



# Curso ICA de:

## ESTRÉS EN DOCENTES

**DURACION:** 110 HORAS

**CRÈDITOS:** 11

**OBJETIVOS:**

Entre los objetivos fundamentales pretendemos conseguir los siguientes objetivos:

Aprendizaje de los mecanismos que están en juego en el estrés

Conocimiento de la importancia del estrés psicosocial. Factores que afectan al docente.

Conocimiento sobre el Síndrome de Burnout estudiado en docentes.

Conocimiento por parte de los docentes de los mecanismos y técnicas existentes para la prevención del estrés

**CONTENIDOS:**

Estrés psicosocial

Síndrome de Burnout

Definición

Etiología

Desarrollo

Manifestación y sintomatología

Medición

Prevención

Tratamiento

Síndrome de Burnout en docentes

características del profesor

ciclos de estrés

5.- Técnicas para el control del estrés

PROGRAMAS DE INTERVENCIÓN DEL ESTRÉS

Intervención sobre aspectos organizacionales

Intervención sobre el individuo. Técnicas para la prevención del estrés

Técnicas Generales

Técnicas Cognitivas

Técnicas Fisiológicas

Técnicas Conductuales

## MÉTODOS DE EVALUACIÓN. CUESTIONARIOS.

### Bibliografía

### Anexos

## ***METODOLOGÍA***

A DISTANCIA A TRAVÉS DE PLATAFORMA DE TELEFORMACION. CONTROL DE EVALUACIONES A TRAVÉS DE ESTE SISTEMA.

\* El Curso será desarrollado con una metodología a Distancia/on line.

\* El alumno dispondrá de un extenso material sobre los aspectos teóricos del Curso que deberá estudiar para la realización de una prueba objetiva a través de la plataforma on line. Se facilitarán para cada tema los artículos y programas que se especifican y que servirían de material básico para la elaboración de programas posteriores adaptados a las necesidades y a la situación.

\*El Alumno tendrá siempre que quiera a su disposición previa petición la tutoría de los profesionales tutores del curso. Así como consultas telefónicas y a través de la plataforma de teleformación. Hay una atención continuada en el horario de apertura del Centro de 9 a 14 horas y de 16 a 21 horas. A través de la plataforma el alumno puede ponerse en contacto con su tutor correspondiente en cualquier momento siendo respondido en el menor plazo de tiempo posible teniéndose en cuenta que los tutores por lo general se conectan diariamente a la plataforma.

El sistema de enseñanza a distancia está organizado de tal forma que el alumno pueda compatibilizar el estudio con sus ocupaciones laborales o profesionales, también se realiza en esta modalidad para permitir el acceso al curso a aquellos alumnos que viven en zonas rurales lejos de los lugares

habituales donde suelen realizarse los cursos y que tienen interés en continuar formándose.

En este sistema de enseñanza el alumno tiene que seguir un aprendizaje sistemático y un ritmo de estudio, adaptado a sus circunstancias personales de tiempo.

Por ello se incorporan las últimas novedades en tecnología de la comunicación, que permitirán al alumno un adecuado aprovechamiento.

### **Medios y materiales docentes**

-Temario desarrollado.

-Pruebas objetivas de autoevaluación y evaluación

-Consultas y Tutorías personalizadas a través de teléfono, correo, fax, Internet y de la Plataforma propia de Teleformación de la que dispone el Centro.

(Ver Anexo guía para Usuarios de la Plataforma ICA de Teleformación)

### ***PROFESORADO:***

**Médicos Especialistas en Psiquiatría. Profesores Psicólogos clínicos.  
Pedagogos. Maestros especialistas en PT.**

### ***EVALUACIÓN:***

Se efectuará a través de:

1.- Prueba objetiva al finalizar el Curso respecto a los diferentes contenidos de los distintos bloques temáticos.

2.- Se realizará por parte de cada asistente una valoración del Curso en sus diferentes aspectos.

- Prueba de Evaluación tipo test de todo el curso: al finalizar la prueba de autoevaluación del último Tema se le propondrá la Prueba final del curso para comprobar que su aprendizaje global ha sido satisfactorio. La no superación de este examen

conllevará la no aprobación del curso.

Superar la prueba significa obtener, al menos, el 80% de respuestas correctas. Por ejemplo, si se proponen 100 preguntas, debe responder correctamente a 80 de ellas.

- Tareas o trabajos personales supervisados, que cada alumno realizará, ayudándose de los foros.
- Participación en foros.
- Envíos de correos al tutor.
- Frecuencia de uso del curso.

Por tanto, el alumno habrá aprobado el curso, y tendrá derecho a la obtención del diploma acreditativo, si:

- Obtiene en el Examen, tipo test, final del curso, al menos, el 80 % de respuestas acertadas.
- Es calificado como apto en todas las Tareas de tipo práctico propuestas Se valorará la realización de un trabajo práctico en relación a los programas expuestos en lo que se refiere a un diseño curricular específico.

## **TIPOS DE PRUEBAS DE EVALUACION**

Serán realizadas a través del apartado ejercicios y examen de la Plataforma de Teleformación unas pruebas de evaluación tipo test para valoración del conocimiento de los contenidos del curso.

Asimismo se realizará un cuestionario de evaluación de la calidad del curso en cuanto a desarrollo, profesorado, contenidos etc... valorándose el grado de satisfacción del

alumno.

## **TUTORIAS**

Las tutorías serán realizadas fundamentalmente en horario de tarde de 18 a 21 horas, dado el nivel de ocupación del profesorado sobre todo en horario de mañana. Podrán realizarse tutorías a través de la Plataforma de teleformación dispuesta para ello o incluso a nivel telefónico, fax o presenciales si las demanda el alumno, estando a su disposición para ello los tutores de la actividad.

No obstante los alumnos podrán ponerse en contacto de forma continuada en el horario de apertura del Centro de 9 a 14 horas y de 16 a 21 horas.

Se tendrán a disposición del alumno Foros de intercambio con los compañeros del grupo y los tutores durante las fechas de realización del curso.

Podrán realizarse Chats o incluso Video-conferencias con las oportunas convocatorias a lo largo del curso.

***Curso acreditado por la prestigiosa Universidad Pontificia Comillas, que emite directamente el DIPLOMA***

