

# LA CIBERPSICOLOGÍA EN EL TRABAJO

## ¿QUÉ PUEDE APORTAR LA PREVENCIÓN DE RIESGOS PSICOSOCIALES Y CÓMO EN LOS ENTORNOS DE TRABAJO?

### Autoría

**VALLECILLO GÁMEZ, MARÍA ROSA** Profesora Titular de Derecho del Trabajo y de la Seguridad Social. Universidad de Jaén. Coordinadora del LARPSICO.  
**MARTÍNEZ JIMÉNEZ, MARÍA MARTA** Graduada en ADE y Derecho. Estudiante del Máster de la Abogacía. Universidad de Jaén.  
**HUESO MORAL, ANA** Estudiante del Grado en Relaciones Laborales y Recursos Humanos.

### JUSTIFICACIÓN

**CIBERPSICOLOGÍA LABORAL** como inmersión tecnológica en la salud psicosocial aplicada a la prevención de riesgos laborales y una nueva manifestación en los entornos de trabajo de un campo emergente la “**CIBERPSICOLOGÍA**”.

**CIBERPSICOLOGÍA** comprender el comportamiento humano en relación con tecnología, las redes sociales y la inteligencia artificial.

Ciberterapia para promover el bienestar emocional y el desarrollo personal en la población general a través del uso de tecnología positiva y promoción de una salud inteligente. J. Suler (The Psychology of Cyberspace).

### OBJETIVO GENERAL

Abordar el impacto de la **ciberpsicología** en su aplicación a los riesgos psicosociales en el trabajo.

### OBJETIVOS ESPECÍFICOS

1. Introducir el concepto de **ciberpsicología** en referencia a los riesgos psicosociales.

2. Identificar los principales ámbitos de estudio de la **ciberpsicología**.

3. Analizar las posibilidades de implementación de la **ciberpsicología** en la prevención y gestión.

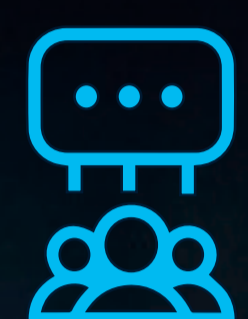
4. Proponer vías de actuación para la aplicación de la **ciberpsicología** a la prevención de riesgos laborales.

5. Establecer posibilidades de creación de redes para la elaboración de proyectos multidisciplinares.

### MARCO NORMATIVO

- Anexo VI Reglamento Servicios de Prevención.
- Marco Estratégico de Seguridad y Salud en el Trabajo de la UE 2023-2027.
- Estrategia Española de Seguridad y Salud en el Trabajo 2023-2027.

### ÁMBITOS DE ESTUDIO DE LA CIBERPSICOLOGÍA



Redes sociales



Espacios virtuales



Ciberataques

Y dinámicas psicológicas asociadas:

1.



Comportamientos peligrosos asociados con las TICs: consumo de pornografía, uso excesivo de los dispositivos móviles o las compras compulsivas...

2.



Necesidad de un enfoque de género en determinadas patologías (ansiedad, ciberacoso).

3.



Envejecimiento y diversidad de capacidades funcionales.

4.



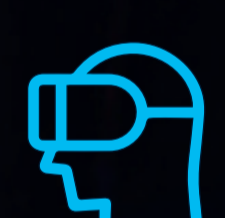
Violencia digital.

5.



Sistemas de terapia psicológica online.

6.



Realidad Virtual entre otros.

### APLICABILIDAD DE LA CIBERPSICOLOGÍA

a la prevención de riesgos psicosociales, **especial tratamiento de la perspectiva de género:**

- Prevención del riesgo laboral de violencia digital y ciberacoso en el trabajo. Ej. programa “Prev@civ”, utilizado en la gestión del cyberbullying.
- Ciberseguridad en el trabajo. Ej. II Convenio de las empresas vinculadas de Telefónica; programas “Magnet4 Europe” y “Empower” de la UE.
- Uso de la Realidad Virtual (RV) para tratar el estrés, la ansiedad o las adicciones (incluida la adicción al trabajo). Ej. programa Ocean’s Breeze.
- Uso disfuncional de los dispositivos tecnológicos. Ej. proyecto Psicolan.

### CAMPOS DE ESTUDIO

- Redes.
- Usos y abusos de las TIC.
- Espacios o comunidades virtuales.
- Adicciones conductuales.
- Adicciones tecnológicas o compras online.
- Ciberataques y ciberacoso...



### CONCLUSIONES

La **ciberpsicología** como herramienta para la prevención de riesgos en general y psicosociales laborales, en particular.

Necesidad de generar un fuerte ámbito de ciberseguridad, para evitar que nuevos riesgos psicosociales aparezcan y erradicar los ya existentes.