



## Teaching Guide

Identifying Data					2023/24
Subject (*)	Psychosocial Risk Management	Code	760482015		
Study programme	Mestrado Universitario en Prevención de Riscos Laborais e Riscos Comúns				
Descriptors					
Cycle	Period	Year	Type	Credits	
Official Master's Degree	2nd four-month period	First	Optional	3	
Language	SpanishGalician				
Teaching method	Face-to-face				
Prerequisites					
Department	Psicología				
Coordinador	Rolon Varela, Jose María	E-mail	j.rolon@udc.es		
Lecturers	Rolon Varela, Jose Maria	E-mail	j.rolon@udc.es		
Web					
General description	<p>Los riesgos psicosociales en el ámbito laboral son aquellas formas de malestar emocional ocasionadas o favorecidas por las condiciones en las que se desarrolla la actividad laboral.</p> <p>Estas condiciones conocidas como factores psicosociales de riesgo, fueron definidos en el año 2000 por la Agencia Europea para la Seguridad y la Salud en el Trabajo como cualquier aspecto de la concepción, organización y gestión del trabajo, así como de su contexto social y ambiental, que tiene la potencialidad de causar daños físicos, sociales o psicológicos en los trabajadores?.</p>				

## Study programme competences

Code	Study programme competences
A1	Planear a acción preventiva a desenvolver, nas situacións nas que o control ou redución dos riscos supón a realización de diferentes actividades, que implican a intervención de distintos especialistas.
A4	Avaliar os riscos relacionados coa carga física e psíquica no traballo e propoñer as medidas adecuadas de prevención.
B1	Posuír e comprender coñecementos que acheguen unha base ou oportunidade de ser orixinais no desenvolvemento e/ou aplicación de ideas, a miúdo nun contexto de investigación.
B2	Que os estudantes saiban aplicar os coñecementos adquiridos e a súa capacidade de resolución de problemas en contornas novas ou pouco coñecidos dentro de contextos máis amplos (ou multidisciplinares) relacionados coa súa área de estudo.
B3	Que os estudantes sexan capaces de integrar coñecementos e enfrontarse á complexidade de formular xuízos a partir dunha información que, sendo incompleta ou limitada, inclúa reflexións sobre as responsabilidades sociais e éticas vinculadas á aplicación dos seus coñecementos e xuízos.
B4	Que os estudantes saiban comunicar as súas conclusións (e os coñecementos e razóns últimas que as sustentan) a públicos especializados e non especializados dun modo claro e sen ambigüidades.
B5	Que os estudantes posúan as habilidades de aprendizaxe que lles permitan continuar estudando dun modo que haberá de ser en gran medida autodirigido ou autónomo.
C1	Expresarse correctamente, tanto de forma oral coma escrita, nas linguas oficiais da comunidade autónoma.
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 criticamente 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.



Learning outcomes			
Learning outcomes	Study programme competences		
Planear a acción preventiva a desenvolver, nas situacións nas que o control ou redución dos riscos supón a realización de diferentes actividades, que implican a intervención de distintos especialistas.	AJ1		
Avaliar os riscos relacionados coa carga física e psíquica no traballo e propoñer as medidas adecuadas de prevención.	AJ4		
B1 Posuír e comprender coñecementos que acheguen unha base ou oportunidade de ser orixinais no desenvolvemento e/ou aplicación de ideas, a miúdo nun contexto de investigación.		BJ1	
B2 - Que os estudantes saiban aplicar os coñecementos adquiridos e a súa capacidade de resolución de problemas en contornas novas ou pouco coñecidos dentro de contextos máis amplos (ou multidisciplinares) relacionados coa súa área de estudo.		BJ2	
B3 - Que os estudantes sexan capaces de integrar coñecementos e enfrontarse á complexidade de formular xuízos a partir dunha información que, sendo incompleta ou limitada, inclúa reflexións sobre as responsabilidades sociais e éticas vinculadas á aplicación dos seus coñecementos e xuízos.		BJ3	
B4 - Que os estudantes saiban comunicar as súas conclusións (e os coñecementos e razóns últimas que as sustentan) a públicos especializados e non especializados dun modo claro e sen ambigüidades.		BJ4	
B5 - Que os estudantes posúan as habilidades de aprendizaxe que lles permitan continuar estudando dun modo que haberá de ser en gran medida autodirigido ou autónomo.		BJ5	
CT.1 - Expresarse correctamente, tanto de forma oral como escrita, en las lenguas oficiales de la comunidad autónoma.			CC1
CT.3 - Utilizar las herramientas básicas de las tecnologías de la información y las comunicaciones (TIC) necesarias para el ejercicio de su profesión y para el aprendizaje a lo largo de su vida.			CC3
CT.4 - Desarrollarse para el ejercicio de una ciudadanía abierta, culta, crítica, comprometida, democrática y solidaria, capaz de analizar la realidad, diagnosticar problemas, formular e implantar soluciones basadas en el conocimiento y orientadas al bien común.			CC4
CT.5 - Entender la importancia de la cultura emprendedora y conocer los medios al alcance de las personas emprendedoras.			CC5
CT.6 - Valorar críticamente el conocimiento, la tecnología y la información disponible para resolver los problemas con los que deben enfrentarse.			CC6
CT.7 - Asumir como profesional y ciudadano la importancia del aprendizaje a lo largo de la vida.			CC7
CT.8 - Valorar la importancia que tiene la investigación, la innovación y el desarrollo tecnológico en el avance socioeconómico y cultural de la sociedad			CC8

