



GUIA DOCENT

SALUT I BENESTAR PROFESSIONAL

Coordinació: RUIZ MOLINA, CARMEN

Any acadèmic 2019-20

Informació general de l'assignatura

Denominació	SALUT I BENESTAR PROFESSIONAL			
Codi	100913			
Semestre d'impartició	1R Q(SEMESTRE) AVALUACIÓ CONTINUADA			
Caràcter	Grau/Màster	Curs	Caràcter	Modalitat
	Grau en Educació Social	3	OBLIGATÒRIA	Presencial
Nombre de crèdits assignatura (ECTS)	6			
Tipus d'activitat, crèdits i grups	Tipus d'activitat	PRAULA	TEORIA	
	Nombre de crèdits	1.8	4.2	
	Nombre de grups	2	1	
Coordinació	RUIZ MOLINA, CARMEN			
Departament/s	PSICOLOGIA			
Informació important sobre tractament de dades	Consulteu aquest enllaç per a més informació.			
Idioma/es d'impartició	Castellà i català			

Professor/a (s/es)	Adreça electrònica professor/a (s/es)	Crèdits impartits pel professorat	Horari de tutoria/lloc
DE VEGA CASASSAS, MÒNICA	monica.devega@udl.cat	2,6	
RUIZ MOLINA, CARMEN	carmenmaria.ruiz@udl.cat	5,2	

Objectius acadèmics de l'assignatura

- Aprofundiment dels coneixements en salut i prevenció.
- Domini d'habilitats per reconèixer les alteracions més freqüents en l'àmbit laboral i d'escales diagnòstiques.
- Interpretar els resultats d'una recerca en salut i benestar laboral.
- Identificar i descriure la naturalesa i característiques psicobiològiques de les alteracions psicosocials.
- Identificar les principals alteracions i naturalesa de les afectacions foniatríques i sensitivas.
- Identificar els principals trastorns musculoesquelètics associats a l'activitat docent.
- Identificar tècniques bàsiques de prevenció i afrontament de les principals alteracions laborals.
- Entendre el significat i la necessitat de garantir unes condicions de treball higièniques.
- Conèixer els fonaments de la higiene i la recerca en malalties
- Adquirir coneixements generals necessaris sobre els diferents sistemes de medicació i control dels diferents factors de risc
- Tenir la capacitat per a avaluar els processos i mètodes de treball, des d'un punt de vista de la possible generació d'alteracions
- Ser capaç de definir la perillositat i els possibles sistemes de protecció davant dels diferents riscos en el medi laboral
- Conèixer els processos reguladors psicològics que intervenen en el concepte de salut i qualitat professional.
- Identificar les pròpies possibilitats i limitacions tant en l'àmbit personal com en el desenvolupament de la pràctica professional.
- Distingir les diferents variables psicosocials que poden incidir en un procés de vida laboral sana i satisfactòria en l'àmbit de l'educació social.
- Analitzar necessitats i dissenyar projectes i activitats d'intervenció socioeducativa en l'àmbit de la salut i qualitat professional.
- Desenvolupar estratègies per a promocionar el propi benestar personal i professional: regulació emocional, autonomia personal.

Competències

CG1: Desenvolupar la capacitat crítica d'anàlisi, de síntesi, d'organització i de planificació.

CG2 Exercir un aprenentatge autònom, adaptació a situacions noves i apertura cap a l'aprenentatge al llarg de la vida i desenvolupament de la creativitat, iniciativa i esperit emprendedor.

CG3 Mostrar capacitat per treballar en equip, per conduir i liderar grups, per resoldre conflictes, presa de decisions i desenvolupar habilitats per a les relacions interpersonals.

CG4 Assumir el compromís de desenvolupament personal i professional amb un mateix i la comunitat.

CG5 Desenvolupar capacitat per a la selecció, gestió del coneixement i de la informació.

CT1: Tenir una correcta expressió oral i escrita

CT3: Dominar les TIC.

CT4 Respectar els drets fonamentals d'igualtat entre homes i dones, la promoció dels Drets Humans i els valors propis d'una cultura de pau i de valors democràtics
CE1 Comprendre els referents teòrics, històrics, culturals, comparats, polítics, ambientals i legals que constitueixen a l'ésser humà com protagonista de l'educació

CE3 Conèixer els supòsits filosòfics, pedagògics, psicològics, sociològics i antropològics i de qualsevol altres fonaments teòrics de la intervenció socioeducativa i els seus àmbits d'actuació.

CE4: Analitzar necessitats així como dissenyar, aplicar i avaluar plans, programes, projectes i activitats d'intervenció en contextos diversos

CE5 Saber utilitzar els procediments i tècniques sociopedagògiques per la intervenció, la mediació l'anàlisi de la realitat personal, familiar i comunitària i institucional en ordre a la resolució dels seus possibles conflictes.

CE7 Mostrar una actitud empàtica, respectuosa, solidària i de confiança cap als subjectes i institucions d'educació social.

