

**Presencial****20 horas**

Impartido por :

**OBJETIVOS****Objetivo General**

• Vivimos en un mundo rápido, inmersos en un ritmo frenético y rodeados de extrema competitividad en el trabajo. Por ello al finalizar la presente acción formativa se pretende que el alumno sepa dar solución a las nuevas situaciones, nocivas y psicológicamente dañinas que se generan en el entorno laboral.

**CONTENIDOS**

MÓDULO 1. Herramientas para detectar situaciones tóxicas

MÓDULO 2. Evaluar los síntomas propios.

MÓDULO 3. Estrés laboral. Causas y atenuantes

MÓDULO 4. Mobbing. Causas y atenuantes

MÓDULO 5. Síndrome de Burn Out. Causas y atenuantes.

