

Talleres Sobre Estrategias de Afrontamiento

MARÍA POZAS GARCÍA.

Coordinadora de Programas. Fundación CESMA
Proyecto Hombre Málaga

DESCRIPCIÓN DE LA BUENA PRÁCTICA

Actividades innovadoras

En estos talleres se ofrecen estrategias cognitivas y conductuales para la gestión del estrés laboral. Estas estrategias se desarrollarán para manejar las demandas específicas, externas y/o internas, que son evaluadas como desbordantes en el en-

torno laboral, para las personas a las que atendemos.

Impacto

El impacto del desarrollo de estrategias para la gestión del estrés laboral no sólo evita los efectos negativos de éste, sino que también aporta resultados positivos como una mayor productividad, mejor salud y mayor sensación de bienestar en general.

Se han atendido 222 personas, 160 hombres y 62 mujeres.

Se incorporan al mercado laboral 52 personas.

75 personas ya estaban incorporadas al mercado laboral al inicio del Programa, 62 de ellas adquieren mayores competencias, mayor responsabilidad o promocionan.

95 personas que no se incorporan al mercado laboral, 29 de ellas obtienen cualificación.



222 personas atendidas
160 hombres y 62 mujeres

