

عنوان مقاله:

مهارت های مدیریت استرس در محیط های کاری: مروری بر نقش 10 عامل در مدیریت استرس مرتبط با محیط کار

محل انتشار:

همایش پژوهش های مدیریت و علوم انسانی در ایران (سال: 1395)

تعداد صفحات اصل مقاله: 19

نویسنده:

امیرحسین رنجبر محمدیان - دانشجوی کارشناسی ارشد رشته مدیریت اجرایی دانشگاه تهران

خلاصه مقاله:

هدف از انجام این پژوهش، بررسی نقش پارامترهای مختلف در مدیریت استرس در محیط های کاری است. لذا با مروری بر تحقیق های علمی و پژوهشی انجام شده در طی سال های 1994 تا 2015 به بررسی نقش 10 عامل مختلف در مدیریت استرس در محیط های کاری می پردازیم. در نهایت به این نتیجه رسیدیم که به عنوان یک قاعده کلی، فعالیتهایی که برای کاهش استرس شغلی در محل کار انجام میگیرند باید اولویت را به تغییرات سازمانی برای بهبود شرایط کاری قرار دهند و ترکیبی از تغییرات سازمانی و مدیریت استرس مفیدترین روش برای پیشگیری از استرس در محیط کار میباشد. با توجه به اینکه مشخص گردید سطحی از استرس کاری مفید است لذا تعیین سطح استرس کاری مفید در هر سازمان متناسب با کار و سطح سازمانی افراد آن سازمان و نحوه اندازه گیری استرس کاری آن سازمان در قالب تهیه فرم های خاصی تحت عنوان تعیین استانداردهای مدیریتی استرس مرتبط با محیط کار مربوطه و فرم های اندازه گیری استرس در محیط کاری مربوطه (مثلا از طریق اضافه کردن بندی به بندهای استانداردهای مدیریتی مانند HSE ، ISO9001 و... در قالب روش های تعیین میزانمجاز استرس محیط کار و نحوه اندازه گیری استرس محیط کار در ورژن های جدید این استانداردها) و کاربرد آن ها توسط سازمان ها و بررسی اینکه چه آموزش های پیشگیرانه ای در جهت کاهش استرس کاری بر روی نگرش افراد اثر دارد (مانند دوره های بصیرتی و عقیدتی و غیره) می تواند به عنوان تحقیقات آینده در نظر گرفته شود.

کلمات کلیدی:

مدیریت استرس، استرس محیط کاری، مهارت های مدیریت

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/492541>

