



UNIVERSIDAD DEL SURESTE

CATEDRATICO: DR. SANSEBASTIAN PANIAGUA HUGO
ADALBERTO

MATERIA: COMPORTAMIENTO ORGANIZACIONAL

ALUMNO: SILVESTRE MELINA PEREZ ESTRADA

CUATRIMESTRE: 4 TO

CARRERA: CONTADURIA

TEMA: ESTRÉS Y CONFLICTO

ESTRÉS Y CONFLICTO

CONFLICTO

DEFINICION; El conflicto define al conjunto de dos o más hipotéticas situaciones que son excluyentes: esto quiere decir que no pueden darse en forma simultánea. Por lo tanto, cuando surge un conflicto, se produce un enfrentamiento, una pelea, una lucha o una discusión, donde una de las partes intervinientes intenta imponerse a la otra.

PROCESO DE CONFLICTO

Tiene 5 etapas:

Oposición o incompatibilidad potencial

Cognición y personalización

Intenciones, comportamiento y resultados.

EFFECTOS DE CONFLICTO

EFFECTOS POSITIVOS;

- ❖ impulsa la creatividad
- ❖ propicia el liderazgo
- ❖ mejora la comunicación

EFFECTOS NEGATIVOS;

- ❖ baja la productividad
- ❖ aumenta de hostilidad
- ❖ incide sobre la rotación del personal
- ❖ escalada de violencia

ESTILOS Y TECNICAS DE CONFLICTOS

Los conflictos en la vida, si somos capaces de ponerlos en conciencia y afrontarlos con responsabilidad, pueden llegar a ser buenos aliados para fomentar nuestra salud emocional.

ESTRES

DEFINICION; Se define como la reacción fisiológica del organismo en el que entran en juego diversos mecanismos de defensa para afrontar una situación que se percibe como amenazante o de demanda incrementada

CAUSAS

Estas son algunas de las causas que pueden provocarte estrés según la profesional: Problemas familiares, muerte de un ser querido o incluso una mascota, mudanza o cambio de país de residencia, fracasos académicos, pubertad o desarrollo, separación de los padres realización de múltiples actividades.

SINTOMAS

El estrés puede causar muchos tipos de síntomas físicos y emocionales. Algunas veces posiblemente no se dará cuenta de estos síntomas. Por ejemplo: Diarrea o estreñimiento, mala memoria, dolores y achaques frecuentes, dolores de cabeza, falta de energía o concentración, problemas sexuales.

PREVENCION

A la hora de afrontar el estrés, el consejo más importante que se puede ofrecer es el de saber parar para relajarse, reflexionar sobre las causas de esa situación de estrés y serenarse para tomar decisiones o cambiar actitudes que permitan reducir el impacto del estrés.