

CURSO PRÁTICO  
**RISCOS PSICOSSOCIAIS  
E STRESSE  
NO TRABALHO**

DOCENTE



**NUNO TERENAS**

**30 HORAS** (10 HORAS SÍNCRONAS,  
20 HORAS ASSÍNCRONAS)

**MAIS VALIAS:** Dotar os participantes de conhecimentos teórico-práticos ao nível dos riscos psicossociais e do stresse no trabalho e seu impacto ao nível individual e organizacional

ONLINE | PÓS-LABORAL

**200€**



**15 créditos OPP**

Psicologia do Trabalho, Social e das Organizações e  
Psicologia da Saúde Ocupacional

### RISCOS PSICOSSOCIAIS

- Definição de riscos psicossociais
- Fatores associados aos riscos psicossociais no local de trabalho
- Tipos de riscos psicossociais
- Consequências dos riscos psicossociais
- Gestão dos riscos psicossociais;

### STRESSE NO TRABALHO

- Definição de stresse
- Tipos de stresse
- Causas do stresse
- Principais teorias ou modelos explicativos do stresse
- Principais consequências do stresse
- Instrumentos de diagnóstico que possibilitam a medição dos riscos psicossociais e do stresse
- Boas práticas ao nível dos riscos psicossociais e do stresse nos locais de trabalho – estudo de caso

## DOCENTES



### NUNO TERENAS

Mestre em Relações Interculturais na Universidade Aberta com a tese sobre as “Representações sociais das mulheres migrantes brasileiras vítimas de violência doméstica”. Pós-Graduado em Gestão Autárquica e Modernização na Universidade Aberta. Licenciado em Psicologia pela Universidade Independente com a tese sobre “Estudo Empírico sobre os Níveis de Satisfação no Trabalho numa Unidade Orgânica de uma Autarquia”. Atualmente exerce funções de Psicólogo na área da GRH no Serviço de Intervenção nos Comportamentos Aditivos e nas Dependências e exerceu funções de Psicólogo na área da GRH na Direcção-Geral da Qualificação dos Trabalhadores em Funções Públicas e na Câmara Municipal de Almada.

[MAIS INFO NO SITE]