



Nombre Del Alumno: Luis Gabriel Pale Jiménez

Nombre del Prof.: Mtra. Jhoani Elizabeth Pérez López

Nombre del trabajo: super notas unida III y IV

Materia: C.O.

Grado: 5°

Grupo: Contaduría Pública y Finanzas



Estrés y conflicto

El estrés en el trabajo y cómo manejarlo:

- El estrés es un problema que ha ido creciendo en las organizaciones, probablemente como consecuencia de la mayor complejidad del trabajo, de la velocidad de los cambios y las transformaciones
- Tomarse un descanso

Técnicas para la administración de conflictos:

- Enfoque estructural: procura reducir al mínimo las diferencias entre grupos al identificar objetivos que éstos puedan compartir
- Enfoque en el proceso.
- Enfoque mixto.

Estilos de manejo de conflictos:

- Estilo competitivo.
- Estilo abstencionista.
- Estilo transigente.
- Estilo acomodaticio
- Estilo colaborador.

Efectos del conflicto:

- Aumento de la cohesión del grupo
- Innovación.
- Cambio.
- Cambios en las relaciones entre grupos en conflicto

Proceso de conflicto:

- Espera, que se deriva del propio bloqueo y es la esencia del conflicto.
- Tensión y ansiedad, provocadas por la demora y la posibilidad de que se produzca frustración
- Resolución. Significa llegar a la solución del conflicto y al consecuente alivio de la tensión.



Conflicto:

El conflicto es mucho más que un simple desacuerdo o desavenencia; consiste en una interferencia deliberada, sea activa o pasiva, que busca impedir que la otra parte logre sus objetivos.



Estrés:

condición inherente a la vida moderna, las indefiniciones e infinidad de límites y exigencias provocan que las personas estén expuestas al estrés



Fuentes potenciales del estrés:

- Factores ambientales
- Factores organizacionales
- Factores personales



Dinámica del estrés y causas

cuando la persona percibe una amenaza externa, su cuerpo produce sustancias químicas que elevan la presión sanguínea y desvían la sangre de la piel y del aparato digestivo hacia los músculos



Consecuencias del estrés

- un individuo que experimente mucho estrés puede desarrollar presión sanguínea elevada, úlceras, irritabilidad, dificultad para tomar decisiones rutinarias, pérdida del apetito, propensión a sufrir accidentes.



Manejo del estrés:

- Enfoques individuales: os individuos pueden aprender a reducir la tensión por medio de técnicas de relajamiento tales como la meditación, hipnosis y bio-retroalimentación
- Enfoques organizacionales



LIDERAZGO, PODER Y POLÍTICA

Poder: capacidad que tiene A para influir en el comportamiento de B de modo que éste actúe de acuerdo con los deseos de A.

Dependencia: Cuanto más dependa un subordinado de su jefe, mayor será su poder

Teoría de los rasgos de personalidad: inteligencia, el asertividad, el coraje y la astucia, entre otros, podrían ser la base del comportamiento característico de los líderes.

Uso del comportamiento político: implica los intentos que hacen los individuos por influir en el comportamiento de otros y en el curso de los acontecimientos que ocurren en la organización.

CONFLICTOS, PODER Y DEPENDENCIA EN LA ORGANIZACIÓN



- Poder formal
- Poder coercitivo
- Poder de recompensa
- Poder legítimo
- Poder personal
- Poder del experto



Tácticas de Poder:

formas en que los gerentes influyen en las personas y convierten su poder en acciones específicas.



Liderazgo:

conjunto de habilidades que hacen que una persona sea apta para ejercer tareas como líder



El liderazgo en contraste con la administración:

- Un líder muestra los atributos clave del liderazgo, ideas, visión, valores, influir en otros y tomar decisiones difíciles
- un administrador o gerente dirige el trabajo de otros y es responsable de sus resultados



Poder político:

Capacidad de tomar decisiones y liderar la sociedad



El uso del poder por los líderes:

- Poder legítimo.
- Poder de premiación
- Poder coercitivo

