

**FITXA IDENTIFICATIVA****Dades de l'Assignatura**

Codi	42743
Nom	Qualitat de vida laboral i benestar psicològic
Cicle	Màster
Crèdits ECTS	3.0
Curs acadèmic	2020 - 2021

Titulació/titulacions

Titulació	Centre	Curs	Període
2126 - M.U. Direcció i Gestió de Recursos Humans 12-V.2	Facultat de Ciències Socials	1	Segon quadrimestre

Matèries

Titulació	Matèria	Caràcter
2126 - M.U. Direcció i Gestió de Recursos Humans 12-V.2	3 - Funcions de la gestió de recursos humans	Obligatòria

Coordinació

Nom	Departament
MOLINER CANTOS, CAROLINA P.	306 - Psicologia Social

RESUM

La "Qualitat de vida laboral i benestar psicològic" és una assignatura de caràcter obligatori i quadrimestral, que s'imparteix en el segon semestre del primer curs del "Màster en Direcció i Gestió de Recursos Humans". Consta d'un total de 3 crèdits ECTS.

Aquesta assignatura pretén proporcionar a l'alumne els coneixements relacionats amb el benestar del treballador i la qualitat de vida laboral necessaris per dur a terme una adequada activitat professional en gestió de recursos humans.



CONEIXEMENTS PREVIS

Relació amb altres assignatures de la mateixa titulació

No heu especificat les restriccions de matrícula amb altres assignatures del pla d'estudis.

Altres tipus de requisits

Els/les alumnes/as hauran de tenir els coneixements inclosos en els programes oficials de les titulacions requerides per accedir a aquest programa de postgrau.

COMPETÈNCIES

2126 - M.U. Direcció i Gestió de Recursos Humans 12-V.2

- Que els estudiants sàpiguen aplicar els coneixements adquirits i la seua capacitat de resolució de problemes en entorns nous o poc coneguts dins de contextos més amplis (o multidisciplinaris) relacionats amb la seua àrea d'estudi.
- Que els estudiants siguen capaços d'integrar coneixements i afrontar la complexitat de formular judicis a partir d'una informació que, sent incompleta o limitada, incloga reflexions sobre les responsabilitats socials i ètiques vinculades a l'aplicació dels seus coneixements i judicis.
- Que els estudiants sàpiguen comunicar les conclusions (i els coneixements i les raons últimes que les sustenten) a públics especialitzats i no especialitzats d'una manera clara i sense ambigüitats.
- Que els estudiants posseïsquen les habilitats d'aprenentatge que els permeten continuar estudiant d'una forma que haurà de ser en gran manera autodirigida o autònoma.
- Que els/les estudiants siguen capaços d'iniciar, dirigir, promoure i facilitar les interaccions, així com per a dirigir grups de persones.
- Que els/les estudiants siguen capaços de preparar informes i realitzar presentacions orals relacionats amb la direcció i gestió de recursos humans.
- Que els/les estudiants siguen capaços de desenvolupar una capacitat assertiva i de negociació. Això significa ser capaç de dur a terme negociacions relacionades amb la direcció i gestió de recursos humans, així com ser capaç de realitzar una activitat de mediació que facilite una adequada direcció i gestió de recursos humans.
- Que els/les estudiants estiguen preparats per a l'aprenentatge continu i el autodesenvolupament. L'individu desenvolupa la capacitat d'incorporar nous coneixements, habilitats i competències professionals.
- Que els/les estudiants siguen capaços de llegir un text normatiu o una decisió aplicativa, de manera crítica i inferint les seues conseqüències en l'àmbit de l'empresa.
- Que els/les estudiants siguen capaços de conèixer els conceptes bàsics de legislació laboral i de protecció social necessaris per a la comprensió dels continguts del màster i a l'hora d'exercir tasques de gestió i direcció de recursos humans.



