



SENSIBILIZACIÓN EN IGUALDAD DE GÉNERO Y APOYO PSICOSOCIAL (SEP´24)



Área: Sin clasificar
Modalidad: Teleformación
Duración: 65 h
Precio: Consultar

[Curso Bonificable](#)
[Contactar](#)
[Recomendar](#)
[Matricularme](#)

OBJETIVOS

Promover la Equidad y la Inclusión: Proporcionar a los participantes una comprensión profunda de la igualdad de género y la diversidad, y cómo estas pueden ser efectivamente integradas en las políticas y prácticas cotidianas del entorno laboral.

Gestión de Riesgos Psicosociales: Dotar a los estudiantes de las competencias necesarias para identificar, prevenir y manejar los riesgos psicosociales, minimizando así el estrés laboral y mejorando la salud psicológica en el trabajo.

Fomentar el Desarrollo Personal y Social: Impulsar el crecimiento personal y el desarrollo de habilidades sociales entre los empleados, permitiendo así una mejora en la comunicación, el aumento de la resiliencia y la promoción de un bienestar integral que se refleje en un mejor desempeño laboral y una mayor satisfacción personal.

CONTENIDOS

Módulo 1: Fundamentos de la Igualdad y la Inclusión Social

- 1.Introducción a la Igualdad de Género y Diversidad
- 2.Estrategias contra la Discriminación
- 3.Comunicación Inclusiva
- 4.Políticas de Igualdad en Acción

Módulo 2: Comprensión y Gestión de Riesgos Psicosociales (5 horas)

- 1.Identificación de Riesgos Psicosociales
- 2.Estrategias de Manejo del Estrés

Módulo 3: Bienestar Holístico y Desarrollo Personal

- 1.Autocuidado y Salud Física
- 2.Mindfulness y Conexión Mental
- 3.Pensamiento Excelente y Manejo del Estrés