Contents	
Topic	Sub-topic
1.DIRECTRICES BÁSICAS PARA LA GESTIÓN DE LOS RIESGOS PSICOSOCIALES.	<ol style="list-style-type: none"> <li>¿Qué son los factores de riesgo psicosocial?</li> <li>¿Qué consecuencias tiene la exposición a factores de riesgo psicosocial?</li> <li>Proceso de gestión psicosocial.               <ol style="list-style-type: none"> <li>Diagnóstico psicosocial: evaluación de los riesgos psicosociales.</li> <li>Intervención psicosocial: planificación de la actividad preventiva.</li> <li>Control y seguimiento.</li> </ol> </li> <li>Factores de éxito en la gestión de los riesgos psicosociales.</li> </ol>
2. EL ESTRÉS LABORAL.	<ol style="list-style-type: none"> <li>Concepto de estrés.</li> <li>Concepto de estrés laboral.</li> <li>Modelos de estrés laboral.</li> <li>Evaluación del estrés laboral.</li> <li>Estrés laboral y características individuales.</li> <li>Causas del estrés laboral.</li> <li>Consecuencias del estrés laboral.</li> <li>Prevención e intervención en estrés laboral.</li> <li>El tecnoestrés.</li> </ol>



3. EL MOBBING O ACOSO PSICOLÓGICO EN EL TRABAJO.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Concepto de mobbing o acoso psicológico en el trabajo.</li> <li>2. Estrategias de acoso: las conductas para someter a las víctimas.</li> <li>3. Variables antecedentes.</li> <li>4. Tipos de mobbing.</li> <li>5. Fases del mobbing.</li> <li>6. Evaluación del mobbing.</li> <li>7. Consecuencias del mobbing.</li> <li>8. Prevención e intervención del mobbing.</li> </ol>
4. BURNOUT O SÍNDROME DE DESGASTE PROFESIONAL.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Concepto de burnout o síndrome de desgaste profesional.</li> <li>2. Fases del proceso de burnout.</li> <li>3. Variables desencadenantes o antecedentes del burnout.</li> <li>4. Evaluación y diagnóstico del burnout.</li> <li>5. Medición del burnout.</li> <li>6. Consecuencias del burnout.</li> <li>7. Prevención del burnout.</li> <li>8. Estrategias de intervención ante el burnout.</li> </ol>
5. LA VIOLENCIA EN EL TRABAJO.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. La violencia física en el trabajo.</li> <li>2. La violencia sexual en el trabajo.</li> </ol>

Planning				
Methodologies / tests	Competencias	Ordinary class hours	Student?s personal work hours	Total hours
Collaborative learning	A1 B1 B5 C4 C7	3	6	9
Events academic / information	A4 B1 B2 C3 C6 C8	1.5	3	4.5
Case study	A1 A4 B2 B5	3	1.5	4.5
Directed discussion	A1 B2	1.5	3	4.5
Oral presentation	B1 B3 B4 C1	6	1.5	7.5
Guest lecture / keynote speech	A4	9	0	9
Supervised projects	A1 C3	3	9	12
Mixed objective/subjective test	B1 B4 C6	1	10	11
Oral presentation	C1	2	3	5
Document analysis	A1 C5 C8	1.5	4.5	6
Personalized attention		2	0	2

(\*)The information in the planning table is for guidance only and does not take into account the heterogeneity of the students.

Methodologies	
Methodologies	Description
Collaborative learning	Aprendizaje colaborativo: conjunto de procedimientos de enseñanza-aprendizaje guiados de forma presencial y/o apoyados con tecnologías de la información y las comunicaciones, que se basan en la organización de la clase en pequeños grupos en los que el alumnado trabaja conjuntamente en la resolución de tareas asignadas por el profesorado para optimizar su propio aprendizaje y el de los otros miembros del grupo.
Events academic / information	Eventos científicos y/o divulgativos: Actividades realizadas por el alumnado que implican la asistencia y/o participación en eventos científicos y/o divulgativos (congresos, jornadas, simposios, cursos, seminarios, conferencias, exposiciones, etc.) con el objetivo de profundizar en el conocimiento de temas de estudio relacionados con la materia. Estas actividades proporcionan al alumnado conocimientos y experiencias actuales que incorporan las últimas novedades referentes a un determinado ámbito de estudio.



