

«Ψυχοκοινωνικοί Παράγοντες Κινδύνου στον Χώρο Εργασίας»

Καθαρή διάρκεια: 06:00

Έναρξη: 18/06/2026



Περιγραφή προδιαγραφής:

Το πρόγραμμα κατάρτισης αφορά την μελέτη και επεξεργασία των ψυχοκοινωνικών παραγόντων κινδύνου στον χώρο εργασίας, καθώς και των επιπτώσεών τους στους εργαζόμενους. Περιλαμβάνει την ανάλυση των παραγόντων κινδύνου στους χώρους εργασίας που οδηγούν στην δημιουργία αγχογόνων περιβαλλόντων εργασίας που αποτελούν απειλή για την ψυχική υγεία των εργαζόμενων. Κατά την διάρκεια του προγράμματος θα περιγραφούν με λεπτομέρεια οι τρεις κυριότερες αρνητικές επιπτώσεις που αφορούν το επαγγελματικό άγχος, την επαγγελματική εξουθένωση και την κατάθλιψη. Το πρόγραμμα εστιάζεται στην επικεντρωμένη καλλιέργεια των απαραίτητων γνώσεων και δεξιοτήτων με στόχο την αποτελεσματική αντιμετώπιση των προκλήσεων που συναντούμε στους χώρους εργασίας και απειλούν την ψυχική υγεία των εργαζομένων.



ΑΝΟΙΚΤΟ
ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ
ΚΥΠΡΟΥ
www.ouc.ac.cy



ΚΕΔΜΑ
Κέντρο Επαγγελματικής
και Διά Βίου Μάθησης



Αρχή Ανάπτυξης
Ανθρώπινου
Δυναμικού
Κύπρου

Ανάγκη Κατάρτισης:

Οι εργαζόμενοι αντιμετωπίζουν μια πλειάδα παραγόντων κινδύνου στους διάφορους χώρους εργασίας. Οι νέες ευέλικτες μορφές εργασίας, η επαγγελματική ανασφάλεια, οι πολλαπλές οικονομικές ανάγκες και αντίστοιχα πιέσεις που δέχονται οι εργαζόμενοι λόγω της παρατεταμένης οικονομικής κρίσης, καθώς και η γενικότερη έλλειψη κουλτούρας ασφάλειας και αντίστοιχων πολιτικών υγείας στους χώρους εργασίας, οδηγεί στην επιδείνωση των ψυχοκοινωνικών κινδύνων που επηρεάζουν την ψυχική υγεία των εργαζομένων. Οι εργαζόμενοι σε κάθε χώρο υγείας, καθώς και οι λειτουργοί ασφάλειας αναμένεται να ωφεληθούν από τη συμμετοχή τους στο παρόν πρόγραμμα κατάρτισης. Ιδιαίτερα χρήσιμο είναι το πρόγραμμα κατάρτισης για εργαζόμενους σε οργανισμούς και επιχειρήσεις που προσφέρουν υπηρεσίες στον άνθρωπο, δεδομένου ότι οι πιο πάνω χώροι παρατηρείται ότι είναι κατά μέσο όρο περισσότερο αγχογόνοι από τους υπόλοιπους. Για παράδειγμα, εργαζόμενοι σε χώρους παροχής φροντίδας υγείας, σχολεία, τράπεζες και υπηρεσίες ασφάλειας όπως αστυνομία, πυροσβεστική, ιδιωτικές υπηρεσίες ασφάλειας αναμένεται να έχουν σημαντικό ενδιαφέρον για το προτεινόμενο πρόγραμμα.



ΑΝΟΙΚΤΟ
ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ
ΚΥΠΡΟΥ
www.ouc.ac.cy



ΚΕΔΜΑ
Κέντρο Επαγγελματικής
και Διά Βίου Μάθησης



Αρχή Ανάπτυξης
Ανθρώπινου
Δυναμικού
Κύπρου

ΣΤΟΧΟΙ ΚΑΤΑΡΤΙΣΗΣ:

Σε επίπεδο γνώσεων :

- Να περιγράφουν τα βασικά χαρακτηριστικά των αγχογόνων περιβαλλόντων εργασίας.
- Να περιγράφουν τον ορισμό του επαγγελματικού άγχους.
- Να κατονομάζουν τουλάχιστον τρία βασικά χαρακτηριστικά της επαγγελματικής εξουθένωσης.
- Να περιγράφουν τα τρία βασικά χαρακτηριστικά της κατάθλιψης.
- Να διατυπώνουν τουλάχιστον τρεις θεραπευτικές παρεμβάσεις για την επαγγελματική εξουθένωση και την κατάθλιψη.

