

عنوان مقاله:

بررسی عوامل استرس زا و راه های مقاله با فشار عصبی در محیط کار

محل انتشار:

ششمین همایش کیفیت و بهره وری در صنعت برق (سال: 1384)

تعداد صفحات اصل مقاله: 14

نویسنده:

مریم زارع - کارشناس ارشد مدیریت نیروی انسانی، شرکت برق منطقه ای یزد

خلاصه مقاله:

بسیاری از مردم فشار روانی را در سطوح مختلف تجربه می کنند این فشار های روانی می توانند برای پدیده های مختلف در زندگی فردی به وقوع بپیوندند هرچند استرس ها می توانند اثرات مثبتی را هم به دنبال داشته باشند ، ولیکن با اثرات منفی می توانند سلامت فردی را تهدید کنند. بطوری که یکی از دلایل عمده بروز بسیاری از عوارض نظیر فشار خون بالا و بیماریهای قلبی، فشار عصبی دراز مدت است. افراد مبتلا به فشار عصبی، رفتارها و واکنشهای ناپسند زیادی دارند این مشکل می تواند هزینه زیادی بر آنها کارفرما و جامعه تحمیل کند. فشار عصبی می تواند توانایی شخص را در اتخاذ تصمیمات مناسب کم کند. و حتی کانون خانه و خانواده را به نابودی بکشانند. استرس و یا فشار عصبی در سازمان هایی وجود دارد که در آنها، غیب افراد زیاد است، کارمندان دائما تعویض میشوند، روابط صنعتی و روابط با مشتری رو به افول است و کنترل کیفیت ضعیفی در آنها اعمال می شود بروز استرس دلایل متعددی دارد، از توضیحات کاری نامشخص و مداخله ای گرفته تا ناهنجاری در ارتباطات و شرایط ضعیف کاری که به طور مداوم میزان بیماری و عیب را افزایش می دهد. از آنجا که انسان مهمترین عامل در تولید و خدمات می باشد، در این مقاله سعی شده ضمن بررسی عوامل موثر بر ایجاد استرس و فشار عصبی بر کارکنان در محیط کار، اثرات استرس بر فرد از دیدگاه پزشکی روانشناسی ، مدیریت و نیز اثرات استرس بر احساسان، تصمیم گیری ، خانواده جامعه و غیره مورد بررسی قرار گیرد و در پایان نیز پیشنهاداتی برای بهبود وضعیت روحی کارکنان و کاهش استرس در آنها ارائه شده است.

کلمات کلیدی:

استرس

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/30060>

