

عنوان مقاله:

ارزیابی تاثیر مدیریت استرس بر کیفیت زندگی آتش نشانان با تاکید بر سلامت روان (مطالعه موردی: آتش نشانان منطقه ۳ عملیات شهر تهران)

محل انتشار:

ششمین کنفرانس بین المللی و هفتمین کنفرانس ملی عمران، معماری، هنر و طراحی شهری (سال: 1403)

تعداد صفحات اصل مقاله: 10

نویسندگان:

سیروان زردی - دانشجوی کارشناسی ارشد مهندسی بهداشت، ایمنی و محیط زیست، دانشگاه مهر البرز

سعید بشیری - استادیار گروه مهندسی HSE، دانشکده فنی مهندسی، دانشگاه مهر البرز، تهران، ایران

فاطمه کریم پور - دانشجوی کارشناسی ارشد مهندسی بهداشت، ایمنی و محیط زیست، دانشگاه مهر البرز

خلاصه مقاله:

آتش نشانان به دلیل فعالیت در محیط های پرخطر در معرض استرسهای گوناگون قرار دارند که این استرسها می تواند اثرات منفی بر کیفیت زندگی آتش نشانان شود. لذا هدف این پژوهش، بررسی اثربخشی مدیریت استرس بر کیفیت زندگی مرتبط با سلامت روان آتش نشانان شهر تهران بود. پژوهش حاضر نیمه تجربی با پیش آزمون و پس آزمون و گروه کنترل می باشد. جامعه آماری تمامی آتش نشانهای مرد در سازمان آتش نشانی منطقه ۳ عملیات شهر تهران در سال ۱۴۰۲ بودند که با استفاده از نمونه گیری تصادفی ساده تعداد ۳۰ نفر از آنها انتخاب و در دو گروه آزمایش و کنترل جای گرفتند. گروه آزمایش طی ۱۰ جلسه ۹۰ دقیقه ای تحت مداخله آموزش مدیریت استرس قرار گرفت. در حالی که در این مدت گروه کنترل هیچ مداخله ای را دریافت نکردند. برای جمع آوری دادهها از دو مقیاس کیفیت زندگی مرتبط با سلامت استفاده شد. دادهها با استفاده از تحلیل کواریانس و با نرم افزار SPSS نسخه ۲۱ تحلیل شدند. نتایج نشان داد آموزش مدیریت استرس در گروه آزمایش، نمرات مولفه های کیفیت زندگی را به طور معنی داری افزایش داد. این مطالعه نشان داد که برنامه آموزشی مدیریت استرس می تواند موجب افزایش کیفیت زندگی مرتبط با سلامت شغلی آتش نشانان شود. لذا به مدیران مراکز آتش نشانی توصیه می شود که از این برنامه برای ارتقای سلامت روان آتش نشانان استفاده کنند.

کلمات کلیدی:

مدیریت استرس، کیفیت زندگی، سلامت روان، آتش نشان.

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/2042797>

