



**Universidad del Azuay**

**Facultad de Psicología**

**Carrera de Psicología Organizacional**

**NÍVELES DE ESTRÉS PROVOCADO POR LA  
INESTABILIDAD LABORAL**

**Autora:**

**María Del Cisne Faicán Carrión**

**Director:**

**Mgst. Carlos González**

**Cuenca-Ecuador**

**2023**

## **DEDICATORIA**

A mis padres y hermano, porque ellos han dado razón y sentido a mi vida, por los consejos y apoyo incondicional durante toda mi carrera universitaria, y quienes han creído en mí siempre, además de forjarme como la persona que soy hoy en día; muchos de mis logros se los debo a ellos, gracias por haber sido ejemplo de motivación y lucha diaria para conseguir mis más grandes anhelos.

A mi Chris por su apoyo incondicional y por su gran amor, por mantenerme en pie y ser mi compañero durante todo este proceso, sé que sin su soporte nada de esto habría sido posible.

## **AGRADECIMIENTO**

    Mi eterno agradecimiento a Dios, quien ha guiado mi camino con sus constantes bendiciones y protección. A mis padres y hermano quienes, con su amor infinito, apoyo y su gran esfuerzo me han dado la oportunidad de hoy poder concluir mi carrera universitaria.

    A mis abuelitos, tíos y primos, por su amor y sus constantes oraciones para que en mi vida todo vaya bien y en especial a mis ángeles quienes se adelantaron en el camino, pero que los recuerdo y los llevo en mi corazón siempre.

    A mi Chris, por su compañía y aliento, por ser mi más grande apoyo y animarme siempre, por consolarme cuando sentía que las cosas no salían como deseaba, y darme las fuerzas para intentarlo de nuevo, por creer siempre en mí y por darme la felicidad que hoy en día gozo gracias a su presencia.

## RESUMEN

La presente investigación buscó determinar cómo incide la inestabilidad laboral en el incremento de los niveles de estrés en los trabajadores de la ciudad de Cuenca, con el fin de establecer estrategias de afrontamiento que mejoren su bienestar físico, mental y laboral, es por ello que se aplicó el instrumento denominado “**Inventario de Malestar percibido por la Inestabilidad Laboral IMPIL**”, el mismo que nos permite medir el malestar provocado por la inestabilidad laboral y su manifestación en diferentes aspectos de la vida cotidiana de los evaluados, dando como resultado que tanto las molestias medioambientales, las preocupaciones por el futuro, además de las preocupaciones económicas y la competencia personal fueron las principales situaciones generadoras de malestar producto de la inestabilidad laboral, por ello se compartieron técnicas de afrontamiento con el fin de que los trabajadores puedan mitigar el malestar generado por los estresores.

**Palabras Clave:** Afrontamiento, Estrés, Inestabilidad Laboral, Malestar, Mitigar

## ABSTRACT

The present research sought to determine how labor instability affects the increase in stress levels in workers in the city of Cuenca, in order to establish coping strategies that improve their physical, mental and labor well-being, which is I apply the instrument called “**Inventario de Malestar percibido por la Inestabilidad Laboral IMPIL**” which allows us to measure the discomfort caused by labor instability and its manifestation in different aspects of the lives of those evaluated. As a result, both environmental discomfort, concerns for the future, as well as economic concerns and personal competition are the main situations that generate discomfort as a result of job instability, so resistance techniques were shared so that workers can mitigate the discomfort generated by job instability stressful.

**Keywords:** Job instability, Stress, Discomfort, Coping, To mitigate.



Este certificado se encuentra en el repositorio digital de la Universidad del Azuay, para verificar su autenticidad escanee el código QR

Este certificado consta de: 1 página