



**COMPORTAMIENTO ORGANIZACIONAL  
MATERIA**

**4ºB  
CUATRIMESTRE**

**M.V.Z MARIA DE LOURDES DOMINGUEZ FIGUEROA  
MÉDICO**

**ESTRÉS Y CONFLICTO LABORAL  
TEMA**

**ANGEL ARMANDO HERNÁNDEZ GÓMEZ  
ALUMNO**

**LIC. MEDICINA VETERINARIA Y ZOOTECNIA  
LICENCIATURA**

# estres y conflicto laboral



## ¿que es el estres?

estado de preocupación o tensión mental generado por una situación difícil.

## síntomas

emocionales: ansiedad, miedo, frustración, etc.

cognitivos: olvidos, confusión, etc.

conductuales: dificultades en el habla, errores

fisiológicos: dolor de cabeza, fatiga, tensión

muscular

## consecuencias

- reducción de productividad
- problemas familiares
- enfermedad
- trastornos de depresión y ansiedad



## ¿como prevenir el estrés?

- Hacer ejercicio.
- Comer alimentos saludables.
- Aprender a gestionar de mejor manera el tiempo.
- Establecer metas realistas.
- Mejorar las horas de sueño.

## ¿qué es conflicto laboral?

disputa entre miembros de una organización a causa de diferencias de opinión, percepción o problemas de relación



## causa de los conflictos

por implicados: inter e intra grupales personales y colectivos

lo que lo provoca: relación, roles, estilos, metas, información

sus consecuencia: funcionales y disfuncionales

## consecuencias

afectan al rendimiento, a la productividad y, también, al nivel de satisfacción.

## ¿como prevenirlo?

buscar una solución inmediata y eficaz, aceptar el problema y anima a encontrar una solución, ofrece respuestas asertivas e innovadoras, habla con cada una de las partes involucradas, etc.





### **Estrés**

Se puede definir el estrés como un estado de preocupación o tensión mental generado por una situación difícil. Todas las personas tenemos un cier...

[...](#)



### **Cómo influye el estrés en tu cuerpo y en tu conducta**

Learn more about services at Mayo Clinic.

[...](#)



### **Estrés crónico: causas y tratamiento**

El estrés crónico es un problema usual que puede provocar serios problemas en nuestra salud

[...](#)