**Tableau 1 : Modèle cognitif et conditionnel du stress professionnel**

| Sources de stress en milieu de travail | Caractéristiques individuelles | Symptômes et signes de tension | Effets sur la santé |
|---|---|---|---|
| **Sources extrinsèques :**<br><br>-médiocrité des conditions de travail<br><br>-ambiguïté du cheminement de carrière<br><br>- insécurité d'emploi<br><br>- niveau de risque<br><br>- iniquité salariale<br><br>- conflits de rôle<br><br>**Sources intrinsèques :**<br><br>- contraintes de temps<br><br>- surcharge de travail<br><br>- niveau de difficulté faible ou trop élevé<br><br>- niveau de responsabilité trop faible ou trop élevé<br><br>- niveau de participation à la prise de décision trop faible ou trop élevé | **Soutien social**<br><br>**Personnalité**<br><br>**Importance relative de l'emploi**<br><br>**Caractéristiques sociodémographiques** | **Symptômes psychologiques** : dépression, anxiété, irritabilité, fatigue, épuisement professionnel<br><br>**Symptômes somatiques** : myalgie, dermatite, troubles gastro-intestinaux, tremblement neurologique, problèmes cardiaques<br><br>**Signes comportementaux** : tabagisme, alcoolisme, toxicomanie, dysfonctions sexuelles, grave perte ou gain de poids.<br><br>**Signes physiologiques :** hypertension, migraines, sudation, fréquence cardiaque accrue, cholestérol | **Santé de l'individu :**<br><br>Maladies des organes,<br><br>Maladies cardiovasculaires<br><br>Ulcères gastro-intestinaux<br><br>Déséquilibre psychologique ou psychiatrique. |