



TTI SUCCESS INSIGHTS®

7 aspectos que Usted va descubrir sobre el

ESTRÉS

usando el Coeficiente de Estrés®

¿Le ha ocurrido que sienta que no es usted mismo en el trabajo?

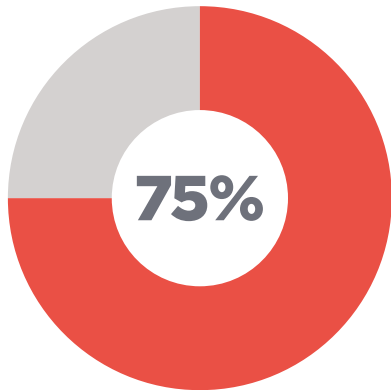
Quizás sus amigos y familia le han dicho que están preocupados por usted. Su equipo de trabajo, o su departamento o toda la organización se muestran distraídos y ansiosos? ¿Se siente sin ánimo o con la moral baja?



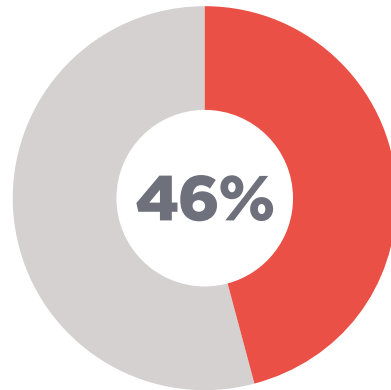
*El estrés, en pequeña medida, puede ser motivador y productivo. **Pero el estrés excesivo puede afectar su salud aunque no se dé cuenta de que lo padece.***

Una encuesta realizada por el Centro de la Asociación Norteamericana de Psicología para la Excelencia en la Organización (“American Psychological Association”) en 2013 mostró que el estrés relacionado con el trabajo es un tema crítico.

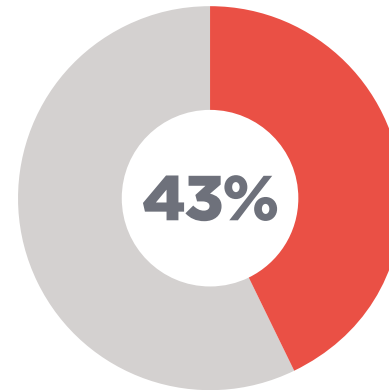
Más de un tercio de los norteamericanos en actividad laboral reportaron que padecen estrés crónico en el trabajo, y sólo el 36 % expresó que las organizaciones brindan recursos suficientes para ayudarlos a manejar ese estrés.



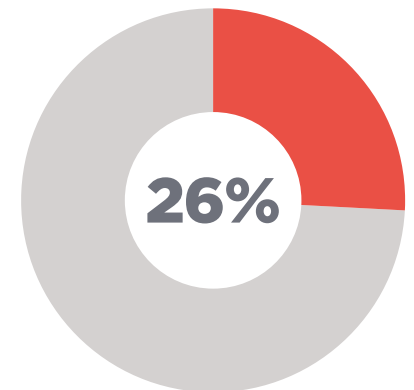
El 75% reporta haber experimentado por lo menos un síntoma de estrés en el último mes.



El 46% se siente deprimido o triste debido a situaciones de estrés en el último mes.



El 43% dice que el estrés lo ha mantenido despierto de noche en el último mes.



El 26% dice que el estrés se ha incrementado en el último año.

