

عنوان مقاله:

اثرات مدیریت رفتار سبز بر بهبود و پیشگیری از افسردگی

محل انتشار:

فصلنامه مطالعات مدیریت و کارآفرینی، دوره 10، شماره 1 (سال: 1403)

تعداد صفحات اصل مقاله: 7

نویسنده:

افسانه برزعلی - کارشناس ارشد مدیریت منابع انسانی، دانشگاه آزاد، واحد علی اباد کنول

خلاصه مقاله:

این مقاله به روش مطالعات مروری بر تاثیر مدیریت رفتار سبز بر بهبود و پیشگیری از افسردگی را بررسی کرده است. مدیریت رفتار سبز شامل فعالیت های محیطی و اجتماعی برای حفظ محیط زیست است که می تواند تاثیرات مثبتی بر روانی و اجتماعی افراد داشته باشد. نتایج این تحقیق نشان داده که مدیریت رفتار سبز می تواند منجر به کاهش سطح افسردگی شود و بهبود معیارهای روان شناختی و اجتماعی فرد را آورده و به ارتقای کیفیت زندگی افراد کمک کند. به طور خلاصه، اثرات مدیریت رفتار سبز بر بهبود و پیشگیری از افسردگی می تواند از طریق ایجاد ارتباط با محیط زیست، افزایش احساس مسئولیت اجتماعی و بهبود روحی آدمیان، زیرساخت های موثری برای بهبود کیفیت زندگی افراد فراهم کند. مطالعات نشان داده اند که محیطات سبز و فضای طبیعی می تواند تاثیر قابل توجهی بر سلامت روانی داشته باشد. ارتباط با طبیعت و فضاهای سبز می تواند احساس خوبی و افزایش تعادل روحی را تقویت کند، که در پیشگیری از افسردگی و کاهش استرس و اضطراب موثر است. مدیریت رفتار سبز شامل روش هایی است که افراد را تشویق می دهد تا رفتارهای سبز، محیط زیستی و پایدارتر را انتخاب کنند. این اقدامات شامل کاهش مصرف انرژی، بازیافت زباله، استفاده از حمل و نقل عمومی و سایر رفتارهای سبز می شود. مطالعات نشان داده اند که انجام رفتارهای سبز می تواند احساس تعلق به محیط زیست و جوامع خود را تقویت کند و از اغماض زیان های زیست محیطی جلوگیری کند. از طرف دیگر، افسردگی یک مشکل جوامعی و بهداشتی جدی است که اثرات بسیار بدی بر کیفیت زندگی افراد دارد.

کلمات کلیدی:

مدیریت رفتار سبز، تاثیرات مثبت محیط زیستی، اثربخشی اعمال سبز در کاهش استرس و افسردگی، سلامتی روانی و فیزیکی

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1996622>