- Que els/les estudiants siguen capaços de conèixer les característiques fonamentals del mercat de treball a Espanya, les seves tendències i canvis estructurals.
- Que els/les estudiants siguen capaços de planificar, implantar, desenvolupar i avaluar una gestió de recursos humans d'acord amb models i procediments científics i que complisca amb els criteris ètics de la professió.
- Que els/les estudiants siguen capaços de dissenyar i gestionar programes d'acolliment per al nou personal que s'incorpora a l'organització, així com per a dissenyar i implantar programes d'igualtat d'oportunitats, promoure la qualitat de vida i el desenvolupament professional en el treball.
- Que els/les estudiants siguen capaços d'interpretar i aplicar la normativa laboral, de salut laboral i de protecció social en la mesura en què afecte els recursos humans de l'empresa.

RESULTATS DE L'APRENENTATGE

Els/les estudiants profunditzaran, en un nivell avançat, en els processos involucrats en les funcions de la gestió de recursos humans. Sabran utilitzar mètodes per a la millora de la qualitat de vida i el benestar psicològic en el treball.

DESCRIPCIÓ DE CONTINGUTS

1. Qualitat de vida laboral i Psicologia de la Salut Ocupacional

La disciplina "Psicologia de la Salut Ocupacional". Concepte de qualitat de vida laboral. Qualitat de vida laboral com a filosofia de gestió organitzacional. Qualitat de vida laboral i salut ocupacional.

2. L'estrès laboral

Què és l'estrès laboral. Antecedents, mediadors i conseqüents de l'estrès. Estratègies d'afrontament. Estrès individual i col·lectiu. L'estrès des de la Psicologia Positiva. La prevenció de l'estrès.

3. La síndrome de cremar-se pel treball

La síndrome de cremar-se pel treball (burnout) i la implicació psicològica (engagement). Antecedents, conseqüències i estratègies d'intervenció

4. L'assetjament psicològic en el treball

Definició d'assetjament psicològic. Causes, conseqüències. Estratègies d'intervenció.

**5. L'equilibri treball-família.**

Concepte d'equilibri treball-família. Causes, conseqüències del conflicte treball-família. Estratègies d'intervenció.

VOLUM DE TREBALL

ACTIVITAT	Hores	% Presencial
Classes de teoria	18,00	100
Tutories reglades	6,00	100
Pràctiques en aula	6,00	100
Elaboració de treballs en grup	10,00	0
Elaboració de treballs individuals	10,00	0
Estudi i treball autònom	10,00	0
Preparació d'activitats d'avaluació	10,00	0
Preparació de classes de teoria	5,00	0
TOTAL	75,00	

METODOLOGIA DOCENT

Donat el caràcter teòric i pràctic o aplicat de les competències a adquirir, la metodologia d'ensenyament-aprenentatge a utilitzar constarà d'un conjunt de sessions teòriques, utilitzant la lliçó magistral participativa (exposició a càrrec del/la professor/a i participació dels/de les estudiants), organització de seminaris i activitats pràctiques supervisades pel/per la professor/a (resolució de casos, pràctiques a l'aula, presentació de treballs ...).

AVALUACIÓ

S'avaluarà el treball individual i en equip realitzat pels / per les estudiants, tant pel que fa a l'adquisició de competències genèriques com en relació amb els coneixements propis del mòdul. S'utilitzaran els següents sistemes d'avaluació:

SE1 Se realitzarà una prova objectiva o semiobjectiva (80% de la nota)

SE2 S'avaluarà a través de l'observació del professor, l'actitud dels / les estudiants en el desenvolupament de les tasques i activitats relacionades amb les competències (10% de la nota). S'avaluarà també la participació i implicació dels/les estudiants a través dels debats o presentacions orals a l'aula (10% de la nota)

Per a sumar la nota de l'avaluació SE2, a la nota del sistema SE1, l'estudiant haurà d'obtenir almenys un 5 sobre 10 en la prova objectiva o semiobjectiva (SE1)



Per les característiques pròpies d'un sistema d'avaluació contínua, el sistema d'avaluació SE2 no és recuperable en segona convocatòria.