Σε επίπεδο δεξιοτήτων :

- Να επιλέγουν τα κατάλληλα μέτρα πρόληψης για την μείωση ή/και εξάλειψη των ψυχοκοινωνικών παραγόντων κινδύνου στους διάφορους χώρους εργασίας τους.
- Να αναπτύσσουν τις απαραίτητες πολιτικές υγείας στον οργανισμό / επιχείρησή τους για την αναγνώριση και διαχείριση των ψυχοκοινωνικών παραγόντων κινδύνου στον χώρο εργασίας.
- Να καταρτίζουν προγράμματα επιτήρησης και πρόληψης για τους ψυχοκοινωνικούς παράγοντες κινδύνου.
- Να αιτιολογούν τις προτεινόμενες παρεμβάσεις στον χώρο εργασίας για τον έλεγχο των ψυχοκοινωνικών παραγόντων κινδύνου στους χώρους εργασίας.
- Να συμμετέχουν σε σεμινάρια εκπαίδευσης του προσωπικού για το θέμα των ψυχοκοινωνικών παραγόντων κινδύνου στον χώρο εργασίας.

Σε επίπεδο στάσεων :

- Να παρακινούν τους εργαζόμενους για την λήψη των κατάλληλων μέτρων προστασίας από τους ψυχοκοινωνικούς παράγοντες κινδύνου.
- Να συνεργάζονται με την διοίκηση, τους λειτουργούς ασφάλειας και τους εργαζόμενους για την υιοθέτηση των κατάλληλων πολιτικών υγείας στους χώρους εργασίας,
- Να προτρέπουν τους εργαζόμενους να λαμβάνουν τα κατάλληλα μέτρα πρόληψης για τον περιορισμό ή/και την εξάλειψη των ψυχοκοινωνικών παραγόντων κινδύνου σε διάφορους οργανισμούς και επιχειρήσεις, και
- Να ενθαρρύνουν την διοίκηση να διενεργεί περιοδικές επιτηρήσεις για την ανίχνευση των ψυχοκοινωνικών παραγόντων κινδύνου στον χώρο εργασίας με στόχο την αποτελεσματική αντιμετώπισή τους.



Σε ποιους απευθύνεται:

Το πρόγραμμα είναι ιδιαίτερα χρήσιμο για όλους τους εργαζόμενους, τους λειτουργούς ασφάλειας που αντιμετωπίζουν αυξημένους ψυχοκοινωνικούς παράγοντες κινδύνους στους χώρους εργασίας αλλά και τους προϊσταμένους που έχουν υπό την επίβλεψή τους άλλους εργαζόμενους.

Ιδιαίτερα το πρόγραμμα απευθύνεται σε εργαζόμενους και λειτουργούς ασφάλειας που εργάζονται σε χώρους παροχής υπηρεσιών όπως ιατρεία, νοσηλευτήρια, σχολεία, αστυνομικούς σταθμούς, πυροσβεστικούς σταθμούς, χώρους φύλαξης Υπουργείων, Νοσοκομείων, και άλλων κέντρων προσέλευσης κοινού.

Επιπλέον, το πρόγραμμα κατάρτισης είναι χρήσιμο για λογιστές, εργαζόμενους και προϊστάμενους υπηρεσιών διαχείρισης ανθρώπινου δυναμικού.

Συμπερασματικά, το προτεινόμενο πρόγραμμα κατάρτισης απευθύνεται σε όλους τους εργαζόμενους με ειδική έμφαση σε όσους/όσες προσφέρουν υπηρεσίες στο γενικό πληθυσμό ή/και σε κάποιο ειδικό κοινό.

ΔΟΜΗ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ

ΕΙΣΑΓΩΓΗ
ΒΑΣΙΚΕΣ ΕΝΝΟΙΕΣ

ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΟ ΑΓΧΟΣ /
ΣΥΝΔΡΟΜΟ ΕΞΟΥΘΕΝΩΣΗΣ

ΝΟΜΟΘΕΣΙΑ

ΚΑΤΑΘΛΙΨΗ

ΨΥΧΟΚΟΙΝΩΝΙΚΟΙ ΠΑΡΑΓΟΝΤΕΣ
ΚΙΝΔΥΝΟΥ ΣΤΟΝ ΧΩΡΟ ΕΡΓΑΣΙΑΣ

ΕΡΓΑΛΕΙΑ ΜΕΤΡΗΣΗΣΤΩΝ
ΨΥΧΟΚΟΙΝΩΝΙΚΩΝ ΠΑΡΑΓΟΝΤΩΝ
ΣΤΟΝ ΧΩΡΟ ΕΡΓΑΣΙΑΣ



ΑΝΟΙΚΤΟ
ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ
ΚΥΠΡΟΥ
www.ouc.ac.cy



ΚΕΔΜΑ
Κέντρο Επαγγελματικής
και Διά Βίου Μάθησης



Αρχή Ανάπτυξης
Ανθρώπινου
Δυναμικού
Κύπρου

ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΗΣ:



