



ESCUELA DE  
**PSICOLOGÍA**  
**ORGANIZACIONAL**

**CURSO CERTIFICADO**

# Curso: Estrés Laboral y Síndrome de Burnout: Abordaje psicológico efectivo



## MÓDULO 1

73 minutos de material videograbado

### Introducción

#### Contenidos:

- 1.1 Bienvenida
- 1.2 Definiciones y antecedentes históricos del estrés
- 1.3 Modelos del estrés parte I
- 1.4 Modelos del estrés parte II
- 1.5 Tipos de estrés: Eustrés y distrés
- 1.6 Fuente, errores cognitivos y variables disposicionales del estrés parte I
- 1.7 Fuente, errores cognitivos y variables disposicionales del estrés parte II

## MÓDULO 2

38 minutos de material videograbado

### Estrés laboral

#### Contenidos:

- 2.1 Definiciones
- 2.2 Causas del estrés laboral
- 2.3 Modelos del estrés laboral
- 2.4 Instrumentos de estrés laboral

## MÓDULO 3

40 minutos de material videograbado

### Burnout

#### Contenidos:

- 3.1 Definiciones y dimensiones del burnout
- 3.2 Modelos teóricos del burnout
- 3.3 Variables personales del burnout
- 3.4 Variables predisponentes del burnout

## MÓDULO 4

56 minutos de material videograbado

### Afrontamiento y Prevención

#### Contenidos:

- 4.1 Conceptos básicos sobre el afrontamiento
- 4.2 Modelos teóricos sobre el afrontamiento
- 4.3 Medición del afrontamiento
- 4.4 Factores preventivos
- 4.5 Estrategias y recursos de afrontamiento



**Modalidad:**  
Asincrónico  
**¡Estudia a tu ritmo!**



**Certificado:**  
por 08 horas

**Mg. Ps. Andrés Moyano Baccelliere**  
Docente



- Psicólogo social y de las organizaciones, Universidad de Santiago de Chile.
- Magister en Administración y Dirección de Recursos Humanos, Universidad de Santiago de Chile.
- Diplomado en Estrategias para la Gestión de la Diversidad e Inclusión, Universidad Adolfo Ibáñez.
- Certificate Fostering Diversity and Inclusion, Yale University.
- Director General, Imagine Consulting SCL.

**COMPRA AQUÍ**  
EL CURSO

