



Lic. Medicina Veterinaria y Zootecnia

4to Cuatrimestre Grupo B

Asignatura:

Comportamiento Organizacional

Docente:

M.V.Z: María Lourdez Dominguez Figueroa

Tema:

Estres y conflicto laboral

Alumno:

Rolando de Jesús Cruz Roblero

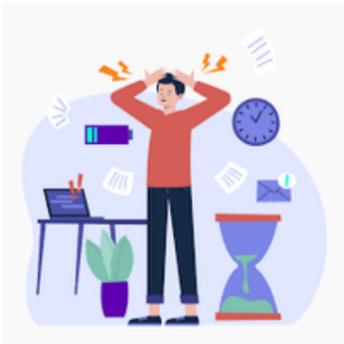
Fecha:

Sábado 02 de diciembre del 2023

Estres y conflicto laboral

Concepto de estres

El estrés es una sensación de presión, angustia y tensión que se siente en respuesta a una situación del entorno. El estrés laboral es común en el entorno de trabajo, cuando hay presión o tensión en el ambiente laboral.



Concepto de conflicto

Un conflicto laboral es una confrontación entre dos o más empleados con opiniones, puntos de vista o actitudes que generan fricciones entre las partes.



Causas

- Excesiva carga de trabajo con presión para los empleados que deben realizarlo.
- Falta de estímulos en un trabajo muy monótono y repetitivo.
- Empleo inestable que lleva al trabajador a tener miedo constante por perder el empleo.
- Un elevado nivel de responsabilidad, donde un error pequeño conlleva graves consecuencias.
- Tareas peligrosas o en condiciones insalubres.

Causas

- Falta de condiciones laborales óptimas
- Injusticias organizacionales
- Exceso de presión laboral
- Incompatibilidad de valores
- Personalidades y diferencias de percepción



Consecuencias

- Enfermedades y patologías.
- Problemas motores y cognitivos.
- Transtornos psicológicos graves que, en ocasiones, puede llevar al suicidio.
- Descenso acentuado de la productividad.
- Absentismo.
- Disminución en la calidad del servicio/producto.



Consecuencias

Tanto para tus jefes como para ti, las consecuencias pueden llegar a ser muy variadas. Con los conflictos laborales, el estrés y la frustración aumentan. En la parte personal, te cuesta conciliar el sueño y tu calidad de vida se ve alterada.

PREVENCIÓN Y GESTIÓN DE CONFLICTOS LABORALES



Prevenccion

Las mejores medidas de prevención para el estrés laboral es crear un lugar de trabajo cómodo, con ambiente agradable entre los empleados y con estímulos positivos y motivacionales.

Prevenccion

La prevención de conflictos se entiende como un conjunto de acciones constructivas adoptadas por terceros para evitar que las partes directamente enfrentadas recurran al uso de la violencia, sea ésta directa o estructural.

- Comunicación efectiva.
- Flexibilidad y adaptación.
- Mantener la calma.

Bibliografía

- <https://www.corteidh.or.cr/tablas/21264.pdf>
- <https://www.personio.es/glosario/resolucion-de-conflictos-laborales/#cmo-puede-prevenir-la-empresa-la-aparicin-de-conflictos>
- <https://prevecon.org/es/el-estres-laboral-definicion-causas-consecuencias-y-como-prevenirlo/#:~:text=El%20estr%C3%A9s%20laboral%20es%20aquel,recursos%20disponibles%20para%20cumplirla%20eficientemente.>