

TRASTORNOS PSÍQUICOS EN EL TRABAJO

BIPOLARIDAD, DEPRESIÓN, TRASTORNOS DE ANSIEDAD

Formación para gerentes y profesionales de recursos humanos

Acompañar con precisión sin juzgar ni sobreproteger

Duración : 4 horas	Módulos : 4 módulos
Lecciones : 16 lecciones	Público : Gerentes y profesionales de recursos humanos
Formato : 100 % en línea, asincrónico	Organismo : N° 11757351875
Certificación : Qualiopi	Tarifa : Bajo presupuesto

www.dynseo.com/nos-formations | contact@dynseo.com | 09 66 93 84 22

Descripción de la formación

Esta formación de 4 horas está dirigida a gerentes y profesionales de recursos humanos que se enfrentan a trastornos psíquicos, la primera discapacidad reconocida en Francia y aún en gran medida un tabú. Va más allá de los miedos y los clichés para ofrecer una comprensión clara de la depresión, el trastorno bipolar y los trastornos de ansiedad en el contexto profesional. Aprenderás a reconocer las manifestaciones sin hacer un diagnóstico, a reaccionar sin sobreproteger ni discriminar, y a crear las condiciones para un mantenimiento en el empleo sostenible. Al final de esta formación, dispondrás de herramientas concretas para acompañar con respeto y eficacia.

Resumen de módulos

MODULE 1	Comprender los trastornos psíquicos en el trabajo	4 lecciones
MODULE 2	Reconocer las manifestaciones	4 lecciones
MODULE 3	Reaccionar y acompañar	4 lecciones
MODULE 4	Mantener en el empleo y hacer vivir la inclusión	4 lecciones

Objetivos pedagógicos

Objetivos pedagógicos

- Comprender qué son realmente los trastornos psíquicos y superar los estereotipos
- Reconocer las manifestaciones de la depresión, bipolaridad y trastornos de ansiedad en el trabajo
- Abordar el tema con respeto e implementar adaptaciones concretas
- Gestionar situaciones de crisis con los reflejos adecuados
- Mantener en el empleo de manera sostenible y gestionar la dinámica del equipo
- Conocer el marco legal y las responsabilidades del gerente

Información general

Duración	4 horas
Público objetivo	Gerentes, responsables de equipo, profesionales de recursos humanos
Requisitos previos	Ninguno
Tarifa	Bajo presupuesto – IVA no aplicable (artículo 261-4-4° del CGI)
Certificación	Qualiopi – Certificado de finalización de formación
Organismo	DYNSEO – N° de declaración de actividad: 11757351875

Lección 1 - Lo que realmente son los trastornos psíquicos

- Distinguir lo que no es: peligrosidad, inestabilidad, incapacidad para trabajar
- Comprender lo que es: trastornos frecuentes, invisibles, tratables
- Cifras reales: prevalencia y primera discapacidad reconocida
- Por qué el miedo causa más daños que los trastornos mismos

Lección 2 - El peso del tabú y de la estigmatización

- Por qué los colaboradores ocultan su malestar en el trabajo
- El costo del enmascaramiento permanente en energía y rendimiento
- Cómo la estigmatización agrava y retrasa la atención
- Lo que su actitud como gerente cambia concretamente

Lección 3 - Problemas, crisis y estabilidad — salir de las ideas preconcebidas

- Diferencia entre persona en crisis y persona estabilizada
- Por qué la mayoría de colaboradores afectados trabajan normalmente
- Papel del tratamiento y las fases en la evolución del trastorno
- Lo que pertenece a lo médico y lo que le corresponde a usted

Lección 4 - Situaciones — superar sus propias representaciones

- Escenario: colaborador revela un trastorno bipolar
- Escenario: evitar confiar expedientes a persona debilitada
- Escenario: rumor sobre estado psíquico de un colega
- Reflexión: qué reflejos corregir

