Universidad Zaragoza

Curso Académico: 2021/22

68857 - Bienestar Laboral y Organizaciones Saludables

Información del Plan Docente

Año académico: 2021/22
Asignatura: 68857 - Bienestar Laboral y Organizaciones Saludables
Centro académico: 108 - Facultad de Ciencias Sociales y del Trabajo
Titulación: 632 - Máster Universitario en Gestión Estratégica de Recursos Humanos
Créditos: 6.0
Curso: 1
Periodo de impartición: Segundo semestre
Clase de asignatura: Obligatoria
Materia:

1. Información Básica

1.1. Objetivos de la asignatura

La pertinencia de esta asignatura dentro del plan de estudios se fundamenta en el hecho de que las empresas y organizaciones son cada vez más conscientes de que el fomento del bienestar laboral de los trabajadores tiene un impacto directo en la mejora del negocio, no solo de cara a la disminución del absentismo, sino también en el aumento de la productividad y del compromiso laboral. Por eso, en esta asignatura se plantean varios objetivos. En primer lugar, se propone que el alumnado conozca y comprenda el sistema de gestión de la prevención de riesgos laborales en la organización y que sea competente para valorar los riesgos emergentes e integrarlos en el sistema de gestión de la prevención de riesgos laborales. Tras ello, se capacitará al estudiante en la identificación e intervención en los factores protectores y de riesgo para el bienestar psicológico de los trabajadores, haciendo especial hincapié en la gestión efectiva del estrés laboral, previniendo su aparición, y el fomento de hábitos saludables. Además, el estudiante se encontrará en condiciones de gestionar el envejecimiento activo de la plantilla de los trabajadores a través, por ejemplo, del rediseño de puestos. Por último, el estudiante será capaz de aplicar políticas de conciliación para aquellos trabajadores que se encuentren en situaciones críticas.

Estos planteamientos y objetivos están alineados con los siguientes Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS) de la Agenda 2030 de Naciones Unidas (https://www.un.org/sustainabledevelopment/es/), de tal manera que la adquisición de los resultados de aprendizaje de la asignatura proporciona capacitación y competencia para contribuir en cierta medida a su logro. Concretamente, se persiguen los siguientes objetivos:

Objetivo 3: Salud y bienestar.

Objetivo 5: Igualdad de género.

Objetivo 8: Trabajo decente y crecimiento económico.

1.2. Contexto y sentido de la asignatura en la titulación

La presente asignatura supone una profundización dentro de los recursos humanos en los contenidos indicados en el apartado 1.1 de la presente guía, sin perjuicio de complementarse con otras asignaturas del Máster para así ofrecer una versión integral de la gestión estratégica de recursos humanos.

1.3. Recomendaciones para cursar la asignatura

Se recomienda al estudiante haber superado las asignaturas del máster que anteceden a ésta, para poder conseguir una visión integrada de los contenidos impartidos.

2. Competencias y resultados de aprendizaje

2.1. Competencias

De acuerdo con lo establecido en la memoria de verificación del Máster, esta asignatura desarrollará conocimientos en la línea de las siguientes competencias generales y básicas*:*

CG01 - Ser capaz de comprender conocimientos que amplían y mejoran los adquiridos previamente en una titulación de Grado, ingeniería o la experiencia profesional, especialmente con la posibilidad de que éstos puedan ser aplicados en el

ámbito de los recursos humanos.

CG02 - Aplicar los conocimientos adquiridos previamente y resolver problemas en entornos nuevos en la gestión de los recursos humanos.

CG03 - Ser capaz de realizar un análisis crítico, de modo que los estudiantes sean capaces de integrar conocimientos y enfrentarse a la complejidad de formular juicios a partir del análisis de la información disponible en el área de los recursos humanos.

CG04 - Ser capaz de comunicar los conocimientos y conclusiones, así como justificar las razones últimas que las sustentan en el campo de la gestión de personal.

CG05 - Desarrollar habilidades generales de comunicación oral/escrita y para realizar presentaciones en público.

CG06 - Adquirir habilidades para recopilar, analizar e interpretar la información, documentar ideas, tomar iniciativa y capacidad de análisis.

CG09 - Conocer, comprender y ser capaz de aplicar la legislación necesaria en el ámbito de los recursos humanos.

