



**Nombre del alumno: Roblero Vázquez Paulo Sergio**

**Nombre del profesor: Sandra Daniela Guillen**

**Nombre del trabajo: Ensayo**

**Materia: Comportamiento Organizacional**

**PASIÓN POR EDUCAR**

**Grado: 5to**

**Grupo: A-13 Administración Y Estrategias de negocios**

Comitán de Domínguez Chiapas a 9 de abril del 2021

A continuación hablaremos de un tema que es de suma importancia y abarcaremos temas sobre la organización y como se da la interacción y conceptualizado con el entorno de la misma y como se suscitan los factores que estrechamente se describen con cada uno de nosotros como trabajadores.

Las organizaciones dependen de las personas y de las relaciones entre ellas. Mientras algunas personas tienen un desempeño exitoso en la organización y se sienten felices y satisfechas, otras quizá tengan serias dificultades. Son temas que, en general, exhiben aspectos disfuncionales e indeseables en una organización, pero que es necesario abordar y solucionar formalmente para que la eficacia no se vea mermada. El estrés es un problema que ha ido creciendo en las organizaciones, probablemente como consecuencia de la mayor complejidad del trabajo, de la velocidad de los cambios y las transformaciones, de las incertidumbres que éstos provocan, de la intensa carga de trabajo y de la mayor cantidad de responsabilidades asignadas a las personas, entre otros factores

. Cierta nivel de estrés es normal y permite a la persona concentrarse y enfrentar los desafíos de la vida. Sin embargo, a medida que las presiones se acumulan, el organismo se sobrecarga y, en lugar de volver a un estado de equilibrio, tiende a adaptarse a la presión constante y, cuando el estrés aumenta, reacciona en forma desagradable. Según Schüller, el estrés es una condición dinámica, en la cual la persona enfrenta una oportunidad, una limitación o una exigencia en relación con algo que desea y cuyo resultado es, al mismo tiempo, importante e incierto. Esta definición requiere algunas aclaraciones: el estrés no siempre es malo.

Casi siempre se habla de él en un contexto negativo y mórbido, pero también tiene aspectos positivos. Por una parte, el estrés puede derivarse de la oportunidad de ganar algo, como ocurre con un actor o un atleta que enfrentan situaciones que rebasan sus capacidades. En ese caso, las personas usan el estrés para dar todo lo que pueden. Sin embargo, después el organismo se relaja y se desacelera. Cuando la presión se vuelve muy intensa y prolongada, la persona no es capaz de relajarse y se siente angustiada.

Por otra parte, el estrés suele relacionarse más con restricciones y exigencias. Las restricciones impiden que la persona consiga hacer lo que pretende. Las exigencias implican la pérdida de algo deseado. Cuando una persona se somete a una entrevista de selección o a una evaluación de su desempeño en la organización, enfrenta oportunidades, restricciones y exigencias. Una buena entrevista le abrirá las puertas al puesto y al salario que desea. Una Entrevista insatisfactoria podría cerrarle la oportunidad y ello generaría estrés. La tensión se

deriva de cualquier circunstancia amenazante (o que sea percibida como tal) para el bienestar de la persona y mina su capacidad para enfrentarla.

La amenaza puede afectar la seguridad física, mediata o inmediata, la reputación, la autoestima, la tranquilidad y otros aspectos que la persona valora o que desea conservar.

“El proceso del estrés es bien conocido: una vez que el individuo siente una amenaza externa, su cuerpo humano genera sustancias químicas que elevan la presión de sangre y desvían la sangre de la dermis y del artefacto digestivo hacia los músculos”. (UDS,79,2021)

Una vez que la amenaza se alarga, ocurren otros cambios que preparan al organismo para una extensa contienda. El cuerpo humano comienza a retener agua y sales y genera más jugos gástricos para hacer más eficiente la digestión frente a la falta de sangre, la cual fue desviada hacia otros órganos internos.

“Los individuos que trabajan en puestos de elevado grado y combaten exigencias que permanecen fuera de su control son 3 veces más sensibles a padecer presión física que genera la presión alta no ayuda a los individuos actual a afrontar sus desafíos diarios”.(UDS,80,2021)

Concluimos con que la importancia de la organización es modificar una condición que predispone al conflicto el enfoque estructural procura reducir al mínimo las diferencias entre grupos al identificar objetivos que éstos puedan compartir. Si el gerente consigue que los grupos adquieran conciencia de que tienen intereses en común, éstos dejarán de percibir que sus metas son incompatibles. La amenaza externa y el enemigo común son soluciones que se utilizan con frecuencia para encontrar objetivos compartidos.