



Guía Docente				
Datos Identificativos				2019/20
Asignatura (*)	Saúde laboral e calidade de vida laboral	Código	652438008	
Titulación	Mestrado Universitario en Psicoloxía Aplicada			
Descritores				
Ciclo	Período	Curso	Tipo	Créditos
Mestrado Oficial	1º cuatrimestre	Primeiro	Obrigatoria	3
Idioma	CastelánGalego			
Modalidade docente	Presencial			
Prerrequisitos				
Departamento	Psicoloxía			
Coordinación	Reig Botella, Adela Milagro	Correo electrónico	adela.reig@udc.es	
Profesorado	Reig Botella, Adela Milagro	Correo electrónico	adela.reig@udc.es	
Web				
Descrición xeral	<p>En el marco contextual que actualmente se encuentra el mundo organizacional han tenido lugar una serie de transformaciones, existiendo la posibilidad de que un trabajador se encuentre en una situación laboral donde existan condiciones de trabajo relacionadas con la organización, el contenido del trabajo y la realización de tareas que tienen capacidad para generar un daño a la salud del trabajador y de provocar disfunciones en el desarrollo del trabajo.</p> <p>Los factores de riesgos psicosociales se hallan prioritariamente en las características estructurales de la organización, en las particularidades de la tarea y en el tiempo de trabajo</p>			

Competencias / Resultados do título	
Código	Competencias / Resultados do título
A1	Recoñecer e respectar a diversidade humana e comprender que as explicacións psicolóxicas poden variar a través de poboacións e contextos.
A2	Saber identificar os factores persoais, psico-sociais e/ou educativos que poden pór en risco a saúde das persoas.
A3	Ser capaz de elaborar un informe científico que implique definir un problema de investigación, as hipóteses e variables asociadas, así como definir o deseño, a mostra e o seu modo de selección, as ferramentas de recollida de datos e a súa consecuente análise e discusión.
A4	Ser capaz de lograr un adecuado nivel de comprensión da demanda do destinatario en cada situación ou contexto de aplicación.
A5	Ser capaz de realizar unha avaliación psicolóxica no contexto dunha investigación científica.
A7	Saber realizar un seguimento sobre un caso elixindo obxectivos pertinentes e realistas.
A10	Ser capaz de deseñar instrumentos de recollida de información en programas de intervención psicolóxica.
A13	Coñecer e ser capaz de utilizar os diferentes modelos, teorías, métodos e técnicas de avaliación e intervención que son específicos dos distintos ámbitos da investigación en Psicoloxía Aplicada e desenvolver unha actitude crítica propia do espírito científico.
A14	Ser capaz de analizar a documentación bibliográfica necesaria para un traballo de investigación.
A17	Ser capaz de comunicar os resultados dunha investigación.
B1	Capacidade de análise e síntese.
B2	Capacidade de organización e planificación.
B4	Traballo nun contexto internacional.
B7	Compromiso ético.
B8	Aprendizaxe autónoma.
B9	Iniciativa e espírito emprendedor.
B10	Motivación pola calidade.
B13	Capacidade de aplicar os coñecementos á práctica.
B16	Capacidade para comunicarse con persoas non expertas na materia.
C3	Utilizar as ferramentas básicas das tecnoloxías da información e as comunicacións (TIC) necesarias para o exercicio da súa profesión e para a aprendizaxe ao longo da súa vida.
C4	Desenvolverse para o exercicio dunha cidadanía aberta, culta, crítica, comprometida, democrática e solidaria, capaz de analizar a realidade, diagnosticar problemas, formular e implantar solucións baseadas no coñecemento e orientadas ao ben común.



C5	Entender a importancia da cultura emprendedora e coñecer os medios ao alcance das persoas emprendedoras.
C6	Valorar críticamente o coñecemento, a tecnoloxía e a información dispoñible para resolver os problemas cos que deben enfrontarse.
C7	Asumir como profesional e cidadán a importancia da aprendizaxe ao longo da vida.
C8	Valorar a importancia que ten a investigación, a innovación e o desenvolvemento tecnolóxico no avance socioeconómico e cultural da sociedade.

