

CONCEPTO DE MOTIVACIÓN.

La motivación está constituida por todos los factores capaces de provocar, mantener y dirigir la conducta hacia un objetivo

CARACTERÍSTICAS DE LAS PERSONAS MOTIVADAS.

Una de las primeras características de una persona motivada, es la confianza en sí mismo. Es decir, una persona motivada confía en sus conocimientos, en sus habilidades, y en sus capacidades para lograr cosas.

Esto tiene mucho que ver con la autoestima, de hecho, si vemos los pasos de la escalera de la autoestima, podemos reconocer que las personas que tienen un buen concepto de sí mismas, suelen ser personas motivadas.

IMPLICACIÓN PARA EL DESEMPEÑO Y LA SATISFACCIÓN.

La satisfacción laboral es producto de la valoración de los resultados de la experiencia en el trabajo, con referencia a las expectativas del colaborador; es el estado de bienestar en el centro de trabajo, el cual se configura por las interacciones del colaborador con su ambiente laboral



Teoría de Douglas McGregor “X” y “Y”.

Cuando Douglas McGregor inició sus trabajos relacionados con el lado humano de las empresas, la forma de pensar y de administrar era muy diferente a la que se tiene actualmente.

En la actualidad, las teorías X y Y son consideradas un referente en las ciencias administrativas, en la motivación y en el estudio de las relaciones interpersonales, principalmente cuando se da la relación jefe-colaborador.

JERARQUÍA DE LAS NECESIDADES DE MASLOW.

La Teoría de la Jerarquía de Necesidades fue formulada por Abraham Maslow en el año 1943 y ampliada en posteriores investigaciones del mismo autor.



APLICACIÓN DE LAS TEORÍAS MOTIVACIONALES.

La Teoría de los Dos Factores, también denominada -Teoría de los Factores de Higiene y Motivación- fue fruto de un trabajo de investigación del psicólogo Frederick Herzberg. La investigación se publicó en 1968 y consistió en entrevistar a empleados de diversas organizaciones.

TEORÍA DE FACTORES DE HERZBERG

La Teoría de los Dos Factores, también denominada -Teoría de los Factores de Higiene y Motivación- fue fruto de un trabajo de investigación del psicólogo Frederick Herzberg. La investigación se publicó en 1968 y consistió en entrevistar a empleados de diversas organizaciones.

APLICACIÓN DE LAS TEORÍAS MOTIVACIONALES.

Las teorías motivacionales intentan explicar lo que motiva a las personas a comportarse de la manera que lo hacen. Se pueden aplicar a los lugares de trabajo para arrojar luz sobre por qué algunos empleados trabajan más o están más comprometidos que otros, lo que puede conducir a los gerentes a comprender cómo motivar a cada empleado para que se desempeñe en los niveles máximos.

CONCEPTO DE CONFLICTO Y FRUSTRACIÓN

Estado que se produce cuando la actividad realizada no logra la satisfacción de las necesidades, eso puede suceder por la aparición de barreras u obstáculos que impiden que el individuo logre su objetivo.



TIPOS DE CONFLICTO

Es inevitable que entre personas surjan conflictos. El conflicto, en general, se puede definir como una situación de enfrentamiento entre personas o grupos, que tiene diferentes ideas sobre un tema.

REACCIONES A LA FRUSTRACIÓN

La frustración es el sentimiento que surge cuando no logramos lo que queremos o cuando ocurre algo que no deseamos, y en el trabajo es común encontrar estos sentimientos. La frustración laboral crea trabajadores rendidos, con la moral baja, con quejas permanentes, y en algunos casos tienen conductas impropias, es la forma de reaccionar ante tal situación de frustración.



Negociación y soluciones de conflictos.

