curso se evaluará individualmente las competencias adquiridas y en un plazo no superior a 10 días hábiles se entregará si es solicitado a la Sección de Capacitación de la Gerencia de Recursos Humanos un informe con los siguientes antecedentes mínimos.

- Listado de asistentes y no asistentes a la actividad:
- % asistencia
- Listado por personas de resultados de evaluación

MATERIAL Y OTROS CON CARGO AL OFERENTE:

- ✚ **Certificados** Uno por alumno que contiene: nombre del alumno, Evaluación Final Obtenida por del alumno, identificación del Centro Formador, nombre del curso, número de horas, fecha de inicio y término del curso
- ✚ **Carpeta** que contenga los contenidos del curso, guías de trabajo etc. Una por alumno

HORAS CRONOLÓGICAS 16 HORAS (certificado con 20 Horas Académicas)



*Instituto Nacional de Estudios Capacitación y Formación Técnica Inforcap
Departamento Oficial de capacitación del Colegio Nacional Paramédico y Tens de Chile
Certificado en Calidad NCH 2728/2003*

Datos Organismo Técnico

Rut: 77.783.980-2

Giro Comercial: Capacitación

Domicilio: Arlegui 440 Oficina 508 Quinto Piso Edificio Arcadia
Viña del Mar

Fono Fax de Contacto: 32- 2476445 cel: 09-4344353 mail
presidencia@colegioparamedico.cl

Pago Inscripción. Cuenta Corriente Banco Estado N°
23500001771 a nombre de **INFORCAP Ltda.** ; O en cuenta
corriente Banco Chile N° 148-06792-01

**OTEC CERTIFICADA CALIDAD,
CUMPLE
NORMATIVA CHILENA NCH 2728: 2003**