CG07 - Ser capaz de pensar de forma crítica, de trabajar de forma independiente y de reflexionar reflexiva sobre el propio trabajo y las decisiones tomadas en la gestión de los recursos humanos.

CG08 - Ser capaz de realizar estudios, análisis y trabajos de investigación, con un elevado nivel de especialización, que resulten de interés para el desarrollo profesional en la sociedad actual y que posibiliten el avance científico en la gestión estratégica de recursos humanos.

CG10 - Poseer habilidades de aprendizaje que permitan continuar estudiando de un modo autónomo o auto dirigido.

CB6 - Poseer y comprender conocimientos que aporten una base u oportunidad de ser originales en el desarrollo y/o aplicación de ideas, a menudo en un contexto de investigación.

CB7 - Que los estudiantes sepan aplicar los conocimientos adquiridos y su capacidad de resolución de problemas en entornos nuevos o poco conocidos dentro de contextos más amplios (o multidisciplinares) relacionados con su área de estudio.

CB8 - Que los estudiantes sean capaces de integrar conocimientos y enfrentarse a la complejidad de formular juicios a partir de una información que, siendo incompleta o limitada, incluya reflexiones sobre las responsabilidades sociales y éticas vinculadas a la aplicación de sus conocimientos y juicios.

CB9 - Que los estudiantes sepan comunicar sus conclusiones y los conocimientos y razones últimas que las sustentan a públicos especializados y no especializados de un modo claro y sin ambigüedades.

CB10 - Que los estudiantes posean las habilidades de aprendizaje que les permitan continuar estudiando de un modo que habrá de ser en gran medida autodirigido o autónomo.

Asimismo, se trabajarán las siguientes competencias específicas:

CE11 - Ser capaz de promover el bienestar psicológico y satisfacción laboral en la organización.

CE12 - Ser capaz de promover hábitos saludables en los trabajadores.

CE13 - Ser capaz de gestionar de manera efectiva el envejecimiento de la plantilla.

CE21 - Ser capaz de conocer y comprender los elementos del sistema de gestión de la prevención de riesgos y la necesidad de su integración en la organización.

2.2. Resultados de aprendizaje

El estudiante, para superar esta asignatura, deberá demostrar los siguientes resultados:

1. Conoce, comprende y valora el sistema de gestión de la prevención de riesgos laborales en la organización.
2. Es capaz de identificar e intervenir en los factores protectores y de riesgo para el bienestar psicológico de los trabajadores.
3. Es capaz de gestionar de manera efectiva el estrés laboral y prevenir su aparición.
4. Es capaz de fomentar hábitos saludables en los trabajadores.
5. Es capaz de gestionar el envejecimiento activo de la plantilla de los trabajadores.

2.3. Importancia de los resultados de aprendizaje

Los resultados de aprendizaje de esta asignatura son específicos de la misma y contribuyen a preparar al estudiante para desenvolverse como profesional de los Recursos Humanos. De manera concreta, a través del conocimiento de los contenidos específicos y el entrenamiento en las correspondientes competencias, la materia pretende desarrollar en el alumnado la capacidad para prevenir los riesgos laborales en la organización, para promover el bienestar psicológico del capital humano mediante el fomento de hábitos saludables y gestionar eficazmente circunstancias vitales clave, como el envejecimiento de la plantilla o la conciliación ante situaciones personales críticas.

3. Evaluación

3.1. Tipo de pruebas y su valor sobre la nota final y criterios de evaluación para cada prueba

La asignatura se puede cursar en modalidad de evaluación continua o única. La evaluación continua se realizará al finalizar

la asignatura. La evaluación única tendrá lugar en las fechas oficiales aprobadas por la Comisión de Garantía de la Calidad del Máster.

Para la evaluación continua, la materia se evaluará conforme a los siguientes criterios:

- Teoría (50% de la nota final): realización de una prueba objetiva (tipo test) de 30 preguntas de 3 alternativas, aplicando la corrección del efecto del azar (i.e., dos fallos restan un acierto). El examen se realizará el último día de clase de la asignatura.
- Práctica (40% de la nota final): realización y entrega en las fechas establecidas al profesorado responsables de elaborar los casos prácticos.
- Participación y asistencia (10% de la nota final): valoración de la asistencia y participación activa en clase del estudiantado, tanto en la parte presencial como no presencial de las asignaturas.