Resultados da aprendizaxe			
Resultados de aprendizaxe		Competencias / Resultados do título	
Saber identificar os factores persoais, psico-sociais e/ou educativos que poden pór en risco a saúde das persoas	AI2		
Ser capaz de realizar unha avaliación psicolóxica no contexto dunha investigación científica.	AI5		
Ser capaz de deseñar instrumentos de recollida de información en programas de intervención psicolóxica	AI10		
Coñecer e ser capaz de utilizar os diferentes modelos, teorías, métodos e técnicas de avaliación e intervención que son específicos dos distintos ámbitos da investigación en Psicoloxía Aplicada e desenvolver unha actitude crítica propia do espírito científico	AI13		
Ser capaz de analizar a documentación bibliográfica necesaria para un traballo de investigación	AI14		
Ser capaz de comunicar os resultados dunha investigación	AI17		
CM7 Asumir como profesional e cidadán a importancia da aprendizaxe ao longo da vida			CM7
CM4 Desenvolverse para o exercicio dunha cidadanía aberta, culta, crítica, comprometida, democrática e solidaria, capaz de analizar a realidade, diagnosticar problemas, formular e implantar solucións baseadas no coñecemento e orientadas ao ben común			CM4
BI16 Capacidade para comunicarse con persoas non expertas na materia		BI16	
BI7 Compromiso ético		BI7	
BI13 Capacidade de aplicar os coñecementos á práctica		BI13	
Desenvolverse para o exercicio dunha cidadanía aberta, culta, crítica, comprometida, democrática e solidaria, capaz de analizar a realidade, diagnosticar problemas, formular e implantar solución baseadas no coñecemento e orientadas ao ben común.			CM4
Asumir como profesional e cidadán a importancia da aprendizaxe ao longo da vida.			CM7
Recoñecer e respectar a diversidade humana e comprender que as explicacións psicolóxicas poden variar a través de poboacións e contextos.	AI1		
Ser capaz de elaborar un informe científico que implique definir un problema de investigación, as hipóteses e variables asociadas, así como definir o deseño, a mostra e o seu modo de selección, as ferramentas de recollida de datos e a súa consecuente análise e discusión.	AI3		
Ser capaz de lograr un adecuado nivel de comprensión da demanda do destinatario en cada situación ou contexto de aplicación.	AI4		
Saber realizar un seguimento sobre un caso elixindo obxectivos pertinentes e realistas.	AI7		
Capacidade de análise e síntese.		BI1	
Capacidade de organización e planificación.		BI2	
Traballo nun contexto internacional.		BI4	
Aprendizaxe autónoma.		BI8	
Iniciativa e espírito emprendedor.		BI9	
Motivación pola calidade.		BI10	
Utilizar as ferramentas básicas das tecnoloxías da información e as comunicacións (TIC) necesarias para o exercicio da súa profesión e para a aprendizaxe ao longo da súa vida.			CM3
Entender a importancia da cultura emprendedora e coñecer os medios ao alcance das persoas emprendedoras.			CM5
Valorar críticamente o coñecemento, a tecnoloxía e a información dispoñible para resolver os problemas cos que deben enfrontarse.			CM6
Valorar a importancia que ten a investigación, a innovación e o desenvolvemento tecnolóxico no avance socioeconómico e cultural da sociedade.			CM8



Contidos	
Temas	Subtemas
1. Promoción de la salud en los lugares de trabajo 3. Ambientes de trabajo saludables 4. Influencia del liderazgo y del clima laboral en salud 5. Diferencias individuales en el trabajo y salud.	1. Promoción de la salud en los lugares de trabajo 3. Ambientes de trabajo saludables 4. Influencia del liderazgo y del clima laboral en salud 5. Diferencias individuales en el trabajo y salud.
La incidencia de las variables psicológicas y sociales en la salud.	La incidencia de las variables psicológicas y sociales en la salud.