REFERÈNCIES

Bàsiques

- Agencia Europea para la Seguridad y Salud en el Trabajo. (2002). Acoso moral en el trabajo. Luxemburgo: Oficina de Publicaciones Oficiales de las Comunidades Europeas. Retrieved November 21, 2008, from <http://osha.europa.eu/es/publications/factsheets/23>
- Calera, A. A., Esteve, L., Torada, R., Roel, J. M., Uberti-Bona, V., & Rodrigo, F. (2006). Factores psicosociales y estrés. En Instituto Sindical de Trabajo, Ambiente y Salud (ISTAS) (Ed.), La prevención de riesgos en los lugares de trabajo. Guía para una intervención sindical (4ª ed., pp. 303-320). Paralelo Edición S.A.
Disponibile en: [http://www.psicologiaincientifica.com/bv/psicologia-78-1-el-sindrome-de-quemarse-por-el-trabajo-\(sindrome-de-burnout\).html](http://www.psicologiaincientifica.com/bv/psicologia-78-1-el-sindrome-de-quemarse-por-el-trabajo-(sindrome-de-burnout).html)
- Dolan, S., García, S., Díez-Piñol, M. (2005). Autoestima, estrés y trabajo. McGraw Hill.
- Fornés, J. (2002). Mobbing: La violencia psicológica como fuente de estrés laboral. [Electronic version]. Enfermería Global, 1, 1-10.
- Frone, M. R. (2003). Work-family balance. In J. C. Quick, & L. E. Tetrick (Eds.), Handbook of occupational health psychology (Vol. 7, pp. 143-162)
- Gil-Monte, P. (2001). El síndrome de quemarse por el trabajo (síndrome de burnout): aproximaciones teóricas para su explicación y recomendaciones para la intervención. Revista Psicología Científica.com, 3(5).
- Góngora, J. J., Lahera, M., & Rivas, M. L. (2002). Acoso psicológico en el trabajo. "mobbing"

Complementàries

- Cooper, C. L., Dewe, P. J., & O'Driscoll, M. P. (2001). Organizational stress: A review and critique of 14 theory, research, and applications (Foundations for organizational science). Thousand Oaks, CA, US: Sage Publications
- Corral, A., & Isusi, I. (2005). Quality of life in the Spanish workplace. Dublin: European Foundation for the Improvement of Living and Working Conditions
- Di Martino, V., & Musri, M. (2001). Guidance for the prevention of stress and violence at the workplace. Lumpur: Department of Occupational Safety and Health Malaysia.
- European Foundation for the Improvement of living and working Conditions (2008) Quality of life in the Spanish workplace. www.eurofound.eu.int
- Hakim, C. (2005). Modelos de familia en las sociedades modernas: Ideales y realidades. Madrid: Centro de investigaciones sociológicas
- Korabik, K., Lero, D. S., & Whitehead, D. L. (2008). Handbook of work-family integration: Research, theory, and best practices. Amsterdam: Academic Press
- Moreno-Jiménez, B., Rodríguez Muñoz, A., Garrosa Hernández, E., & Morante Benadero, M. E. (2004). Acoso psicológico en el trabajo: Una aproximación organizacional. [Workplace mobbing: An organisational approach] Revista de Psicología del Trabajo y de las Organizaciones, 20(3), 277-289
- Parcel, T. L. (2006). Managing work and family: Insights from Europe and the United States. Work and



Occupatio

ADDENDA COVID-19

Aquesta addenda només s'activarà si la situació sanitària ho requereix i previ acord del Consell de Govern

1. 1. Continguts/Contenidos

Es mantenen els continguts definits en la guia docent original. Els continguts es distribuïran segons els diferents tipus de sessions en funció de les restriccions que estableixca la situació d'emergència sanitària (presencials, videoconferència síncrona i per videoconferència asíncrona o mitjançant presentacions locutades).

Se mantienen los contenidos definidos en la guía docente original. Los contenidos se distribuirán según los distintos tipos de sesiones en función de las restricciones que establezca la situación de emergencia sanitaria (presenciales, videoconferencia síncrona y por videoconferencia asíncrona o mediante presentaciones locutadas).

2. Volum de treball i planificació temporal de la docència/Volumen de Trabajo

Es mantenen les activitats i volum de treball de la guia docent original. La planificació de sessions s'especificarà a principi de curs. Es mantenen les sessions en els dies i hores programades. El grup es dividirà en grup A i B i les sessions presencials seran en setmanes alternes per a cada un dels grups.

