



Any acadèmic	2015-16
Assignatura	11125 - Estrès Laboral en Professionals de la Salut
Grup	Grup 1, 2S
Guia docent	A
Idioma	Català

Identificació de l'assignatura

Assignatura	11125 - Estrès Laboral en Professionals de la Salut
Crèdits	0,72 de presencials (18 hores) 2,28 de no presencials (57 hores) 3 de totals (75 hores).
Grup	Grup 1, 2S (Campus Extens)
Període d'impartició	Segon semestre
Idioma d'impartició	Català

Professors

Professor/a	Horari d'atenció als alumnes					
	Hora d'inici	Hora de fi	Dia	Data d'inici	Data de fi	Despatx
Joana Fornés Vives joana.fornes@uib.es	16:00	17:00	Dimecres	16/09/2015	27/07/2016	C-208 (Ed. Guillem Cifre)

Contextualització

Observacions: 1) Totes les denominacions que en aquest text apareguin en gènere masculí o femení, s'han d'entendre referides indistintament al gènere masculí o femení, segons el sexe del titular de qui es tracti. 2) Aquesta assignatura es desenvolupa sota l'emparament de la LOPD 15/1999, per la qual cosa no es permet cap tipus d'enregistrament de la mateixa sense el permís explícit del professorat. 3) Es recorda que el plagi es considera frau en l'avaluació a tots els efectes, per la qual cosa es regularà per l'establert a l'Article 33 del Reglament Acadèmic.

L'assignatura "Estrès Laboral en Professionals de la Salut" és una assignatura optativa del Màster Universitari d'Investigació en Salut i Qualitat de Vida per la Universitat de les Illes Balears. Forma part de l'itinerari psicosocial i es troba dins el mòdul d'Humanització Clínica i Qualitat de Vida. S'imparteix en el segon semestre i pretén aprofundir en el coneixement i la investigació de l'estrès laboral, així com en els mecanismes per prevenir-lo i afrontar-lo.

Els continguts més rellevants fan referència a diferents aspectes i situacions relacionats amb l'estrès (estímul i conseqüències) i la salut. Investigar aquestes situacions, saber identificar-les i ser capaç d'actuar de manera adient, pot ajudar a prevenir problemes que a la llarga afecten la relació amb els demés, la satisfacció laboral i la pròpia salut personal.

Bona part dels continguts poden estar relacionats amb altres assignatures del Màster, com per exemple, "Comportament social en les organitzacions socio sanitàries" i "Entrenament en habilitats comunicatives i socials" del mòdul d'Humanització Clínica i Salut. Fer ús dels coneixements d'aquestes assignatures i d'altres complementàries, com per exemple les destinades a orientar la recerca bibliogràfica i científica, ajudarà a l'aprofitament de l'assignatura.

Professorat: Joana Fornés. Diplomada en Infermeria i doctora en Psicologia. Catedràtica d'escola universitària d'Infermeria Psiquiàtrica i Salut Mental. Experiència docent en qualitat de vida, salut mental i





Any acadèmic	2015-16
Assignatura	11125 - Estrès Laboral en Professionals de la Salut
Grup	Grup 1, 2S
Guia docent	A
Idioma	Català

psicopatologia des de l'any 1985. Experiència investigadora acreditada (CNEAI) en l'àmbit de personalitat i estrès, especialment estrès laboral, burnout i mobbing.

Requisits

Essencials

Títol de Grau

Recomanables

- _ Nivell d'anglès per fer recerca bibliogràfica amb aquest idioma i lectures de texts.
- _ Actitud cooperativa per poder treballar en equip.
- _ Esperit crític, capacitat d'anàlisi i síntesi.

Competències

L'assignatura Estrès Laboral en Professionals de la Salut té el propòsit de contribuir a l'adquisició de les competències que s'indiquen a continuació.

Específiques

- * CE2. Capacitat per analitzar críticament la realitat (polítiques, cultures, problemes i recursos) dels diferents contextos de la salut i la qualitat de vida..
- * CE6. Capacitat per descriure i raonar críticament sobre diferents models d'anàlisi, intervenció i avaluació en salut i qualitat de vida..
- * CE8. Capacitat per conèixer i avaluar diferents factors relacionats amb la salut i la qualitat de vida i aplicar les habilitats adquirides, en la millora de la investigació i la intervenció en salut..

Genèriques

- * CG1. Capacitat per realitzar reflexions i raonaments crítics, analitzar la informació científica i sintetitzar-la..
- * CG2. Capacitat per treballar en equip, i especialment en equips multidisciplinaris..

Bàsiques

- * Podeu consultar les competències bàsiques que l'estudiant ha d'haver assolit en acabar el màster a l'adreça següent: http://estudis.uib.cat/master/comp_basiques/

Continguts

S'espera que els continguts d'aquesta matèria facilitin la consecució dels resultats d'aprenentatge següents:

1. Realitzar un raonament crític sobre models teòrics relacionats amb l'estrès laboral.



Any acadèmic	2015-16
Assignatura	11125 - Estrès Laboral en Professionals de la Salut
Grup	Grup 1, 2S
Guia docent	A
Idioma	Català

2. Identificar diferents factors relacionats amb l'estrès laboral.
3. Descriure mesures de prevenció i intervenció de l'estrès laboral.
4. Avaluar conseqüències de l'estrès laboral.
5. Proposar estratègies de prevenció-afrontament en situacions específiques d'estrès laboral.

