



*Hannia Valeria Santis López*

*Súper nota*

*Parcial 4*

*Alejandro Aguilar Morales*

*Medicina Veterinaria y Zootecnia*

*Cuatrimestre 4*

# FUENTES POTENCIALES DEL ESTRÉS

Existen tres fuentes potenciales del estrés : los factores ambientales, las organizaciones y los individuales

## Factores ambientales

1. Los cambios en el ciclo comercial generan incertidumbre económica

2. Cambios tales como las catástrofes naturales o ciertas situaciones especialmente traumáticas

3. La incertidumbre política: Crea estrés entre los habitantes de un país

4. La incertidumbre tecnológica es el tercer efecto ambiental que produce estrés: las computadoras de sistemas de producción y otras novedades tecnológicas son una amenaza para muchas personas

## Factores organizacionales

1. El diseño del puesto (autonomía variedad de las tareas grado de automatización)

2. Los trabajos administrativos que cada vez más desarrolla el trabajador y los conflictos de rol

3. En cuanto al número de actividades esta característica se ha relacionado tradicionalmente con un mayor nivel de estrés

4. La disposición física del trabajo las exigencias del rol se relacionan con atenciones que se imponen a una persona por la función que cumple en la organización

5. Las organizaciones recorren un ciclo. Se funda, crecen, maduran y al final declinan



## Factores individuales

1. La vida privada de los empleados, como problemas económicos, personales y problemas familiares

2. Las personas muy motivadas y con alta autosuficiencia corren el riesgo de padecer estrés, mientras que las poco motivadas y con bajo autosuficiencia tan solo experimentan estrés

3. Finalmente otras variables como los pensamientos irracionales el neuroticismo y la falta de empatía han sido relacionadas con el aumento de los índices de estrés