Se mantienen las actividades y volumen de trabajo de la guía docente original. La planificación de sesiones se especificará a principio de curso. Se mantienen las sesiones en los días y horas programadas. El grupo se dividirá en dos subgrupos, A y B, y las sesiones presenciales serán en semanas alternas para cada uno de los grupos.

3. Metodología docent/Metodología docente

PER A TOTS ELS ESTUDIANTS - Es dividirà el grup en dos subgrups, A y B, i aniran a classe en setmanes alternes. - El grup amb docència no presencial realitzarà activitats pràctiques individuals i grupals i / o seguirà les classes presencials per videoconferència. - Les tutories individuals i grupals es realitzaran de forma virtual.



PER A ESTUDIANTS VULNERABLES O AFECTATS S'adaptarà la metodologia a les següents activitats no presencials: - Seguir classes per videoconferència síncrona - Treballs individuals assignats - Tutoria per videoconferència - Desenvolupament de projecte individual

En cas que la situació sanitària imposés que la totalitat de la docència es desenvolupés en línia, se substituiran totes les sessions per pujada de materials a Aula virtual, videoconferència síncrona i/o transparències locutades. En el cas de les activitats pràctiques, es garantirà la interacció amb estudiants mitjançant videoconferència o fòrum o xat en aula virtual.

PARA TODOS LOS ESTUDIANTES - Se dividirá el grupo en dos subgrupos, A y B, que irán a clase en semanas alternas. - El subgrupo con docencia no presencial realizará actividades prácticas individuales y grupales y / o seguirá las clases presenciales por videoconferencia. - Las tutorías individuales y grupales se realizarán de forma virtual.

PARA ESTUDIANTES VULNERABLES O AFECTADOS Se adaptará la metodología a sus particulares necesidades mediante la utilización de los siguientes tipos de actividades no presenciales: - Clases por videoconferencia síncrona, asíncrona y/o presentaciones locutadas - Trabajos individuales- Tutoría por videoconferencia - Desarrollo de un proyecto individual.

En caso de que la situación sanitaria impusiera que la totalidad de la docencia se desarrollara en línea, se sustituirán todas las sesiones presenciales por la subida de materiales a Aula virtual, por videoconferencias síncronas y/o presentaciones locutadas. En el caso de las actividades prácticas, se garantizará la interacción con estudiantes mediante videoconferencia y/o foro o chat en aula virtual.

4. Avaluació/Evaluación

Es mantenen els criteris de la guia docent pel que fa a la ponderació de l'avaluació de cada tipus d'activitat. En cas d'estudiants vulnerable o afectat, la proporció de qualificació de les activitats de grup avaluables es traslladarà a activitats individuals, sempre que no els sigui possible treballar en equip de forma virtual.

La prova final es desenvoluparà de forma presencial d'acord amb les previsions de la guia docent. Per al cas que, en algun moment, per imperatius sanitaris, l'avaluació presencial no fóra possible, es realitzarà a distància a través de les ferramentes informàtiques disponibles.



Se mantienen los criterios de la guía docente en cuanto a la ponderación de la evaluación de cada tipo de actividad. En caso de estudiantes vulnerable o afectado, la proporción de calificación de las actividades de grupo evaluables se trasladará a actividades individuales, siempre que no les sea posible trabajar en equipo de forma virtual.

La prueba final se desarrollará de manera presencial según las previsiones de la guía docente. En el caso que en algún momento, por imperativo sanitario, la evaluación presencial no fuera posible, se realizará a distancia a través de las herramientas informáticas disponibles.

5. Bibliografía/Bibliografia

Es manté la bibliografia existent en la guia docent. Si la situació sanitària imposés tancament de biblioteques, es facilitaria material de suport a través de l'aula virtual.

Se mantiene la bibliografía recogida en la guía docente. Si la situación sanitaria impusiera cierre de bibliotecas, se facilitaría material complementario de apoyo a través del aula virtual.