

¿QUÉ ES MH4HRM?

El objetivo de MH4HRM es promover el bienestar de los empleados mediante la formación de profesionales de Recursos Humanos, proporcionándoles competencias clave, herramientas tecnológicas y conocimientos para gestionar los problemas de salud mental en los entornos empresariales europeos.

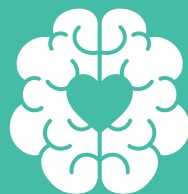
¿Cómo? A través de la (1) **identificación** y benchmarking de **factores clave**, herramientas y **buenas prácticas** para entender y gestionar la salud mental en el trabajo (2) **análisis** de las habilidades técnicas y sociales clave a incorporar en el aprendizaje de los profesionales de RRHH en salud mental (3) desarrollo del Programa e-learning para RRHH de 60 horas, con contenidos prácticos y casos reales y material digital audiovisual y desarrollo de una Web/App para un mejor y más ameno aprendizaje.

¿POR QUÉ ES NECESARIO MH4HRM?

Durante la pandemia del COVID, y posteriormente, la salud mental de la población se ha visto sometida a duras pruebas, sobre todo en el lugar de trabajo, donde han aumentado el estrés y el riesgo de depresión. Esta situación ha suscitado debates urgentes sobre cómo abordar estas cuestiones.

El **bienestar integral de los empleados es crucial para el éxito empresarial**, y los **profesionales de RRHH** desempeñan un papel clave en la puesta en marcha de iniciativas corporativas. Son **responsables de evaluar los riesgos psicosociales en el trabajo** y de identificar las áreas de bienestar corporativo. La gestión de estos riesgos y del estrés relacionado con el trabajo son retos importantes en materia de salud y seguridad en el trabajo, que requieren una formación adecuada para los responsables de RRHH.

Para abordar esta cuestión, **MH4HRM**, un proyecto europeo cofinanciado por el programa Erasmus+, **desarrollará un completo programa de formación y capacitación sobre gestión de la salud mental en las empresas**. Este programa estará disponible en una plataforma MOOC abierta y será creado por socios especializados en psicología del trabajo y de las organizaciones.



MH4HRM
Mental Health for Human Resources Managers

¡ECHA UN VISTAZO!

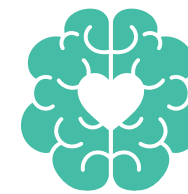
www.mh4hrm.eu

es.projectsarea@sgs.com



Co-funded by
the European Union

El contenido de esta publicación refleja únicamente los puntos de vista de los autores, es decir, de los socios del proyecto MH4HRM. La Comisión Europea no es responsable del uso que pueda hacerse de la información que contiene.



MH4HRM
Mental Health for Human Resources Managers

Kit de herramientas sobre salud mental en el ámbito laboral para responsables de recursos humanos



Co-funded by
the European Union

El contenido de esta publicación refleja únicamente los puntos de vista de los autores, es decir, de los socios del proyecto MH4HRM. La Comisión Europea no es responsable del uso que pueda hacerse de la información que contiene.

¿CUÁLES SON LOS OBJETIVOS DE MH4HRM?

OBJETIVOS GENERALES:

- 1 Proporcionar los conocimientos necesarios para superar la falta de competencias en materia de salud mental necesaria en la realidad de las empresas europeas.
- 2 Comprender las características básicas de las enfermedades mentales más comunes en el lugar de trabajo, cómo identificar su impacto en el trabajo y cómo abordarlas.
- 3 Capacitar a los equipos de RRHH para gestionar eficazmente los problemas de salud mental de sus empleados, dotándoles de habilidades sociales, herramientas tecnológicas y los conocimientos necesarios para promover el bienestar de los empleados.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- 1 Capacitar a los responsables de RRHH para reconocer los riesgos de salud mental y psicosociales en una fase temprana.
- 2 Proporcionar conocimientos básicos sobre la salud mental y sus efectos en el trabajo.
- 3 Promover entornos de trabajo saludables a través de herramientas y buenas prácticas a disposición de todo el personal de la organización.
- 4 Ofrecer conocimientos para suplir la falta de competencias en salud mental, ajustándose a la realidad de las empresas europeas.
- 5 Proporcionar herramientas digitales a directivos y empleados para acceder a información sobre bienestar y salud mental en el trabajo.
- 6 Utilizar la tecnología para ofrecer una formación básica sobre salud mental adaptada a las necesidades actuales de las empresas europeas.
- 7 Desarrollar habilidades sociales a través de entornos tecnológicos innovadores para mejorar el bienestar y el autocuidado de los trabajadores.
- 8 Dotar a los departamentos de RRHH de habilidades sociales, herramientas tecnológicas y conocimientos para gestionar eficazmente la salud mental de sus empleados y planificar su bienestar.

¿QUÉ VAMOS A DESARROLLAR?

Programa de formación de 60 horas específico para la gestión de la salud mental en las organizaciones

Un completo programa de formación meticulosamente diseñado para dotar a los profesionales de RRHH de los conocimientos, herramientas y habilidades necesarios para implementar un enfoque integrado de la gestión de la salud mental en el lugar de trabajo, garantizando su destreza en prácticas de gestión exitosas.

Plataforma web y cursos de e-learning específicos para responsables de RRHH

Una plataforma vanguardista y fácil de usar, complementada con una interfaz web/aplicación móvil, para garantizar la accesibilidad y la difusión eficaz de todos los resultados del proyecto. Esta plataforma sirve como repositorio central para almacenar el contenido digital, los podcasts y los vídeos de micro aprendizaje generados a lo largo de las distintas fases de nuestro proyecto.

Kit de herramientas compuesto por vídeos de micro aprendizaje, podcasts y aplicaciones web/móvil para la asistencia en salud mental en el trabajo

MH4HRM impulsa la innovación con la introducción de contenidos digitales dinámicos a través de diversos medios. Una de estas innovaciones es la creación de podcasts, que ofrecen interesantes debates en formato de audio. Esta iniciativa se complementa con vídeos de microaprendizaje que abarcan diversos temas, desde la gestión del estrés, hasta técnicas de autocuidado. Además, el proyecto pretende desarrollar una aplicación móvil con programas de tutoría diseñados para promover la salud mental y el bienestar de los trabajadores. Esta aplicación sirve como centro de recursos integral, ofreciendo apoyo y orientación a los usuarios en su camino hacia un mejor bienestar mental.

¿QUIÉN PUEDE BENEFICIARSE DE MH4HRM?

- ✓ Directores de RRHH, gerentes
- ✓ Directores
- ✓ Empresarios, representantes de los trabajadores
- ✓ Escuelas y centros de formación profesional para directivos y responsables de RRHH
- ✓ Universidades
- ✓ Centros de formación profesional de tercer ciclo
- ✓ Centros públicos o privados especializados en Salud Mental, y especialmente los dedicados a la Salud Laboral

También nos dirigiremos a las asociaciones de empresarios y sindicatos tanto a nivel regional como nacional en todos los países participantes, así como a las Agencias de Desarrollo Local.

¿QUIÉN ESTÁ DESARROLLANDO MH4HRM?



FUNDACIÓN **equipo humano**
INNOVATIVE ACTIONS FOR A PEOPLE-CENTRED EUROPE