CE8 Desenvolupar actituds i dominis lingüístics que possibilitin i afavoreixin el treball en entorns multiculturals i plurilingüístics.

Continguts fonamentals de l'assignatura

Mòdul de Salut i Higiene

- Unitat didàctica 1. Introducció a la prevenció de riscos laborals
- Unitat didàctica 2. L'accident de treball i la malaltia professional
- ambient de treball i sistemes elementals de control de riscos

Mòdul de malalties i patologies del sector educatiu

- Unitat didàctica 1. Trastorns d'origen psicosocial
- Unitat didàctica 2. Trastorns foniatrics
- Unitat didàctica 3. Trastorns musculoesquelètic

Mòdul de Primers Auxilis

- Unitat didàctica 1. Primers Auxilis

Eixos metodològics de l'assignatura

Classes magistrals amb suport de TIC y debat en gran grup.

Sessions pràctiques. Fonamentalment mitjançant la utilització de simulacions informàtiques i estudi de casos.

Introducció de les sessions en els seminaris, presentació del text, valoració i discussió

Tutories de suport a la realització d'un projecte

Lectura comprensiva de texts

Treball individual o en grup sobre el conjunt de material disponible de classes, texts, revistes, etc

Realització d'esquemes, mapes conceptuals i resums.

Recensions, estudis bibliogràfics (individuals o en grup) a partir d'una guia per a la seva realització..

Sistema d'avaluació

Les competències d'aquesta matèria seran avaluades mitjançant: exàmens escrits, tasques individuals i/o en grup, presentacions i/o discussions de texts en classe.

Cadascun d'aquests tres apartats tindrà assignat un pes específic a la qualificació final:

- 2 Proves escrites, amb un pes del 40% i 33% cadascuna
- Tasques individuals i/o en grup: s'avaluaran treballs individuals i en grup amb un pes del 27% cadascuna

Nota Global

La nota global s'obindrà a partir de la mitjana ponderada de cadascuna de les evidències d'aprenentatge.

Prova de re-avaluació

En cas de no haver aprovat l'assignatura (nota superior a 5), no es podrà presentar a una prova de re-avaluació per a millorar la nota de les evidències d'aprenentatge corresponents a les proves escrites suspeses.

“No presentat”

S'entendrà com a alumne “no presentat” aquells alumnes que no s'hagin presentat a cap de les proves escrites o bé aquells que havent-se presentat a una de les proves escrites no hagin participat en cap de les altres evidències d'aprenentatge.

Bibliografia i recursos d'informació

Bibliografia bàsica

ALMODOVAR MOLINA, M.A. et al. Psicología del trabajo. INSHT, 2006

BERGE, Y. (1997). Vivir tu cuerpo. Para una pedagogía del movimiento. Narcea. Madrid

BERGE, Y. (2000). Danza la vida: el movimiento natural, una autoeducación holística. Narcea. Madrid.

BERTHERAT, T; BERNSTEIN, C. (2002). El cuerpo tiene sus razones. Paidós. Barcelona

DORIA, J.M.; ESPARZA, A.; PARRAS, A. (2007). Curso de relajación: un antídoto a la ansiedad, al estrés y al DEPARTAMENT DE GOVERNACIÓ I ADMINISTRACIONS PÚBLIQUES. Direcció General de la Funció Pública. Protocol per a la detecció i l'actuació en els casos de mobbing o assetjament psicològic laboral. 2004.

DEPARTAMENT DE GOVERNACIÓ I ADMINISTRACIONS PÚBLIQUES. Direcció General de la Funció Pública. Notes sobre l'estrès en l'àmbit laboral. 2005.

DEPARTAMENT DE TREBALL, Direcció General de Relacions Laborals. Manual per a la identificació i avaluació de riscos laborals. 2006. insomnio. VIDEO. Censana. Barcelona.

LÓPEZ GONZÁLEZ, L. (2007). Relajación en el aula: recursos para la educación emocional. Colección Educación Emocional y en valores. Wolters Kluwer. Madrid.

RAICH, R. (2000). Imagen corporal. Conocer y valorar el propio cuerpo. Pirámide. Madrid.