La evaluación única constará de dos pruebas:

- Un examen tipo test (50% de la nota final) sobre los contenidos teóricos.
- Un examen práctico (50% de la nota final) con preguntas de carácter práctico planteadas y corregidas por el personal docente que tiene asignada la elaboración de los casos prácticos.

Según la normativa vigente, los resultados obtenidos se calificarán de acuerdo con la siguiente escala numérica de 0 a 10, con expresión de un decimal, a la que se podrá añadir la correspondiente calificación cualitativa:

De 0 a 4,9: suspenso

De 5,0 a 6,9: aprobado

De 7,0 a 8,9: notable

De 9 a 10: sobresaliente

De acuerdo con el artículo 30 del Reglamento de Normas de Evaluación del Aprendizaje de la Universidad de Zaragoza, el uso de cualquier práctica irregular en la realización de los distintos ejercicios y/o pruebas de evaluación supondrá una calificación de suspenso en el ejercicio o prueba correspondiente.

4. Metodología, actividades de aprendizaje, programa y recursos

4.1. Presentación metodológica general

La asignatura está planteada con un enfoque centrado en el estudiante, considerándole protagonista principal de su proceso de aprendizaje. A tal fin, se ha adoptado una aproximación participativa en la asignatura que permite al estudiante experimentar, en un contexto de aprendizaje, situaciones similares a las que tendrá que enfrentar en su futuro desempeño profesional y extraer lecciones a partir de estas situaciones que conduzcan a aprendizajes significativos. Por eso, como metodología de la materia se propone la combinación de diferentes técnicas:

- **Actividades expositivas** sobre los contenidos de la asignatura por parte del profesorado.
- **Resolución de casos prácticos** relacionados con los contenidos de la asignatura: esta técnica permite al alumno analizar diferentes situaciones profesionales con el fin de aplicar los conocimientos adquiridos a nivel teórico y hallar soluciones a situaciones reales.
- **Participación en el aula** en diferentes situaciones grupales sobre los temas abordados en las clases expositivas y con distinto formato: grupos de discusión, *role playing*, debates, etc. La participación oral en clase dinamiza la docencia, ayuda a los compañeros a una mejor comprensión, facilita la evaluación y guía al profesor hacia las cuestiones que resultan de más difícil asimilación.
- **Tutorías:** permiten la construcción significativa del conocimiento a través de la interacción y actividad del estudiante con el profesorado. Constituyen un espacio de encuentro personalizado que facilita la comunicación y la coordinación entre el estudiante y el profesorado.

4.2. Actividades de aprendizaje

El programa que se ofrece al estudiante para ayudarle a lograr los resultados previstos comprende las siguientes actividades de aprendizaje:

1. **Clase magistral (18 horas):** exposición de contenidos por parte del profesorado y/o de expertos/as externos/as.
2. **Resolución de ejercicios, problemas y casos (10 horas):** realización, discusión y resolución de ejercicios prácticos con el alumnado.
3. **Seminarios y talleres (2 horas):** participación en conferencias, seminarios y talleres impartidos por profesionales de muy diversos ámbitos: empresarial, académico, profesional, etc.
4. **Tutorías (10 horas):** profesorado-alumnado.
5. **Pruebas de evaluación (2 horas):** realización de exámenes y otras actividades de evaluación.
6. **Revisión y trabajo de materiales online (30 horas):** lectura, comprensión y estudio de los materiales disponible

en ADD-Moodle.

7. **Trabajo del estudiante (78 horas):** lectura, comprensión y estudio de la materia impartida en clase y la incluida en ADD-Moodle (no presencial); elaboración y realización de trabajos individuales y/o en grupo donde el alumnado aplique las competencias adquiridas y se refleje en un documento o presentación dirigidos a los profesores del módulo correspondiente.

4.3. Programa

El programa en torno al cual se desarrollarán estas actividades de aprendizaje incluye los siguientes contenidos:

1. Prevención de riesgos laborales.
2. Bienestar psicológico y satisfacción laboral.
3. Gestión del estrés. Fomento de hábitos saludables: deporte, nutrición, mindfulness.
4. Gestión del envejecimiento.
5. Conciliación. Acompañamiento del trabajador en situaciones críticas.

