

PREVENCIÓN Y DETECCIÓN DEL BURNOUT Y EL ESTRÉS EMOCIONAL PARA CUERPOS DE SEGURIDAD

**FORMACIÓN PRESENCIAL**

OBJETIVOS

- Entrenar en un manejo adecuado del estrés emocional
- Identificar las principales señales de alarma del estrés emocional
- Prevenir Situaciones de riesgo y alteraciones/trastornos asociados
- Enseñar técnicas de manejo emocional y resolución de problemas



CONTENIDO

- Estrés emocional y policía: una relación inevitable
- Estrategias de manejo emocional: qué sirve y qué no.
- Señales de alarma del estrés emocional
- Trastornos relacionados con el manejo inadecuado de estrés.
- Técnicas para manejar el estrés emocional (prácticas).

ESTE CURSO PRESENCIAL ES BONIFICABLE: ¡CONSÚLTANOS!

