



Licenciatura:

Medicina veterinaria y zootecnia

Nombre de alumno:

Ángel Ernesto Muñoz Roblero

Nombre del profesor:

Alejandro Aguilar Morales

Nombre del trabajo:

Fuentes potenciales del estrés

Materia:

Comportamiento organizacional

Cuatrimestre:

4to

Grupo:

A

*Comitán de Domínguez Chiapas a 24 de noviembre de 2024.
octubre de 2024.*

FUENTES POTENCIALES DEL ESTRÉS

Existen 3 fuentes potenciales del estrés los factores ambientales, organizacionales y los individuales

Ambientales



La incertidumbre del ambiente puede repercutir en los niveles de estrés de los empleados. Por ejemplo, el ruido excesivo puede provocar trastornos del sueño, irritabilidad y cansancio

Organizacionales



En el lugar de trabajo, el estrés puede ser causado por altas cargas de trabajo, falta de control, ausencia de apoyos, falta de habilidades, entre otros

Individuales



Problemas familiares, económicos, exceso de trabajo, temor, entre otros.



Para reducir el estrés, se puede ampliar la red de apoyo social, hablando y compartiendo con amigos, familiares o compañeros de trabajo