



CURSO

FENIX

Sal
del

POZO

del **Mobbin**
g

Curso de ayuda para víctimas de mobbing

www.anamib.com



Objetivos del curso:

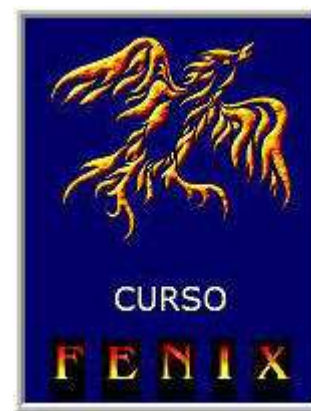
- Promover la racionalización de estos fenómenos como instrumento de objetivación de una situación de hostigamiento, para propiciar su entendimiento.
- Dar a conocer los síntomas, personajes y dinámica del proceso mobbing para poder identificarlo, y reconocerlo como algo de lo que no somos culpables, sino víctimas.
- Generar espacios para el análisis de la propia situación, dando herramientas que favorezcan el nacimiento de estrategias orientadas a la resolución de conflictos.
- La aproximación a técnicas de autoconocimiento, relajación, dominio del pensamiento y de las situaciones, como instrumentos de control de estrés y autocontrol.
- Mejorar la situación general de la víctima de acoso moral laboral u hostigamiento, tanto en el ámbito profesional como en el personal.

Más información:

www.anamib.com

asociacion@anamib.com

Tel.: 659 902 189



**Curso de ayuda por acoso moral,
hostigamiento laboral, mobbing.**

REALIZADO POR ESPECIALISTAS
COMO INSTRUMENTO DE AYUDA

**PARA REALIZAR EN CASA A
TRAVÉS DE INTERNET**

El Curso Fénix es una herramienta para la superación de acoso moral laboral.

Está dirigido a personas que sufren una situación de violencia psicológica en su trabajo y en general a todas las interesadas en la superación de estas situaciones.

El Curso Fénix se plantea como meta el conocimiento de los escenarios del maltrato laboral y la ayuda a su superación, a través de información y técnicas prácticas de control mental y emocional.

Su filosofía es ir más allá del concepto de formación convencional para llegar a un conocimiento del proceso y sus mecanismos de salida a través de una fórmula de comunicación virtual e interactiva.

Este curso no es un curso de formación convencional en el que se vayan a impartir una serie de conocimientos de cuya asimilación se vaya a hacer una evaluación posterior.

Se trata de un concepto de actividad distinto y la denominación de "Curso" se debe más a su forma periódica de realización, organizada en jornadas consecutivas de trabajo, que a su contenido mismo y, consecuentemente, los objetivos se plantean sólo como meta a conseguir tras su realización.

Este curso se engloba dentro de AVA, la Ayuda Virtual de Anamib, sistema integrado de diferentes ayudas para víctimas de violencia psicológica; y su realización es necesaria para el acceso a las demás formas de ayuda especializada.