Case study	Estudio de casos: metodología donde el sujeto se enfrenta ante una descripción de una situación específica que suscita un problema que tiene que ser comprendido, valorado y resuelto por un grupo de personas, a través de un proceso de discusión. El alumno se sitúa ante un problema concreto (caso), que le describe una situación real de la vida profesional, y debe ser capaz de analizar una serie de hechos, referentes a un campo particular del conocimiento o de la acción, para llegar a una decisión razonada a través de un proceso de discusión en pequeños grupos de trabajo.
Directed discussion	Discusión dirigida: técnica de dinámica de grupos en la que los miembros de un grupo discuten de forma libre, informal y espontánea sobre un tema, aunque pueden estar coordinados por un moderador.
Oral presentation	Presentación oral: intervención inherente a los procesos de enseñanza-aprendizaje basada en la exposición verbal y a través de la que el alumnado y profesorado interactúan de un modo ordenado, proponiendo cuestiones, haciendo aclaraciones y exponiendo temas, trabajos, conceptos, hechos o principios de forma dinámica.
Guest lecture / keynote speech	Sesión magistral: 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 es también conocida como ?conferencia?, ?método expositivo? o ?lección magistral?. Esta última denominación suele reservarse 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.
Supervised projects	Trabajos tutelados: metodología diseñada para promover el aprendizaje autónomo de los estudiantes, bajo la tutela del profesor y en escenarios variados (académicos y profesionales). Está referida prioritariamente al aprendizaje de ?cómo 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.
Mixed objective/subjective test	Proba que integra preguntas tipo de probas de ensaio e preguntas tipo de probas obxectivas. En canto a preguntas de ensaio, recolle preguntas abertas de desenvolvemento. Ademais, en canto a preguntas obxectivas, pode combinar preguntas de resposta múltiple, de ordenación, de resposta breve, de discriminación, de completar e/ou de asociación.
Oral presentation	intervención inherente a los procesos de enseñanza-aprendizaje basada en la exposición verbal y a través de la que el alumnado y profesorado interactúan de un modo ordenado, proponiendo cuestiones, haciendo aclaraciones y exponiendo temas, trabajos, conceptos, hechos o principios de forma dinámica.
Document analysis	Análisis de fuentes documentales: técnica que supone la utilización de documentos audiovisuales y/o bibliográficos (fragmentos de reportajes, documentales o películas, noticias de actualidad, paneles gráficos, fotografías, biografías, artículos, textos legislativos, etc.) relevantes para la temática de la materia con actividades específicamente diseñadas para el análisis de los mismos. Se puede emplear como introducción general a un tema, como instrumento de aplicación del estudio de casos, para la explicación de procesos que no se pueden observar directamente, para la presentación de situaciones complejas o como síntesis de contenidos de carácter teórico o práctico.

Personalized attention

Methodologies	Description
Document analysis Collaborative learning Events academic / information Case study Directed discussion Oral presentation Supervised projects	Los alumnos contarán con la asistencia individualizada del profesor para llevar a cabo las actividades descritas en las metodologías que lo precisen. Esta asistencia incluirá la orientación sobre cuestiones teóricas y técnicas, y fuentes de información pertinentes.

Assessment

Methodologies	Competencies	Description	Qualification
---------------	--------------	-------------	---------------



Mixed objective/subjective test	B1 B4 C6	Proba que integra preguntas tipo de probas de ensaio e preguntas tipo de probas obxectivas. En canto a preguntas de ensaio, recolle preguntas abertas de desenvolvemento. Ademais, en canto a preguntas obxectivas, pode combinar preguntas de resposta múltiple, de ordenación, de resposta breve, de discriminación, de completar e/ou de asociación.	60
Guest lecture / keynote speech	A4	Sesión magistral: 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 es también conocida como ?conferencia?, ?método expositivo? o ?lección magistral?. Esta última denominación suele reservarse 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.	20
Supervised projects	A1 C3	Trabajos tutelados: metodología diseñada para promover el aprendizaje autónomo de los estudiantes, bajo la tutela del profesor y en escenarios variados (académicos y profesionales). Está referida prioritariamente al aprendizaje de ?cómo 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.	20

#### Assessment comments

A cualificación de traballos tutelados e a sesión maxistral da convocatoria de xuño quedará gardada para a convocatoria de xullo.

