

ÍNDICE

I. INTRODUCCIÓN.....	6
II. MARCO TEÓRICO.....	9
1. Estrés.....	9
1.1. Fuentes de estrés.....	10
1.2. Principales consecuencias del estrés: La reacción ante los estresores. .	12
2. Estrés en el ámbito laboral.....	15
2.1. Teorías entorno al estrés laboral.....	15
2.2. Causas asociadas al estrés laboral: Principales estresores.....	19
2.3. Principales consecuencias: Efectos del estrés laboral.....	24
2.4. Estrés Laboral y Variables sociodemográficas.....	27
2.4.1. Condición de sexo.....	27
2.4.2. Condiciones de antigüedad laboral y Edad.....	28
2.5. Consecuencias a nivel organizacional: Estrés Laboral y productividad. .	30
3. Estrategias de afrontamiento.....	33
3.1. Teorías de las Estrategias de afrontamiento.....	35
3.2. Función de las estrategias de afrontamiento.....	37
3.3. Instrumentos para medir las Estrategias de Afrontamiento.....	39
4. Satisfacción Laboral.....	42
4.1. Instrumentos que miden la Satisfacción Laboral.....	50
5. Compromiso Organizacional.....	53

6. Relación entre las variables: Teoría interaccionista y modelos sobre el estrés	55
III. OBJETIVOS.....	60
IV. PRODUCTOS DE LA INTERVENCIÓN.....	60
V. MÉTODO	61
1. Grupo objetivo de la intervención.....	61
2. Tipo, diseño y procedimientos de la intervención.....	61
2.1. Procedimiento de Investigación	62
2.1.1. Intervención Observada	63
3. Instrumentos y operacionalización de las variables.	65
3.1. Operacionalización de las variables.....	65
3.1.1. Estrés laboral	65
3.1.2. Afrontamiento	65
3.1.3. Satisfacción laboral	66
3.1.4. Compromiso Organizacional	66
3.2. Instrumentos.....	67
3.2.1. Escala de estrés percibido.....	67
3.2.2. Afrontamiento	68
3.2.3. Compromiso Organizacional	69
3.2.4. Satisfacción Laboral.....	71
4. Plan de análisis.....	71
VI. Resultados.....	72
VII. DISCUSIÓN Y CONCLUSIÓN	93

VIII. Propuesta de intervención	100
1. Propuesta de Intervención en relación a las fuentes de presión de cada Individuo	102
2. Propuesta de Estrategias de Afrontamiento	103
2.1 Tipos de estrategias presentados por el grupo a intervenir	103
2.2. Aprendizaje de las estrategias más efectivas ante una determinada situación de estrés.....	104
2.3. Eficacia de la estrategia de afrontamiento orientada al problema en el ámbito laboral.....	106
3. Propuesta para la mejora de estrés laboral a un nivel Organizacional e individual	107
3.1. Manifestaciones Individuales.....	108
3.2. Manifestaciones Organizacionales.....	108
4. Estrés Laboral y Variables sociodemográficas	112
5. Resumen narrativo de objetivos y actividades.....	114
IX. Referencias	120
X. Anexos	¡Error! Marcador no definido.