

INFORMA

nº 456

PROYECTO ESTAFOR, DE LA FEDERACIÓN DE ENSEÑANZA DE USO

Estrategias para frenar el estrés de los docentes

El proyecto ESTAFOR, de FEUSO, ha diseñado un modelo que incluye acciones de mejora y desarrollo de los recursos y habilidades de afrontamiento personales ante los riesgos psicosociales, además de prestar apoyo pedagógico para la formación. Nuestro objetivo es “Una buena salud de los trabajadores = Una buena salud de la empresa”.

Por eso, desde FEUSO ofrecemos a todos los centros docentes una jornada formativa en la que se explican materiales, herramientas y documentación específica de formación para la mejora de las habilidades y recursos del profesorado ante el estrés.

La experiencia del proyecto en estos últimos años ha sido muy positiva. En los centros donde se ha expuesto, el Proyecto ha tenido muy buena acogida y, por las informaciones que hemos recibido los maestros y profesores han valorado como muy buenas estas herramientas, ya que han conseguido mejorar su calidad de vida tanto personal como laboral, que es uno de nuestros objetivos.

Esta jornada de formación del Proyecto ESTAFOR puede estar incluida dentro de su plan de formación en materia de prevención de riesgos psicosociales. La realización de la jornada incluye un certificado acreditativo.

ESTAFOR es un método para aplicar cuando el estrés es generado por el trabajo, no por causas externas al mundo laboral.

Si estás interesado/a en este Proyecto y deseas más información, puedes ponerte en contacto con el responsable de FEUSO de tu zona o con el correo f.ense@feuso.es



OBJETIVOS DEL PROYECTO ESTAFOR

- Sensibilizar para mejorar la calidad de vida laboral de los docentes.
- Interés por saber cuál es el estado general del sector en cuanto al estrés, al Síndrome de Burnout...
- Necesidad de dar herramientas a los trabajadores para poder trabajar de forma saludable.
- Dar la posibilidad a los docentes de autoformarse en la prevención de la gestión del estrés.
- Aplicar la Ley de Prevención de Riesgos, sobre todo en cuanto a los riesgos psicosociales.
- Favorecer el buen clima en las escuelas.
- Ampliar los cursos de formación continua, teniendo en cuenta que el modelo de autoformación ESTAFOR es compatible y complementario al modelo de formación presencial que se pueda hacer en las escuelas referente a la formación en materia de riesgos laborales: cursos de técnicas de relajación, gestión del estrés, mediación, gestión de conflictos, primeros auxilios...