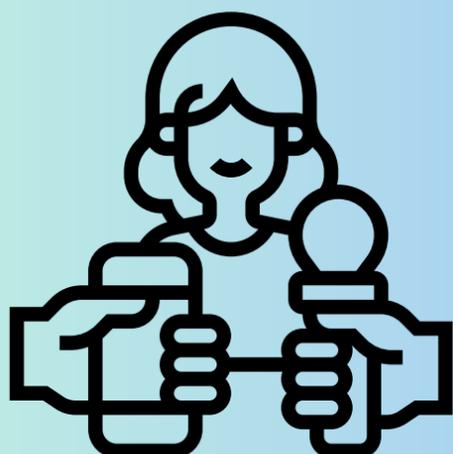
Pasos del proceso de solución de conflictos: un conflicto comienza cuando una parte, de modo intencional, afecta negativamente algún aspecto psicológico, físico territorial de la otra parte.

ESTRÉS LABORAL

El estrés laboral es un fenómeno, cada vez más frecuente, que está aumentando en nuestra sociedad, fundamentalmente porque los tipos de trabajo han ido cambiando en las últimas décadas. Afecta al bienestar físico y psicológico del trabajador y puede deteriorar el clima organizacional

El estrés es la segunda causa de baja laboral en la Unión Europea, afectando anualmente a cuarenta millones de trabajadores y suponiendo para sus países miembros un coste de veinte mil millones de euros al año en gastos sanitarios, sin contar la pérdida de productividad.

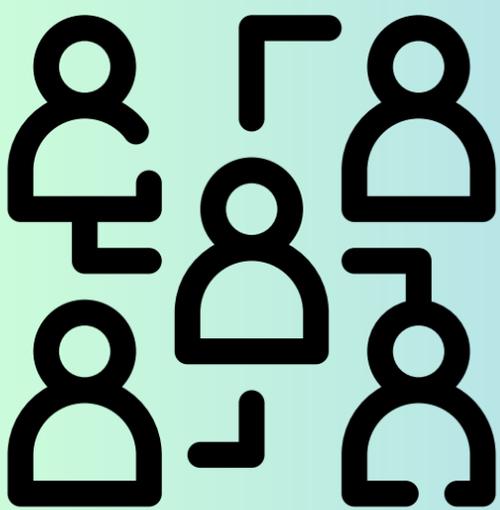
También el estrés laboral puede ser debido al desajuste entre las demandas del entorno y los recursos de los trabajadores para afrontarlas, es decir a la falta de ajuste entre las habilidades y capacidades de trabajador y las exigencias y demandas del trabajo a desempeñar.



MÉTODOS PARA EL MANEJO DE ESTRÉS.



El primer paso para manejar el estrés es reconocer la presencia del estrés en su vida. Todo el mundo experimenta el estrés de manera diferente. Es posible que se enoje o esté irritable, que no pueda dormir o que sufra dolores de cabeza o malestar estomacal.



Haga ejercicio. Realizar actividades físicas todos los días es la mejor y más fácil manera de lidiar con el estrés. Al hacer ejercicio, su cerebro libera químicos que lo hacen sentir bien. También puede ayudarle con su energía reprimida o su frustración.

Busque algo que disfrute, ya sea caminar, montar en bicicleta, jugar softball, nadar o bailar, y hágalo por al menos 30 minutos la mayoría de los días.



Desempeño laboral.

El desempeño laboral es el rendimiento que un trabajador refleja al momento de realizar las actividades que le corresponden. De esta manera, se considera si la persona es apta o no para el puesto asignado

Al realizar una evaluación del desempeño de empleados, no solo la empresa sale beneficiada, también los trabajadores, ya que pueden obtener mejores oportunidades de trabajo o un puesto acorde a su perfil.

BIBLIOGRAFIA

UDS. Antología de la Escuela





COMITAN DE DOMINGEZ CHIAPAS

MATERIA: Psicología organizacional

TEMA: Super nota

GRADO: 6

GRUPO: A

**NOMBRE DEL ALUMNO (A): JANETH
DEL ROCIO GARCIA GARCIA**

PROFESOR: Miguel Angel Lopez