



UNIVERSIDAD  
DEL SURESTE



# CUADRO SINOPTICO

**MATERIA:  
COMPORTAMIENTO  
ORGANIZACIONAL**

**NOMBRE DEL DOCENTE:**  
VICTOR ANTONIO GONZALEZ  
SALAS

**NOMBRE DEL ALUMNO:**  
HECTOR ANTONIO FLORES  
SANCHEZ

30 DE NOVIEMBRE  
DEL 2024

# ESTRÉS Y CONFLICTO

## QUE ES ESTRES

El estrés es una respuesta fisiológica y emocional del cuerpo ante demandas externas percibidas como desafiantes o amenazantes. Se origina cuando hay un desequilibrio entre las demandas de una situación y los recursos disponibles para afrontarlas.

## CAUSAS

- Exceso de trabajo.
- Problemas personales o financieros.
- Cambios repentinos en la vida.

## ¿QUÉ ES EL CONFLICTO?

El conflicto ocurre cuando dos o más partes tienen intereses, objetivos o valores incompatibles, generando tensión o enfrentamientos. Puede ser interno (dentro de una persona) o externo (entre individuos o grupos).

## TIPOS COMUNES DE CONFLICTO

- Intrapersonal: Cuando una persona enfrenta dilemas internos.
- Interpersonal: Entre dos o más personas debido a malentendidos o intereses opuestos.
- Organizacional: Dentro de un equipo o entre departamentos.

# **BIBLIOGRAFIA**

**[HTTPS://CONCEPTO.DE/CONFLICTO/}](https://concepto.de/conflicto/)**

**[HTTPS://WWW.WHO.INT/ES/NEWS-ROOM/QUESTIONS-AND-ANSWERS/ITEM/STRESS](https://www.who.int/es/news-room/questions-and-answers/item/stress)**