

Universidad de Lima
Facultad de Psicología
Carrera de Psicología



RELACIÓN ENTRE EL ESTRÉS LABORAL Y LA MOTIVACIÓN LABORAL

Trabajo de Suficiencia Profesional para optar el Título Profesional de Licenciado en
Psicología

Gabriel André Nuñez Soriano

Código UL 20142084

Allison Yoselin Valencia Chávez

Código UL 20141385

Asesor

María Lourdes Rosell de Almeida

Lima – Perú
Marzo de 2022

**RELATIONSHIP BETWEEN WORK STRESS
AND WORK MOTIVATION**

TABLA DE CONTENIDO

RESUMEN.....	vii
ABSTRACT.....	viii
CAPÍTULO I: INTRODUCCIÓN	9
CAPÍTULO II: MÉTODO	14
2.1 ¡Error! Marcador no definido.	14
2.1.1 ¡Error! Marcador no definido.	14
2.1.2 ¡Error! Marcador no definido.	14
2.2 ¡Error! Marcador no definido.	15
CAPÍTULO III: RESULTADOS	17
CAPÍTULO IV: DISCUSIÓN	30
CONCLUSIONES	37
REFERENCIAS	38

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 3.1. Análisis de los estudios analizados	17
Tabla 3.2. Metodología de los estudios seleccionados	18
Tabla 3.3. Principales hallazgos de los artículos analizados	21

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 2.1. Flujograma de la estrategia de búsqueda

16

RESUMEN

El estrés laboral, según Ortíz (2020), tiene un impacto físico y mental en los trabajadores, causando enfermedades crónicas, trastornos mentales o, según Pfeffer (2019), incluso la muerte. Por otro lado, Peña y Villón (2018) indican que la motivación laboral aumenta la productividad de las empresas; mientras que el Índice de Bienestar Laboral (2020) menciona que la desmotivación laboral afecta la salud mental, el compromiso y la productividad de los trabajadores. El objetivo de la presente revisión sistemática es identificar la relación entre el estrés laboral y la motivación laboral en los trabajadores. Para ello, se realizó una búsqueda en las bases de datos Scopus, ProQuest y EBSCO, seleccionando las investigaciones que cumplieran con los criterios de inclusión y exclusión planteados (n=10). Los hallazgos principales fueron que existe una relación inversa entre el estrés laboral y la motivación laboral, y que esta relación tiene un efecto en el desempeño laboral, la satisfacción laboral y bienestar emocional. Finalmente se concluye que las empresas deben tomar conciencia sobre la importancia de cuidar la salud mental de sus trabajadores y generar un ambiente de trabajo motivante, ya que esto beneficia la productividad individual y colectiva.

Palabras clave: estrés laboral, motivación laboral, salud organizacional, bienestar en el trabajo.