

عنوان مقاله:

استرس شغلی و عوامل تاثیر گذار بر آن

محل انتشار:

اولین کنفرانس بین المللی روانشناسی و علوم تربیتی (سال: 1394)

تعداد صفحات اصل مقاله: 4

نویسندگان:

اکرم محمدرضایی - دانشجوی کارشناسی ارشد، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد کرمان، ایران

زهرا زین الدینی میمند - استادیار دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد کرمان، ایران

خلاصه مقاله:

کار بخش مهمی از زندگی هر فردی به شمار می آید و از یکسو میتواند شماری از نیازهای اساسی انسان همچون پرورش روح و جسم، برقراری ارتباط اجتماعی، ایجاد حس ارزشمندی، اعتماد به نفس و شایستگی را ارضا کند اما از سوی دیگر، ممکن است منبع اصلی بروز استرس نیز باشد. استرس شغلی از جمله عوامل و زمینه های پیاپیست که انرژی فردی و سازمانی کارکنان را به مقدار زیادی زایل میکند و در نتیجه نیروی فکری و جسمی کارکنان کمتر در خدمت تحقق اهداف فردی و سازمانی قرار می گیرد و شغل فرد بخش اساسی و مهم زندگی امروز است زیرا ساعات بسیاری از عمر فرد در محیط کار سپری می شود بدون شک سلامت روان کارکنان اهمیت بسزایی دارد. هم چنین در مشاغل که ارتباط انسانی مطرح است استرس شغلی بیشتری وجود دارد که در این مقاله قصد داریم استرس شغلی را تعریف، عوامل ایجاد کننده آن را شناسایی و راههای مدیریت آن را بیان کنیم.

کلمات کلیدی:

استرس شغلی، عوامل روانی، عوامل جسمانی

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/460284>

