



**Nombre de alumno: Alejandro Jaime Loya.**

**Nombre del profesor: Alejandro Aguilar Morales.**

**Nombre del trabajo: super nota .**

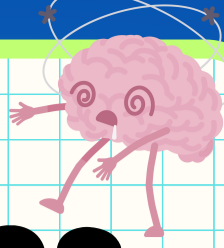
**Materia: Comportamiento organizacional.**

**Grado: Cuarto cuatrimestre.**

**Grupo: B.**

Comitán de Domínguez Chiapas a 30 de noviembre de 2024

# Fuentes potenciales del Estrés.



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



## Factores ambientales.

Así como la incertidumbre del ambiente influye en el diseño de la estructura de una organización.

1. Los cambios en el ciclo comercial generan incertidumbre económica.

2. Cambios tales como las catástrofes naturales (inundaciones, terremotos, etc.).

3. La incertidumbre política: Crea estrés entre los habitantes de un país, sobre todo cuando se avizora que un cambio de gobierno podría desencadenar alza en los productos de la canasta básica.

4. La incertidumbre tecnológica es el tercer factor ambiental que produce estrés.



## Factores organizacionales.

Las exigencias de las tareas son factores que se relacionan con el trabajo de una persona.



1. El diseño del puesto. Todos los factores relacionados con la sobrecarga laboral están íntimamente relacionados con el cansancio emocional.

2. Los trabajos administrativos que cada vez provocan un aumento en los niveles de estrés y en los inicios de cuadros de estrés.

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 las tensiones que se imponen a una persona por la función que cumple en la organización.



## Factores individuales.

Son los factores que presentan problemas o inconvenientes relacionados con:

1. La vida privada de los empleados.



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

Las personas muy motivadas y con una alta autoeficacia corren el riesgo de padecer estrés.

Finalmente, otras variables como los pensamientos irracionales, el neuroticismo y la falta de empatía

