

SESSÃO SOBRE RISCOS PSICOSSOCIAIS

FACILITADORES: ACT – Filipa Correia e Paulo Saraiva

PÚBLICO-ALVO: Colaboradores da IGAC e restantes trabalhadores do Palácio Foz

DATA: 19/21/22-jun-2018

HORÁRIO: 10h30 - 13h00

LOCAL: Biblioteca do MND

CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS

Introdução

- ✓ Apresentação da ACT, missão e competências

Objetivos gerais

- ✓ Compreender quais os riscos emergentes no setor público (riscos psicossociais)

Objetivos específicos

- ✓ Compreender o conceito de stresse ocupacional
- ✓ Compreender quais são os fatores de risco psicossocial (preditores de stresse)
- ✓ Entender quais os efeitos da exposição continuada a fatores preditores de stresse
- ✓ Identificar os preditores de bem-estar organizacional
- ✓ Identificar os benefícios da gestão do stresse ocupacional
- ✓ Conhecer medidas de prevenção e gestão do stresse
- ✓ Identificar as técnicas individuais de gestão do stresse