Stress in America Report, APA 2015

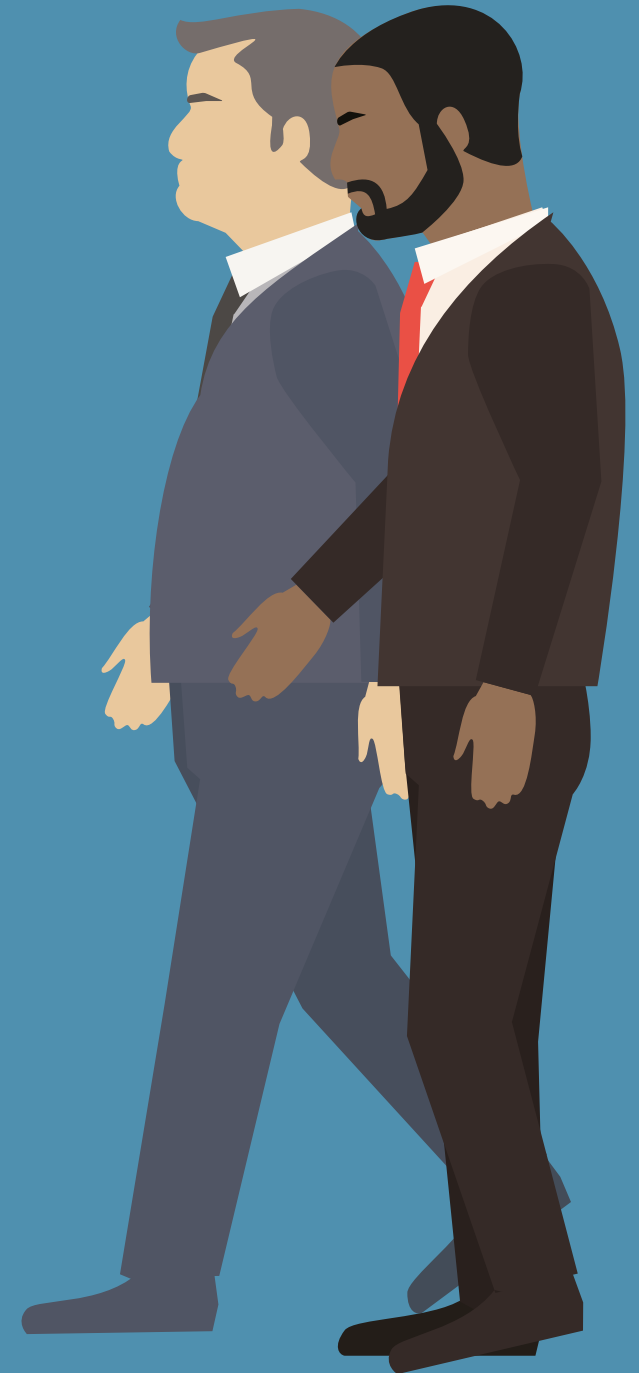
Si no reconoce completamente el nivel de estrés y no lo mide, ¿cómo puede identificarlo en el trabajo?

¿Y cómo va a comprender el Director de Recursos Humanos, o el Presidente de la organización el efecto dañino que produce el estrés sobre todos los empleados?



STRESS QUOTIENT™

El estrés laboral puede afectar profundamente la productividad y el compromiso con la organización. **A continuación, descubrirá los 7 factores de estrés que utiliza la evaluación de diagnóstico de coeficiente de Estrés de TTI SI.**





*Descubrirá de dónde
proviene su estrés y
cómo le puede estar
afectando.*

Tomando los 7 factores de estrés fundamentales, aprenderá cuál es el que le genera mayor nivel de estrés, y contará con una guía para controlarlo.



Descubrirá cuál es el nivel de intensidad del estrés a nivel individual y grupal.

Esto lo ayudará a identificar el área conflictiva de estrés en grupos de trabajo, en las distintas áreas o en toda la organización, de manera que pueda compararlo y contrastarlo.



*Usted y su equipo
comenzarán a
conversar sobre el
estrés y su impacto.*

Una vez que entiendan la intensidad del estrés y de dónde proviene, podrán hablar abiertamente sobre los efectos que produce en el trabajo y cómo lo está manejando cada uno.



*Usted podrá
determinar cómo el
estrés está afectando
la productividad
organizacional.*

El compromiso y el ánimo en su organización son los motores de la productividad. Sin embargo, el estrés puede obstruirlos.



Usted podrá comprobar si las demandas en el trabajo incentivan la colaboración o generan conflicto.

Cuando las demandas son altas, crecen las responsabilidades y el estrés.



Usted podrá comprobar si los miembros de la organización se sienten adecuadamente reconocidos.

La gente quiere ser reconocida de distintas maneras, pero la manera en que usted la reconozca, no debería causarle estrés.



Usted descubrirá temas que pensaba que ya estaban resueltos, pero realmente no lo están.

Usted no puede recomponer lo que no sabe que se ha roto. El estrés puede potenciarse cuando los problemas siguen sin resolverse en la mente de las personas.

*El comprender que el estrés existe en su vida o en el trabajo **NO** es suficiente información para superarlo.*

Al examinar detenidamente todos los tipos de estrés, los factores, y los niveles de estrés dentro de la organización, usted puede provocar un cambio significativo para protegerse de los resultados inevitables del estrés excesivo.



Para mayor información, visite
<http://www.impacto-del-estres.com>
ó solicite su Informe Personal a:
informe@impacto-del-estres.com



STRESS QUOTIENT™

<http://www.impacto-del-estres.com>