

## عنوان مقاله:

بررسی اثربخشی آموزش مدیریت استرس به شیوه شناختی - رفتاری بر سلامت روان و فرسودگی شغلی پرستاران بیمارستانهای علوم پزشکی اهواز

## محل انتشار:

چهارمین کنگره بین المللی سایکوسوماتیک (سال: 1391)

تعداد صفحات اصل مقاله: 15

## نویسنده:

آمنه عالی وند - کارشناس ارشد روانشناسی بالینی

## خلاصه مقاله:

در پژوهش حاضر اثربخشی آموزش مدیریت استرس به شیوه شناختی رفتاری بر سلامت روان در چهاربعده نشانگان جسمی اضطراب بدکارکردی افسردگی و فرسودگی شغلی در سه بعد خستگی هیجانی، مسخ شخصیت و کفایت شخصی پرستاران مورد بررسی قرار گرفت. سلامتی انسان میتواند در اثر وجود استرس دگرگون شده و عدم تعادل در حالت جسمی و روانی پدیدار شود. استرهای طولانی و مداوم محیط کار میتواند باعث بروز فرسودگی شغلی شده و مسائلی چون استعفا غیبت های مکرر کاهش انرژی و بازده کاری را بدنبال آورد. فرسودگی شغلی یک سندرم جسمی روانی است که در افراد شاغل در حرفه های کمک رسانی هنگامی که خود را غرق در مشکلات دیگران احساس می نمایند بوجود می آید. هدف پژوهش آن است که در افراد شاغل در حرفه های کمک رسانی هنگامی که خود را غرق در مشکلات دیگران مورد بررسی قرار دهد که آموزش مهارت کنترل استرس چه تاثیری بر سلامت روان و فرسودگی شغلی پرستاران زن بخش مراقبت های ویژه برخی از بیمارستانهای دانشگاه علوم پزشکی اهواز دارد؟ این تحقیق یک طرح تجربی میدانی از نوع پیش آزمون پس آزمون با گروه کنترل و پیگیری بوده است.

## کلمات کلیدی:

سلامت روان، افسردگی شغلی، آموزش مدیریت استرس به شیوه شناختی - رفتاری، پرستاران

## لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/188488>