A cualificación de Matrícula de Honra outorgarase automaticamente ao alumnado que obteña unha cualificación final de 10 na materia. No caso de que existan máis alumnos/as con esa cualificación que as matrículas que se poidan conceder en función da cota total establecida, serán convocados para a realización dunha proba específica. No caso de que ningún alumno/a obteña unha cualificación de 10, poderán optar á Matrícula de Honra os/as alumnos/as cunha nota final igual ou superior a 9.0 solicitándoo ao profesor e realizando unha proba específica. No caso de non existir solicitudes expresas de opción de matrícula, o profesor resérvase o dereito de concedelas no suposto de que, cumprindo o requisito de ter unha nota final igual ou superior a 9.0, se poida ser merecedor de matrícula. O único criterio (100% da nota) para o alumnado con recoñecemento de dedicación a tempo parcial e dispensa académica de exención de asistencia, será a proba mixta. A realización fraudulenta das probas ou das actividades de avaliación, unha vez acreditada, implicará directamente a cualificación de suspenso na convocatoria na que se comprometa: o/a alumno/a será cualificado con "non suspenso" (grado numérico 0) na correspondente convocatoria de o curso académico, tanto Se falta a comisión, prodúcese na primeira oportunidade como na segunda. Para iso, procede a modificar a túa cualificación no certificado de primeira oportunidade, se é o caso.

#### Sources of information



<p><b>Basic</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- García-Izquierdo, A.L. (Ed.) (2017). Ergonomía y psicopsicología aplicada a la prevención de riesgos laborales.. Oviedo: Ediciones de la Universidad de Oviedo</li> <li>- INSL (Instituto Navarro de Salud Laboral) (2005). Procedimiento general de evaluación de riesgos psicosociales.. Pamplona: INSL</li> <li>- INSL (Instituto Navarro de Salud Laboral) (2009). Principios comunes de la intervención psicosocial en P.R.L.. Pamplona: INSL</li> <li>- INSST (2015). Algunas orientaciones para evaluar los factores de riesgo psicosocial.. Madrid: INSST</li> <li>- INSST (2015). Buenas prácticas en gestión del estrés y de los riesgos psicosociales en el trabajo.. Madrid: INSST</li> <li>- INSST (2018). El efecto sobre la salud de los riesgos psicosociales en el trabajo. Una visión general.. Madrid: INSST</li> <li>- INSST (2020). Método para la evaluación y gestión de factores psicosociales en pequeñas empresas.. Madrid: INSST</li> <li>- ITSS (Inspección de Trabajo y Seguridad Social) (2012). Guía de actuaciones de la inspección de trabajo y seguridad social sobre riesgos psicosociales.. Madrid: Ministerio de Empleo y Seguridad Social</li> <li>- Kalimo, R., El-Batawi, M.A. y Cooper, C.L. (Comp.) (1988). Los factores psicosociales en el trabajo.. Ginebra: OMS</li> <li>- Llana, J. (2009). Ergonomía y Psicopsicología aplicada.. Valladolid: Lex Nova</li> <li>- Mansilla Izquierdo, F. (2012). Manual de riesgos psicosociales en el trabajo: teoría y práctica.. Madrid: Editorial Académica Española</li> <li>- Moreno Jimenez, B. y Báez León, C. (2010). Factores y riesgos psicosociales, formas, consecuencias, medidas y buenas prácticas.. Madrid: INSST</li> <li>- Nogareda, C. (2006). Perspectivas de intervención en riesgos psicosociales. Evaluación de riesgos.. Barcelona: Foment del treball</li> <li>- Nogareda, C. (2007). Perspectivas de intervención en riesgos psicosociales. Medidas preventivas.. Barcelona: Foment del treball</li> <li>- O.I.T. (1984). Factores psicosociales en el trabajo: naturaleza, incidencia y prevención.. Ginebra: OIT</li> <li>- OSALAN (Instituto Vasco de Seguridad y Salud Laborales) (2014). Guía de prevención de riesgos psicosociales.. Barakaldo: OSALAN</li> <li>- OSALAN (Instituto Vasco de Seguridad y Salud Laborales) (2014). Guía de recomendaciones para la vigilancia específica de la salud de trabajadores expuestos a factores de riesgo psicosocial.. Barakaldo: OSALAN</li> <li>- Vega Martínez, S. (Coord.) (2009). Experiencias en intervención psicosocial. Más allá de la evaluación del riesgo.. Madrid: INSST</li> </ul>
<p><b>Complementary</b></p>	

**Recommendations**

**Subjects that it is recommended to have taken before**

**Subjects that are recommended to be taken simultaneously**

**Subjects that continue the syllabus**

**Other comments**

(\*)The teaching guide is the document in which the URV publishes the information about all its courses. It is a public document and cannot be modified. Only in exceptional cases can it be revised by the competent agent or duly revised so that it is in line with current legislation.