4.4. Planificación de las actividades de aprendizaje y calendario de fechas clave

La asignatura tiene 6 créditos ECTS, lo que implica 150 horas de trabajo del estudiante. Estas 150 horas se estructuran en dos grandes bloques: horas presenciales (síncronas y asíncronas) y horas no presenciales, distribuidas en 40 y 60% respectivamente:

- Horas presenciales (72 horas):
    - Horas síncronas: 24 horas, distribuidas en 8 horas de clase por semana durante 3 semanas.
    - Horas asíncronas: 36 horas, a realizar por los estudiantes durante las 3 semanas de duración de la asignatura a través de la plataforma Moodle/ADD.
    - Evaluación: 2 horas
- Horas no presenciales de trabajo autónomo del estudiante (78 horas)
- Tutorías (10 horas)

El profesorado de la asignatura informará al principio de curso de las diferentes fechas claves relativas a los diferentes procedimientos de evaluación, entrega de informes, trabajos, seminarios y demás actividades propuestas.

4.5. Bibliografía y recursos recomendados

Alcover, C. M. (2018). *Edad, trabajo y retiro. Nuevas realidades, nueva comprensión*. Editorial Grupo 5.

Blázquez, E. M. Sainz de Baranda, C., y Nieto, P. (Dirs.). (2019). *Especialista en gestión de políticas de igualdad*. Aranzadi.

Cortés, J.M. (2000). *Técnicas de prevención de riesgos laborales: Seguridad e higiene en el trabajo* (4ª ed. actualizada). Madrid: Tébar.

Cifre, E., Vera, M. y Signani, F. (Coord.). (2015). *Género, salud y trabajo. Aproximaciones desde una perspectiva multidisciplinar*. Pirámide.

Duro, A. (2013). *Psicología de la calidad de vida laboral. Trabajo, trabajador y consecuencias del trabajo sobre el trabajador*. Pirámide.

Ferrer, R. L. (2019). *Guía de protección de datos de los trabajadores*. Tirant lo Blanch.

Gallardo, R.M. (2016). *Protección jurídica de la vida y salud de los trabajadores: Derecho penal, derecho administrativo sancionador*. Comares.

Gil-Monte, P. R. (Coord.). (2014). *Manual de Psicosociología aplicada al trabajo y a la prevención de los riesgos laborales*. Pirámide.

García-Izquierdo, A. L. (Coord.). (2017). *Ergonomía y psicosociología aplicada a la prevención de riesgos laborales*. Universidad de Oviedo.

Moreno-Jiménez, B. y Garrosa Hernández, E. (Coords.). (2013). *Salud laboral: Riesgos laborales psicosociales y bienestar laboral*. Madrid: Pirámide.

Ruiz-Frutos, C., Delclós, J., Ronda, E., García A.M. y Benavides, F.G. (2013). *Salud laboral: Conceptos y técnicas para la prevención de riesgos laborales* (4ª ed.). Barcelona [etc.]: Elsevier Masson.

Sala, T. (2011). *Derecho de la prevención de riesgos laborales* (7ª ed.).

Salanova, M. (2010). *Psicología de la Salud Ocupacional*. Síntesis.

Salanova. M. L., Llorens, S. y Martínez, I. M. (2019). *Organizaciones Saludables: Una Mirada desde la Psicología Positiva.* Aranzadi.

Salanova, M. y Schaufeli, W.B. (2009). *El engagement de los empleados: cuando el trabajo se convierte en pasión*. Alianza Editorial.

Sempere, A., García, J. González, M. y Cardenal, M. (2001). *Derecho de la seguridad y salud en el trabajo* (3ª ed.). Civitas.

Sierra, E. y Vallejo, R. (2021). *Diseño e implementación de planes de igualdad en las empresas*. Aranzadi.

Vallejo, R. (Coord.). (2019). *Salud laboral, igualdad y mujer*. Aspectos jurídicos. Bomarzo.

Vallejo, R., Lafuente, V., y Ayerra, N.J. (2020). *Marco jurídico de la seguridad y salud en el trabajo*. Prensas Universitarias de Zaragoza.

Vallejo, R., Lafuente, V., y Olmos, M. (2020). *Gestión de la prevención de riesgos laborales*. Prensas de la Universidad de Zaragoza.