

A background image showing a person's hand using a computer mouse. The image is overlaid with a semi-transparent grey rounded rectangle containing the title. A decorative graphic of seven white circles of varying sizes is arranged in a vertical line on the right side of the page. The text 'guía didáctica' is repeated in a light grey font across the background.

Trabajo en equipo y gestión del estrés

Objetivos

□ **Objetivos generales**

- Estudiar qué es un equipo de trabajo y qué significa trabajar en equipo.
- Conocer las dimensiones de un equipo de trabajo.
- Saber cómo facilitar la cohesión de un equipo.
- Explicar las diferentes fases por las que pasa un equipo de trabajo.
- Estudiar las habilidades necesarias para una comunicación eficaz.
- Conocer los mecanismos de seguimiento y coordinación de un equipo de seguridad privada.
- Saber qué es el estrés y conocer los aspectos personales y psicosociales.
- Estudiar diferentes estrategias de gestión del estrés.
- Sentar las bases de la organización del trabajo.

□ **Objetivos específicos**

- Tener conocimiento sobre las buenas prácticas medioambientales.
- Conocer las actuaciones para garantizar un desarrollo sostenible.

Contenidos

Trabajo en equipo y gestión del estrés	Tiempo estimado
<p>Unidad 1: Trabajo en equipo para vigilantes de seguridad.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Equipo de seguridad privada. • Habilidades para una comunicación eficaz. • Mecanismos de seguimiento y coordinación de un equipo de seguridad privada. 	
Examen UA 01	30 minutos
Actividad de Evaluación UA 01: Condiciones para trabajar en Equipo	30 minutos
Tiempo total de la unidad	9 horas
<p>Unidad 2: Control del estrés.</p> <ul style="list-style-type: none"> • ¿Qué es el estrés? Aspectos personales y psicosociales. • Estrategias de gestión del estrés. • Bases de la organización del trabajo. 	
Examen UA 02	30 minutos
Actividad de Evaluación UA 02: Prevención del estrés	30 minutos
Tiempo total de la unidad	9. 30 horas
<p>Unidad 3: Buenas prácticas medioambientales.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Vídeo: Buenas prácticas medioambientales. 	
Examen UA 03	30 minutos
Tiempo total de la unidad	1 hora
Examen final / Evaluación final	30 minutos
3 unidades	20 horas