Planificación				
Metodoloxías / probas	Competencias / Resultados	Horas lectivas (presenciais e virtuais)	Horas traballo autónomo	Horas totais
Lecturas	A1 A4 A13 B8 C4	0	16	16
Presentación oral	A2 A14 A17 B10 B13 B16 C3	3	0	3
Sesión maxistral	A2 A13 B4 B9 B13 C4 C5 C7	11	0	11
Actividades iniciais	A7 A14 B7 B13 B16	7	0	7
Recensión bibliográfica	A2 A13 A14 C7	0	16	16
Discusión dirixida	A5 A10 A13 B13 B16 C6 C8	3	0	3
Proba obxectiva	A2 A13 C7	1	0	1
Traballos tutelados	A2 A3 A5 A10 A13 A14 A17 B1 B2 B7 B13 C4	0	16	16
Atención personalizada		2	0	2

\*Os datos que aparecen na táboa de planificación son de carácter orientativo, considerando a heteroxeneidade do alumnado

Metodoloxías	
Metodoloxías	Descrición
Lecturas	Conjunto de textos y documentación escrita que se han recogido y editado como fuente de profundización en los contenidos trabajados
Presentación oral	Intervención inherente a los procesos de enseñanza-aprendizaje basada en la exposición verbal a través de la que el alumnado y el profesorado interactúan de un modo ordenado, planteando cuestiones, haciendo aclaraciones y exponiendo temas, trabajos, conceptos, hechos o principios de forma dinámica
Sesión maxistral	Exposición oral complementada con el uso de medios audiovisuales y la introducción de algunas preguntas dirigidas a los estudiantes, con la finalidad de transmitir conocimientos y facilitar el aprendizaje. La clase magistral también es conocida como "conferencia", "método expositivo" o "lección magistral". Esta última modalidad se suele reservar a un tipo especial de lección impartida por un profesor en ocasiones especiales, con un contenido que supone una elaboración original y basada en el uso casi exclusivo de la palabra como vía de transmisión de la información a la audiencia.
Actividades iniciais	Técnica de dinámica de grupos que tiene como objetivo ayudar a desarrollar la perspectiva social y la empatía mediante la representación de diferentes papeles dentro de situaciones conflictivas donde intervienen diferentes posturas que tienen que ser combinadas. Se utiliza para trabajar las relaciones interpersonales, el comportamiento, los valores y las actitudes
Recensión bibliográfica	Proceso de lectura crítica de un libro, de un artículo, de una tesis o de una comunicación a un congreso. Como tal proceso, comprende la lectura de la obra, el análisis de su contenido y una crítica y valoración de la misma en relación a la literatura existente sobre el tema. Una recensión no supone un resumen de la obra, ni un mero análisis del contenido, pues lo que le otorga sentido y dimensión académica científica es la crítica que merece a juicio del autor de la recensión, en relación a otras obras conocidas del mismo ámbito o en relación a su propia experiencia.



Discusión dirixida	Técnica de dinámica de grupos na que os membros dun grupo discuten de forma libre, informal e espontánea sobre un tema, aínda que poden estar coordinados por un moderador.
Proba obxectiva	A Proba obxectiva pode combinar distintos tipos de preguntas: preguntas de resposta múltiple, de ordenación, de resposta breve, de discriminación, de completar e/ou de asociación. Tamén se pode construír con un só tipo dalgunha destas preguntas.
Traballos tutelados	Metodoloxía deseñada para promover el aprendizaje autónomo de los estudiantes, bajo la tutela del profesor y en escenarios variados (académicos y profesionales). Esta referida prioritariamente al aprendizaje de "como hacer las cosas. Constituye una opción basada en la asunción por los estudiantes de la responsabilidad por su propio aprendizaje. Este sistema de enseñanza se basa en dos elementos básicos: el aprendizaje independiente de los estudiantes y el seguimiento de ese aprendizaje por el profesor-tutor.

## Atención personalizada

Metodoloxías	Descrición
Traballos tutelados	Monitorización de los trabajos individuales que realiza cada alumno. Orientación sobre la metodología y las fuentes documentales que debe manejar y sobre la redacción del informe final del trabajo.