Lección 1 - La depresión en el trabajo

- Señales que no parecen tristeza: desaceleración, retraimiento, pérdida de impulso
- Fatiga y problemas de concentración: impacto en el trabajo
- Por qué se confunde con desmotivación
- Cómo reaccionar ante una persona cuya energía se desploma

Lección 2 - La bipolaridad en el trabajo

- Comprender la alternancia de fases y sus implicaciones cotidianas
- Reconocer fase alta y baja sin dramatizar
- Por qué los períodos de estabilidad son la norma
- Cómo acompañar sin vigilar ni infantilizar

Lección 3 - Los trastornos de ansiedad en el trabajo

- Ansiedad generalizada, ataques de pánico, ansiedad social: diferencias en el trabajo
- Situaciones profesionales que desencadenan o agravan la ansiedad
- Por qué evitación y sobrecontrol son estrategias costosas
- Cómo reducir presión sin reforzar la evitación

Lección 4 - Situaciones — observar sin diagnosticar

- Ejercicio: distinguir signo de problema de dificultad pasajera
- Ejercicio: reconocer lo que es adaptación y lo que es cuidado
- Ejercicio: identificar sus propios límites de observación
- Retroalimentación: su postura de observación adecuada

Lección 1 - Abordar el tema con respeto

- Cómo abrir un intercambio sin intrusión ni juicio
- Lo que puede decir y lo que no debe decir en absoluto
- Respetar confidencialidad y ritmo de la persona

- Qué hacer si la persona no desea hablar de ello

Lección 2 - Implementar disposiciones concretas

- Adaptaciones de horarios, carga y entorno: lo que realmente ayuda
- Cómo construir adaptaciones con la persona y no en su lugar
- Articular adaptaciones con el médico del trabajo
- Evitar sobreprotección e indiferencia

Lección 3 - Gestionar una situación de crisis

- Reconocer señales de situación que requiere reacción rápida
- Primeros reflejos: asegurar, escuchar, orientar
- A quién alertar y cómo, sin dramatizar ni minimizar
- Qué hacer después de la crisis para preparar el regreso

Lección 4 - Situaciones — reaccionar con precisión

- Escenario: colaborador confía su depresión en entrevista
- Escenario: adaptar puesto sin que todo el equipo lo sepa
- Escenario: persona en gran angustia una mañana
- Retroalimentación: formulaciones que tranquilizan y orientan

MODULE 4

Mantener en el empleo y hacer vivir la inclusión

4 lecciones

Lección 1 - El mantenimiento en el empleo que funciona

- Por qué mantener el empleo es mejor que reemplazar
- Dispositivos y actores que pueden apoyarle
- Cómo preparar y acompañar un regreso después de larga ausencia
- Ajustar puesto de manera sostenible sin estigmatizar

Lección 2 - Gestionar la dinámica del equipo

- Cómo repartir carga sin crear tensiones ni celos
- Qué decir al equipo y qué mantener confidencial
- Desactivar comentarios y prejuicios dentro del colectivo
- Hacer de la inclusión una fuerza del equipo

Lección 3 - Conocer el marco y sus responsabilidades

- Lo que dice la ley sobre discapacidad psíquica y no discriminación
- Sus obligaciones y protecciones como gerente
- Papel del referente de discapacidad, RRHH y medicina del trabajo
- Dónde termina su papel y dónde comienza el de los profesionales

Lección 4 - Situaciones — inscribir el acompañamiento en la duración

- Escenario: preparar regreso de colaborador después de larga baja
- Escenario: equipo expresa incompreensión ante ajustes
- Escenario: construir su hoja de ruta de acompañamiento
- Retorno: su marco de acción claro y sostenible

Modalidades pedagógicas

- Formación 100% en línea, accesible 24/7 desde cualquier dispositivo
- Soporte pedagógico: vídeos, estudios de caso, ejercicios prácticos
- Evaluación continua mediante cuestionarios y situaciones aplicadas
- Certificado de finalización entregado al final de la formación