Aquests continguts es distribueixen a través dels temes que es detallen a continuació.

Continguts temàtics

BLOC I. Models teòrics relacionats amb l'estrès laboral.

- _ Breu recordatori dels principals conceptes i definicions relacionades amb l'estrès laboral. Evidència científica relacionada.
- _ Perspectives teòriques d'estudi i abordatge de l'estrès laboral.

BLOC II. Factors/variables (personals i contextuals) relacionats amb l'estrès laboral.

- _ Variables implicades en l'estrès laboral.
- _ Respostes i conseqüències de l'estrès laboral.
- _ L'assetjament psicològic com a font d'estrès laboral.

BLOC III. Estrès laboral i qualitat de vida en el treball: Instruments de mesura i evidència científica d'estratègies de prevenció-control.

- _ Instruments de mesura de l'estrès laboral.
- _ Estratègies de prevenció i control personal.
- _ Estratègies de prevenció i control institucional.

Metodologia docent

En aquest apartat es descriuen les activitats de treball presencial i no presencial (o autònom) previstes amb l'objecte de poder desenvolupar i avaluar les competències establertes anteriorment.

S'intentarà que sigui una metodologia pràctica i participativa, on l'alumne a més d'analitzar la seva situació personal i la del seu entorn, reflexioni, analitzi i proposi, alternatives viables per investigar, gestionar/afrontar l'estrès i/o intervenir en programes de millora de la qualitat de vida a l'àmbit laboral.

Després de breus exposicions teòriques per part del professorat, s'animarà i orientarà a l'alumne per realitzar recerques bibliogràfiques i lectures crítiques sobre la temàtica de l'assignatura. Aquestes activitats es complementaran amb debats grupals a l'aula i/o la presentació de memòries a través de la plataforma Moodle de l'assignatura.

Activitats de treball presencial

Modalitat	Nom	Tip. agr.	Descripció	Hores
Classes teòriques	Lliçó magistral	Grup gran (G)	Amb la finalitat d'adquirir els coneixements essencials de la matèria, mitjançant el mètode expositiu, la professora explicarà els continguts més importants de les unitats didàctiques. També es realitzarà un comentari sobre el mètode de treball aconsellat i el material didàctic que ha d'utilitzar l'alumne per preparar de forma autònoma els continguts. L'assistència i participació activa a les classes es tindrà en compte en la nota final.	8

Any acadèmic	2015-16
Assignatura	11125 - Estrès Laboral en Professionals de la Salut
Grup	Grup 1, 2S
Guia docent	A
Idioma	Català

Modalitat	Nom	Tip. agr.	Descripció	Hores
			Al finalitzar l'assignatura, s'elaborarà i presentarà un resum de les lectures treballades. A principi de curs la professora explicarà les pautes i condicions de presentació dels resums.	
Seminaris i tallers	Lectura i discussió científica	Grup mitjà (M)	<p>Pretén fomentar la lectura crítica, la reflexió i l'argumentació raonada sobre l'estrès i les seves conseqüències. Consistiran en lectures recomanades per la professora, realitzades prèviament a la data de la sessió. A principi de curs i en funció del nombre d'alumnes matriculats, es constituïràn grups i s'assignaran lectures específiques per a la seva exposició i debat. Amb la participació de tots els membres presents a la sessió es farà un debat crític i constructiu de la temàtica a treballar. La participació activa a les sessions influirà en la nota final.</p> <p>Al finalitzar l'assignatura s'elaborarà i presentarà un resum de les lectures treballades abans del 31 de maig. A principi de curs la professora explicarà les pautes i condicions de presentació del resum.</p>	4
Tutories ECTS	Tutoria grupal	Grup mitjà (M)	Activitat programada i obligatòria que te com a finalitat orientar a l'alumne per assolir competències de l'assignatura.	2
Tutories ECTS	Tutoria individual	Grup petit (P)	Activitat que te com a finalitat orientar a l'alumne per assolir competències de l'assignatura, aclarir dubtes i fer un seguiment del seu progrès.	2
Avaluació	Prova objectiva	Grup gran (G)	Es realitzarà un examen global del contingut de l'assignatura. Pot consistir en una prova objectiva i/o preguntes a desenvolupar.	2

A començament del semestre hi haurà a disposició dels estudiants el cronograma de l'assignatura a través de la plataforma UIBdigital. Aquest cronograma inclourà almenys les dates en què es faran les proves d'avaluació contínua i les dates de lliurament dels treballs. A més, el professor o la professora informará els estudiants si el pla de treball de l'assignatura es durà a terme a través del cronograma o per una altra via, inclosa la plataforma Campus Extens.