Bibliografia ampliada/complementària

- Abozzi (1997). La relajación creativa. Martínez Roca. Barcelona.
- Biscarri, J. La formación permanente de los profesores: Motivaciones y condicionantes. Lleida. Institut d'Estudis Ilerdencs 1993.
- Biscarri, J. Las solicitudes de excedencia de los maestros como respuesta a la falta de una carrera docente. Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado, 24, 161-172, 1995.
- Biscarri, J. De l'antic BUP a la nova ESO: requeriments cognitius per al professorat. GUIX, Elements d'Acció Educativa, 259, 41-43, 1999.
- Biscarri, J. Condicionantes contextuales de las atribuciones de los profesores respecto al rendimiento de sus alumnos. Revista de Educación, 323, 475-492, 2000.
- Blanch, A.; Aluja, A.; Biscarri, J. Síndrome de quemarse en el trabajo (burnout) y estrategias de afrontamiento: un modelo de relaciones estructurales. Revista de Psicología del Trabajo y de las Organizaciones, 18, 57-74, 2002.
- Buendía, José; Ramos, Francisco. Empleo, estrés y salud. Pirámide, 2001.
- Cuenca Álvarez, Rosa. Concepto de riesgos psicosociales. INSHT, 2002.
- Cuenca, R. et al. Introducción a la prevención de riesgos laborales de origen psicosocial. INSHT, 1996.
- Esnaola, I. (2007). Alimentación, autoconcepto e imagen corporal, en Revista de Psicología Social. Vol. 22, Pág. (149-163).
- Esteve, J.M. El malestar docente. Barcelona. Laia, 1987.
- Esteve, J.M. Los profesores ante el cambio social. Barcelona Anthropos, 1995.
- Gil Monte, Pedro R. «Aproximaciones psicosociales y estudios diagnósticos sobre el síndrome de quemarse por el trabajo (burnout)». Psicología del Trabajo y de las organizaciones, vol. 16, núm. 2, 2000.
- Hirigoyen, Marie-France. El acoso moral en el trabajo. Paidós, 2001.
- Hué, C. Bienestar docente y pensamiento emocional. Madrid. Wolters-Kluwer, 2008.
- Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo (INSHT). Notas Técnicas de Prevención, núm. 212, 213, 355, 574, 603, 604 i 703.
- James, J. (2006). El lenguaje corporal: proyectar una imagen positiva. Paidós. Barcelona.
- Moncada, S.; Llorens, C.; Kristensen, T.S. Método ISTAS21 (CoPsoQ): Manual para la evaluación de riesgos psicosociales en el trabajo. Madrid. Istas 2004
- INSHT. Guía técnica para la evaluación y prevención de los riesgos relativos a la utilización de los lugares de trabajo.
- Marchesi, A. Sobre el bienestar de los docentes. Competencias, emociones y valores. Madrid Alianza Editorial, 2007.
- Maslach, C. Inventario burnout de maslach (mbi): síndrome del quemado por estrés laboral. TEA, 1997.
- Leymann, H. When the job becomes unbearable. Working Environment, 1993.
- Ortiz, V.M. Los riesgos de enseñar: la ansiedad de los profesores. Salamanca: Amarú.
- Pedró F. El professorat a Catalunya. Barcelona, Fundació Jaume Bofill, 2008.
- Peiró, J. M. Desencadenantes del estrés laboral. Pirámide, 2000.
- Piñuel y Zabala, Iñaki. Mobbing: como sobrevivir al acoso psicológico en el trabajo. Sal Terrae, 2001.
- Riart, J; Martorell, A. L'estrés laboral dels docents. Malalties que pot provocar i propostes terapèutiques. Barcelona ISEP 2009
- Riart, J. Martorell, A. Els estressors laborals docents i programes pal·liatius. Barcelona ISEP, 2009.
- Vaca, M: (2006). ¡Estoy dentro de mi cuerpo!: el ámbito corporal en la educación y su tratamiento, en Cuadernos de Pedagogía, nº 353, Pág. (26-28).

- Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo (INSHT)
 - <http://www.insht.es>
- Agència Europea per a la Seguretat i la Salut en el Treball
 - <http://es.osha.europa.eu>
- CCOO
 - [http://www.fe.ccoo.es/ensenanza/menu.do?Condiciones_de_Trabajo_\(Sectores_y_Areas\):Salud_Laboral](http://www.fe.ccoo.es/ensenanza/menu.do?Condiciones_de_Trabajo_(Sectores_y_Areas):Salud_Laboral)
- Comissió Europea
 - <http://ec.europa.eu>
- Departament d'Ensenyament
 - <http://www20.gencat.cat/portal/site/ensenyament/menuitem.cbdab11d5a3f9031c65d3082b0c0e1a0/?vgnextoid=cf970e3a22c05210VgnVCM1000008d0c1e0aRCRD&vgnextchannel=cf970e3a22c05210VgnVCM1000008d0c1e0aRCRD&vgnnextfmt=default>
- Departament de Treball i Indústria, Generalitat de Catalunya: Manual per a la identificació i avaluació de riscos laborals
 - http://www.gencat.net/treball/departament/activitat/publicacions/seguretat_salut_laboral/quies/manual_riscos/index.htm
- Metodologia avaluadora ISTAS21
 - http://www.istas.ccoo.es/descargas/m_metodo_istas21.pdf
- FETE-UGT
 - http://www.feteugt.es/1_SALUD_LABORAL_39603/0_Noticias_94133.02.2012
- Prevención Docente
 - <http://www.prevenciondocente.com/indice.htm>
- USTEC
 - <http://www.sindicat.net/salut/index.htm>
 - <http://salutlaboralustec.blogspot.com.es/>