



## **NIVEL DE ESTRÉS LABORAL Y ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO EN FUNCIONARIOS PÚBLICOS VINCULADOS AL PODER JUDICIAL.**

**MARÍA ORIANA HAWES LORENZINI  
MARÍA FERNANDA ISABEL PEREDO ROJAS**

**PSICÓLOGO Y MENCIÓN EN PSICOLOGÍA SOCIAL Y DE LAS  
ORGANIZACIONES**

### **RESUMEN**

La presente investigación tiene por objetivo describir los niveles de estrés laboral y las estrategias de afrontamiento utilizadas por los funcionarios de organismos públicos vinculados al Poder Judicial. Se evaluó a un total de 71 trabajadores de la VII Región del Maule, pertenecientes a las comunas de Talca, Curicó y Linares, a través del instrumento "Monitor de Estrés" (2000), que evalúa niveles de estrés, síntomas, estresores y estrategias de afrontamiento para el manejo de estrés. El estudio establece diferencias significativas entre las localidades evaluadas, el sexo y el tiempo que llevan los funcionarios trabajando en los organismos. Los resultados indican que los mayores niveles de estrés se evidencian en la localidad de Talca, en mujeres y en los funcionarios que llevan más de tres años trabajando en la institución. Los estresores se asocian a factores laborales, tales como, el exceso de responsabilidades, la sobrecarga de tareas y funciones, y la presión del tiempo. Las consecuencias que han generado en los funcionarios son principalmente el sentirse bajo presión, padecer trastornos del sueño y algunas dolencias físicas tales como dolores de cabeza y músculos tensos. Los funcionarios lo afrontan utilizando estrategias adecuadas, atribuyéndose control al momento de enfrentar situaciones estresantes y planificando acciones para resolver los problemas. Estos resultados podrían ser considerados en planes de acción para estos trabajadores, con la finalidad de disminuir los niveles de estrés evidenciados, asimismo, las diferenciaciones establecidas entre los grupos, pueden generar intervenciones dirigidas a aquellos que se evidencian más afectados.

**Palabras Claves:** Estrés, Afrontamiento, Poder Judicial.

## **ABSTRACT**

The goal of this research is to describe the working stress levels and coping strategies used by members of the public service in the judiciary. Seventy-one workers from the Maule Region, from the localities of Talca, Curico and Linares, were assessed with the instrument "Stress Monitor" (2000) that assesses stress levels, symptoms, stressors and coping strategies to handle stress. The study found significant differences between members of localities, gender and time working in the judiciary. Results suggest that higher stress levels are found in Talca, in women, and in members of the public service with more than three years in the institution. Stressors associate to work factors such as excess of responsibilities, overcharge of duties and functions, and time pressure. Major consequences among workers are feeling under pressure, sleep disturbances, and some physical pains such as headaches and muscle strain. Workers try to cope using adequate strategies, self-attributing control when they face stressful situations, planning actions in order to solve problems. These results could be considered in action plans for these workers in order to diminish shown stress levels. Likewise, differences found among groups could generate interventions focused on those who show themselves as more affected.

Keywords: Stress, coping, judiciary