Activitats de treball no presencial

Modalitat	Nom	Descripció	Hores
Estudi i treball autònom individual	Preparació informes / memòries	Amb la finalitat de treballar les competències d'identificació, classificació i anàlisi dels factors relacionats amb l'estrès, aquesta activitat consistirà en la redacció i presentació d'informes/memòries sobre qüestions plantejades per la professora al inici el curs. Els informes es lliuraran a través de la plataforma Moodle de l'assignatura abans del 31 de maig, amb les condicions que s'especifiquin a principi de curs.	15
Estudi i treball autònom individual	Preparació unitats didàctiques	La finalitat es que l'alumne aprofundeixi en la matèria a través de l'estudi personal i de les lectures recomanades.	42

Any acadèmic	2015-16
Assignatura	11125 - Estrès Laboral en Professionals de la Salut
Grup	Grup 1, 2S
Guia docent	A
Idioma	Català

Riscs específics i mesures de protecció

Les activitats d'aprenentatge d'aquesta assignatura no comporten riscos específics per a la seguretat i salut dels alumnes i, per tant, no cal adoptar mesures de protecció especials.

Avaluació de l'aprenentatge dels estudiants

Les competències establertes a l'assignatura seran valorades mitjançant l'aplicació d'una sèrie de procediments d'avaluació. A la taula del present apartat es descriu per a cada procediment d'avaluació, la tipologia (recuperable: R, no recuperable: NR), els criteris d'avaluació i el seu pes en la qualificació de l'assignatura.

L'alumne obtindrà una qualificació numèrica entre 0 i 10 per a cada activitat avaluativa, la qual serà ponderada segons el seu pes, a fi d'obtenir la qualificació global de l'assignatura.

Requisits per superar l'assignatura:

1. Obtenir un mínim de 5 punts sobre 10 mitjançant la suma ponderada de totes les activitats realitzades.
2. Assistència a un mínim del 80% de les classes y seminaris.

Lectura i discussió científica

Modalitat	Seminaris i tallers
Tècnica	Treballs i projectes (no recuperable)
Descripció	Pretén fomentar la lectura crítica, la reflexió i l'argumentació raonada sobre l'estrès i les seves conseqüències. Consistiran en lectures recomanades per la professora, realitzades prèviament a la data de la sessió. A principi de curs i en funció del nombre d'alumnes matriculats, es constituïran grups i s'assignaran lectures específiques per a la seva exposició i debat. Amb la participació de tots els membres presents a la sessió es farà un debat crític i constructiu de la temàtica a treballar. La participació activa a les sessions influirà en la nota final. Al finalitzar l'assignatura s'elaborarà i presentarà un resum de les lectures treballades abans del 31 de maig. A principi de curs la professora explicarà les pautes i condicions de presentació del resum.
Criteris d'avaluació	<ul style="list-style-type: none">_ Participació activa a les classes i discussions._ Coherència i claredat de les exposicions._ Grau de preparació de la matèria._ Argumentació raonada i crítica constructiva del tema de discussió._ Estructura coherent del resum presentat i seguiment de les pautes recomanades.

Percentatge de la qualificació final: 35%

Prova objectiva

Modalitat	Avaluació
Tècnica	Altres procediments (recuperable)
Descripció	Es realitzarà un examen global del contingut de l'assignatura. Pot consistir en una prova objectiva i/o preguntes a desenvolupar.
Criteris d'avaluació	<ul style="list-style-type: none">_ Adequació de les respostes a les qüestions plantejades.



Any acadèmic	2015-16
Assignatura	11125 - Estrès Laboral en Professionals de la Salut
Grup	Grup 1, 2S
Guia docent	A
Idioma	Català

- _ Consistirà en proves objectives i/o preguntes a desenvolupar.
- _ Poden entrar qüestions relatives al temari i a les lectures obligatòries.

Percentatge de la qualificació final: 50%

Preparació informes / memòries

Modalitat	Estudi i treball autònom individual
Tècnica	Informes o memòries de pràctiques (recuperable)
Descripció	Amb la finalitat de treballar les competències d'identificació, classificació i anàlisi dels factors relacionats amb l'estrès, aquesta activitat consistirà en la redacció i presentació d'informes/memòries sobre qüestions plantejades per la professora al inici el curs. Els informes es lliuraran a través de la plataforma Moodle de l'assignatura abans del 31 de maig, amb les condicions que s'especifiquin a principi de curs.
Críteris d'avaluació	<ul style="list-style-type: none">_ Presentació del treball._ Estructura del contingut._ Identificació correcta de les qüestions plantejades._ Propostes adients de correcció o millora de les fonts i/o respostes d'estrès.

Percentatge de la qualificació final: 15%

Recursos, bibliografia i documentació complementària

A l'inici de curs l'alumne tindrà a la seva disposició una sèrie de recursos d'interès per a la seva formació i seguiment de l'assignatura, com: bibliografia actualitzada, documents electrònics sobre la matèria i enllaços d'interès a Internet. Aquesta informació es penjarà a la plataforma Moodle de l'assignatura.

