

## عنوان مقاله:

مدیریت استرس شغلی

## محل انتشار:

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

تعداد صفحات اصل مقاله: 21

## نویسنده:

داود یوسفی حاجی آبادی - رشته مدیریت اجرایی

## خلاصه مقاله:

امروزه استرس یکی از عمومی ترین مسائل زندگی انسان است که ناشی از عوامل مختلف فردی، محیطی و شغلی می باشد و ما ناچار از درک و شناخت مفهوم استرس و راه های پیشگیری و مقابله با آن هستیم. در این مقاله پس از اشاره ای کوتاه به تاریخچه ی مطالعات مرتبط با استرس، به بیان مفهوم و معانی استرس و رویکردهای مختلفی که توسط محققین پیرامون فرآیند استرس مورد بررسی و تحلیل قرار گرفته ذکر شده است. در ادامه عوامل بروز استرس، مدل های مختلف استرس های شغلی، پیامدهای بروز استرس و در پایان راهکارهای پیشگیری و مقابله با استرس مورد بررسی قرار گرفته اند. بر اساس نتایج بدست آمده از پژوهش حاضر استرس کاری، تاثیرات جسمی، روانی و رفتاری نامطلوبی بر سلامت فرد دارد و سازمان متبوع نیز متاثر از پیامدهای سوء استرس قرار می گیرد که با رعایت مراقبت ها و راهکارهایی پیشنهاد شده، می توان این تبعات سوء را به حداقل ممکن کاهش داد

## کلمات کلیدی:

استرس، سلامت، کارکنان، شغل، مدیری

## لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/492574>