## Avaliación

Metodoloxías	Competencias / Resultados	Descrición	Cualificación
Presentación oral	A2 A14 A17 B10 B13 B16 C3	Intervención inherente a los procesos de enseñanza-aprendizaje basada en la exposición verbal a través de la que el alumnado y el profesorado interactúan de un modo ordenado, planteando cuestiones, haciendo aclaraciones y exponiendo temas, trabajos, conceptos, hechos o principios de forma dinámica	15
Sesión maxistral	A2 A13 B4 B9 B13 C4 C5 C7	Exposición oral complementada con el uso de medios audiovisuales y la introducción de algunas preguntas dirigidas a los estudiantes, con la finalidad de transmitir conocimientos y facilitar el aprendizaje. La clase magistral también es conocida como "conferencia", "método expositivo" o "lección magistral". Esta última modalidad se suele reservar a un tipo especial de lección impartida por un profesor en ocasiones especiales, con un contenido que supone una elaboración original y basada en el uso casi exclusivo de la palabra como vía de transmisión de la información a la audiencia.	10
Recensión bibliográfica	A2 A13 A14 C7	Proceso de lectura crítica de un libro, de un artículo, de una tesis o de una comunicación a un congreso. Como tal proceso, comprende la lectura de la obra, el análisis de su contenido y una crítica y valoración de la misma en relación a la literatura existente sobre el tema. Una recensión no supone un resumen de la obra, ni un mero análisis del contenido, pues lo que le otorga sentido y dimensión académica científica es la crítica que merece a juicio del autor de la recensión, en relación a otras obras conocidas del mismo ámbito o en relación a su propia experiencia.	10
Traballos tutelados	A2 A3 A5 A10 A13 A14 A17 B1 B2 B7 B13 C4	Metodoloxía deseñada para promover el aprendizaje autónomo de los estudiantes, bajo la tutela del profesor y en escenarios variados (académicos y profesionales). Esta referida prioritariamente al aprendizaje de "como hacer las cosas. Constituye una opción basada en la asunción por los estudiantes de la responsabilidad por su propio aprendizaje. Este sistema de enseñanza se basa en dos elementos básicos: el aprendizaje independiente de los estudiantes y el seguimiento de ese aprendizaje por el profesor-tutor.	25
Proba obxectiva	A2 A13 C7	A Proba obxectiva pode combinar distintos tipos de preguntas: preguntas de resposta múltiple, de ordenación, de resposta breve, de discriminación, de completar e/ou de asociación. Tamén se pode construír con un só tipo dalgunha destas preguntas.	40



## Observacións avaliación

## Fontes de información

### Bibliografía básica

- Gil-Monte, P. (2014). Manual de Psicopsicología aplicada al trabajo y a la prevención de los riesgos laborales.. Madrid: Pirámide
  - Duro Martín, A. (2014). Psicología de la calidad de vida laboral. Madrid: Pirámide
  - Cifre Gallego, E. et al. (2015). Género, salud y trabajo. Madrid: Pirámide
  - Moreno Jiménez, B. y Garrosa Hernández, E. (2013). Salud laboral,; riesgos laborales psicosociales y bienestar laboral. Madrid: Pirámide
  - Díaz Cabrera, D. et al. (2013). Carga mental de trabajo. Salamanca: Síntesis
  - Clemente, M. (2007). Manual de Psicología Laboral. Madrid: Delta
  - Acosta Vera, José M<sup>º</sup> (2008). Gestión del estrés: Cómo entenderlo, como controlarlo y cómo sacarle provecho. Barcelona: Bresca Editorial
- BIBLIOGRAFÍA

### Bibliografía complementaria

## Recomendacións

### Materias que se recomenda ter cursado previamente

### Materias que se recomenda cursar simultaneamente

### Materias que continúan o temario

## Observacións

Convén a asistencia ás aulas, a realización de todas as actividades que se planifiquen nestas e a participación nos actos tanto académicos como non académicos, organizados polo docente que imparte a materia como pola propia Facultade de Ciencias da Educación (Máster Psicología Aplicada), sen prexuízo da asistencia a actos organizados por outras institucións. En aras a contribuír cun medio ambiente responsable, desde esta materia pretendese contribuír, non utilizando máis que o papel imprescindible, no caso de los exámenes e algúns traballos de importancia, todo o demais realizarase por medios así mesmo se va a procurar que los alumnos adquieran habilidades para a vida e hábitos, rutinas e estilos de vida saudables.&nbsp;A materia impartirase baixo un ángulo de xénero, para que o alumno estea sensibilizado coa igualdade

(\*A Guía docente é o documento onde se visualiza a proposta académica da UDC. Este documento é público e non se pode modificar, salvo casos excepcionais baixo a revisión do órgano competente dacordo coa normativa vixente que establece o proceso de elaboración de guías