



**Nombre de alumno: Carlos Daniel  
Ramírez Hernández**

**Nombre del profesor: Jennifer  
Alejandra Courtois Espadas**

**Nombre del trabajo: súper nota**

**Materia: comportamiento  
organizacional**

**Grado: 4**

**Grupo: a**

Comitán de Domínguez Chiapas a 30 de noviembre de 2023.



# ESTRÉS Y CONFLICTO



## ESTRES

segun shuller el estres es una condicion dinamica en la cual la persona enfrenta una oportunidad, una limitación o una exigencia en relación con algo que desea. El estres no siempre es malo.  
componentes del estrés:  
desafio percibido, valor importante, insertidumbre sobre la resolucion



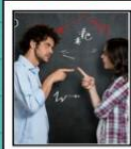
## DINAMICA Y CAUSAS DEL ESTRES



- cuando la persona percibe una amenaza externa su cuerpo produce sustancias quimicas, elevan la presion sanguinea, que preparan el organismo para otra batalla.  
CAUSAS: hay tres tipos de factores, ambientales, organizacionales, individual, actuan como fuentes
- potenciales del estrés. la persona tiene sintomas fisicos y conductuales

## CONFLICTO

- El conflicto es una situación en la cual dos o más personas con intereses distintos entran en confrontación, oposición o emprenden acciones mutuamente antagonistas.  
discordia, divergencia, disonancia, controversia.



Foto

## EFFECTOS DEL CONFLICTO



- todo conflicto produce en la organización, consecuencias positivas o negativas.  
POSITIVAS: Aumento de la cohesion del grupo,  
-innovación  
-cambios en la relación.  
NEGATIVAS frustracion y perdida de energia.  
-disminución de la comunicación,  
-confrontación



## ESTILOS DE MANEJO DEL CONFLICTO

Estilo competitivo, ganar o imponer.  
Estilo abstencionista, postura indiferente y no cooperativa.  
Estilo transigente, ambas partes tienen el mismo poder.  
Estilo acomodaticio  
Estilo colaborador



## TECNICAS PARA SU ADMINISTRACIÓN



- 1-Enfoque estructural, la organización crea un objetivo común, y de recompensas para incentivar
- 2-Enfoque en el proceso, utiliza procedimientos de negociación e intercambio entre las partes.
- 3-Enfoque mixto, combinación de ambos.

## Bibliografía

[58d0eea1f8140b26fdc7cbbe0933729-LC- MVZ401 COMPORTAMIENTO ORGANIZACIONAL.pdf \(plataformaeducativauds.com.mx\)](#)

## Bibliografía

[58d0eea1f8140b26fdc7cbbe0933729-LC- MVZ401 COMPORTAMIENTO ORGANIZACIONAL.pdf \(plataformaeducativauds.com.mx\)](#)