Δρ.Ελπιδοφόρος Σωτηριάδης

Ο Δρ. Ελπιδοφόρος Σ. Σωτηριάδης είναι Αναπληρωτής Καθηγητής Επιδημιολογίας και Δημόσιας Υγείας στο Μεταπτυχιακό Πρόγραμμα «Διοίκηση Μονάδων Υγείας» στη Σχολή Οικονομικών Επιστημών και Διοίκησης του ΑΠΚΥ. Είναι Ιατρός με εξειδίκευση στην Ιατρική της Εργασίας, κάτοχος μεταπτυχιακού τίτλου στην Επιδημιολογία και διδακτορικού τίτλου στην Περιβαλλοντική και Επαγγελματική Υγεία από τη Σχολή Δημόσιας Υγείας του Πανεπιστημίου Χάρβαρντ. Έχει εκτεταμένη διεθνή διδακτική εμπειρία έχοντας διδάξει ως βοηθός Καθηγητής στη Σχολή Δημόσιας Υγείας του Πανεπιστημίου Χάρβαρντ, ως Επίκουρος Καθηγητής στην Ιατρική Σχολή του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας, στις Νοσηλευτικές Σχολές του Ευρωπαϊκού Πανεπιστημίου Κύπρου, του Πανεπιστημίου Philips, του Πανεπιστημίου Frederick και του Τεχνολογικού Πανεπιστημίου Κύπρου και πρόσφατα ως Επίκουρος Καθηγητής στο Ινστιτούτο Δημόσιας Υγείας του Κολλεγίου Ιατρικής και Επιστημών Υγείας του Ομοσπονδιακού Πανεπιστημίου των Ηνωμένων Αραβικών Εμιράτων.

Η ερευνητική δραστηριότητα του Δρος Σωτηριάδη αφορά σε μια πληθώρα ερευνητικών πεδίων της επιδημιολογίας και της δημόσιας υγείας συμπεριλαμβανομένου του ελέγχου του καπνίσματος, των καρδιαγγειακών νοσημάτων, του καρκίνου, της παχυσαρκίας, των λοιμωδών νοσημάτων, της ψυχικής υγείας και των θεμάτων ασφάλειας και υγείας στους χώρους εργασίας με ιδιαίτερη έμφαση στην υγεία των Πυροσβεστών.

Έχει δημοσιεύσει πέραν των 110 επιστημονικών άρθρων σε διεθνή ιατρικά και επιστημονικά περιοδικά συμπεριλαμβανομένων άρθρων σε ένα από τα καλύτερα ιατρικά περιοδικά, το The New England Journal of Medicine. Έχει επίσης εκδώσει διάφορα βιβλία ένα εκ των οποίων αφορά στη διακοπή του καπνίσματος.

ΑΞΙΑ ΚΑΙ ΚΟΣΤΟΣ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ:

Εργοδότες

οι οποίοι δυνητικά μπορούν να λάβουν επιχορήγηση από την ΑνΑΔ:

Αρχικό κόστος: €180

Επιχορήγηση ΑνΑΔ: €120

Καθαρό κόστος: €60

Μη Δικαιούχοι

της ΑνΑΔ δύναται να υποβάλουν αίτηση για εγγραφή και παρακολούθηση του Προγράμματος, με κόστος συμμετοχής:

Κόστος:
€180 + ΦΠΑ

Φοιτητές & Απόφοιτοι

του ΑΠΚΥ δικαιούνται 30% έκπτωση στο κόστος συμμετοχής. Η έκπτωση εφαρμόζεται στο αρχικό κόστος και έπειτα υπολογίζεται ο ΦΠΑ:

Αρχικό κόστος: €180

Τελικό κόστος: €150
(το κόστος συμμετοχής μετά την έκπτωση ανέρχεται σε €126 + €39,90 ΦΠΑ (19%))

Άνεργοι

Οι άνεργοι που πληρούν τις προδιαγραφές σχετικά με το κοινό που απευθύνεται το πρόγραμμα, μπορούν να συμμετάσχουν δωρεάν, πλήρως επιχορηγούμενοι από την ΑνΑΔ:

Δωρεάν



ΑΝΟΙΚΤΟ
ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ
ΚΥΠΡΟΥ
www.ouc.ac.cy



ΚΕΔΜΑ
Κέντρο Επαγγελματικής
και Διά Βίου Μάθησης



Αρχή Ανάπτυξης
Ανθρώπινου
Δυναμικού
Κύπρου

ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ



Ώρες διεξαγωγής :
09:00 - 15:45



Ημερομηνίες διεξαγωγής:
18 / 06 / 2026



Γεωργία Κυριακίδου
Τηλ.: +357 22 411698
e -mail: kedma@ouc.ac.cy



ΑΝΟΙΚΤΟ
ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ
ΚΥΠΡΟΥ
www.ouc.ac.cy



ΚΕΔΜΑ
Κέντρο Επαγγελματικής
και Διά Βίου Μάθησης



Αρχή Ανάπτυξης
Ανθρώπινου
Δυναμικού
Κύπρου