

## عنوان مقاله:

بررسی فشارهای روانی ( استرس و افسردگی) در زنان شاغل شهر کرمان در سال 1396

## محل انتشار:

کنفرانس ملی دستاوردهای نوین جهان در تعلیم و تربیت، روانشناسی، حقوق و مطالعات فرهنگی - اجتماعی (سال: 1397)

تعداد صفحات اصل مقاله: 10

## نویسنده:

نسرین بهرآسمانی - کارشناس ارشد روانشناسی بالینی دانشگاه آزاد اسلامی زرنند و کارشناس مشارکت های مردمی و امور شاهد

## خلاصه مقاله:

توجه به امور زنان یکی از زمینه های ضروری پیشرفت و داشتن یک جامعه سالم است. از آنجا که زنان شاغل علاوه بر مسایل و مشکلات زندگی شخصی خود در محیط کارشان هم فشار روانی قابل ملاحظه ای را تحمل می کنند احتمال افسردگی و به تبع آن نداشتن سلامت جسمی در آنان بیشتر از زنان خانه دار است و همین امر موجب کاهش بازدهی آنان در محیط کار نیز می شود. بنابراین هدف اصلی از انجام این پژوهش بررسی فشار روانی زنان شاغل شهر کرمان است. که به این منظور ابتدا عوامل موثر، آثار و نشانه های جسمی و روانی این زنان بررسی می گردد و در نهایت راهکارها و پیشنهاداتی برای مقابله با این فشارهای روانی ارائه شده است. پژوهش حاضر نظری، از نوع کتابخانه ای است و روش آن توصیفی تحلیلی با داده های غیرکمی و به نوعی کیفی است. و از ابزاری چون مشاهده، مصاحبه رسمی و غیررسمی و فیش برداری از کتاب ها استفاده شده است. یافته های پژوهش نشان می دهد که حمایت اجتماعی زنان شاغل به ویژه از سوی خانواده و در صورت تاهل از سوی همسر به آنان در مقابله با استرس و افسردگی کمک بسیار زیادی می کند.

## کلمات کلیدی:

زنان شاغل، استرس، افسردگی، عوامل ایجاد کننده حمایت اجتماعی

## لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/823472>

