

Comportamiento Organizacional  
MATERIA

4°B  
CUATRIMESTRE

María de Lourdes Dominuez Figueroa  
MEDICO

ESTRES Y CONFLICTOS LABORALES  
TEMA

ALEJANDRA GUADALUPE PEÑA RUIZ  
ALUMNO

LIC. MEDICINA VETERINARIA Y ZOOTECNIA

# ESTRES Y CONFLICTOS

## Laborales

### CONCEPTO ESTRES

Tipo de estrés donde la creciente presión en el entorno laboral puede provocar la saturación física y/o mental del trabajador, generando diversas consecuencias que no sólo afectan la salud, sino también su entorno más próximo ya que genera un desequilibrio entre lo laboral y lo personal.



### CAUSAS

- Altas cargas de trabajo.
- Cargas de trabajo insuficientes.
- Falta de control.
- Ausencia de apoyos.
- Falta de habilidades.
- Adaptación al cambio.
- Preocupaciones de seguridad laboral.



### CONSECUENCIAS

- Problemas de motivación.
- Rotación de personal y aumento de los costes de contratación y formación.
- Descenso de la productividad y eficiencia.
- Pérdida de calidad del servicio al cliente.
- Empeoramiento de la comunicación y relaciones



### PREVENCION

- Frecuencia de las ausencias de los trabajadores.
- Volumen de bajas por enfermedad a largo plazo.
- Índice de rotación de personal.
- Incidentes de salud y seguridad.
- Tasa de quejas internas.



### CONCEPTO CONFLICTO

Se refiere a un desacuerdo sobre reclamos relativos a las relaciones laborales suscitados entre las partes del contrato laboral y que den como resultado la ocurrencia de actos de conflicto o el peligro de tal ocurrencia.



### CAUSAS

- Falta de recursos y herramientas.
- Diferencia entre las visiones.
- Objetivos diferentes.
- Sobrecarga de tareas.
- Presión extrema en el ambiente de trabajo.
- Según su impacto.

### PREVENCION

1. Fortalece y fomenta la comunicación
2. Identifica los momentos críticos de la comunicación
3. Clarificar objetivos y responsables
4. Promover actividades de convivencia
5. Actuar de inmediato en los conflictos laborales
6. Cuida los cambios
7. Apuesta por lo digital

### CONSECUENCIAS

Afectando al rendimiento, a la productividad y, también, al nivel de satisfacción. Además, limitan el procesamiento cognitivo y reducen la conducta prosocial.

# FUENTES

- <https://protecciondatos-lopd.com/empresas/conflictos-laborales/>
- <https://www.sesamehr.mx/blog/consejos-para-evitar-conflictos-laborales/>
- <https://www.edenred.es/blog/estres-laboral-causas-sintomas-prevencion/>
- <https://www.imss.gob.mx/salud-en-linea/estres-laboral#:~:text=Tipo%20de%20estr%C3%A9s%20donde%20la,lo%20laboral%20y%20lo%20personal.>