

استرس و عملکرد شغلی مدیران

مؤلف:

بهنام نعیمی

(عضو باشگاه پژوهشگران جوان و نخبگان دانشگاه آزاد اسلامی واحد کرج)

فرشته مرادی

(عضو باشگاه پژوهشگران جوان و نخبگان دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران شمال)

نازنین عظیم‌زاده بالانچی

مریم جهاندار

عنوان و نام پدیدآور : استرس و عملکرد شغلی مدیران/مولفان بهنام نعیمی....[و دیگران].
 مشخصات نشر : تهران: منشور سمیر، ۱۳۹۵
 مشخصات ظاهری : ۱۴۳ص.
 شابک : ۹۷۸-۶۰۰-۸۳۷۰-۱۲-۳
 وضعیت فهرست نویسی : فیا
 یادداشت : مولفان بهنام نعیمی ، فرشته مرادی ، نازنین عظیمزاده ، مریم جهاندار.
 یادداشت : کتابنامه : ص. ۱۳۷.
 موضوع : مدیران -- فشار روانی کار
 موضوع : Executives -- Job stress
 موضوع : فشار روانی کار
 موضوع : Job stress
 شناسه افزود : نعیمی، بهنام
 رده بندی کنگره : RA۶۵۷/۷۷۷/الف ۱۳۹۵
 رده بندی دیویی : ۶۱۳/۰۸۸۶۵۸
 شماره اشتراکی ملی : ۴۲۴۹۳۹۱



اثرات ثور سمیر

استرس و عملکرد شغلی مدیران

مؤلفان:

بهنام نعیمی (عضو باشگاه پژوهشگران جوان و نخبگان دانشگاه آزاد اسلامی واحد کرج)

فرشته مرادی (عضو باشگاه پژوهشگران جوان و نخبگان دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران شمال)

نازنین عظیمزاده بالانچی، مریم جهاندار

ویراستار: محمد مهدی شعبانی

ناشر: منشور سمیر

شمارگان: ۱۰۰۰ نسخه

نوبت چاپ: اول - ۹۵

قیمت: ۱۰۰۰۰۰ ریال

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۸۳۷۰-۱۲-۳

تق چاپ: ۱۳۹۵، اثرات ثور سمیر www.manshoorsamir.ir تماس: ۰۲۳۶۱۷۷۷۱۱۹-۶۶۹۴۶۵۶

همه حقوق محفوظ است. هرگونه نسخه برداری، اعم از زیراکس و بازنویسی، ذخیره کامپیوتری، اقتباس کلی و جزئی (به جز اقتباس جزئی در نقد و بررسی) و اقتباس در گیومه در مستندنویسی و مانند آن‌ها) بدون مجوز کتبی از ناشر ممنوع و از طریق مراجع قانونی قابل پیگیری است.

فهرست مطالب

۷	فصل اول کلیات
۹	مقدمه
۱۰	استرس
۱۸	تعریف واژه‌ها
۱۹	فصل دوم استرس
۲۱	مقدمه
۲۱	استرس

۲۴	تعاریف استرس
۲۹	کارکردهای فیزیولوژیک استرس
۳۴	چرخه استرس
۳۵	منابع استرس
۳۹	چرخه پراگندگی
۴۰	مفهوم استرس
۴۴	استرس به عنوان پاسخ دینوی
۴۹	علائم استرس
۵۲	دیدگاه روانشناسی
۵۴	تاریخچه استرس
۵۸	۱- استرس شغلی
۵۹	۲- عوامل استرس شغلی
۶۰	۳- عوامل سازمانی استرس شغلی
۶۱	علت نگرانی مدیران از استرس شغلی کارمندان
۶۱	شرایط شغلی استرس زا
۶۲	مقابله با استرس
۶۳	انواع روش‌های مقابله
۶۴	شیوه‌های مقابله

۶۴	اقدامات در جهت کنترل استرس
۶۹	عقایدی که استرس ایجاد می کنند
۷۲	روش های کنار آمدن با استرس
۷۳	منابع لازم برای مبارزه با استرس
۷۵	فصل سوم استرس و عملکرد کاری
۷۸	آموزش کاهش استرس
۷۹	استرس شغلی و مدیریت آن
۷۹	پیشگیری از استرس شغلی
۸۰	مراحل پیشگیری از استرس
۸۱	امنیت شغلی
۸۳	مؤلفه های مفهوم امنیت شغلی
۸۵	تکنیک های افزایش امنیت شغلی
۸۹	فصل چهارم عملکرد مدیران
۹۱	مقدمه
۹۲	عملکرد
۹۳	ارزیابی عملکرد
۹۴	روش های ارزیابی عملکرد
۹۴	روش ارزیابی ویژگی ها

- ۹۵..... روش ارزیابی رفتار
- ۹۵..... روش‌های ارزیابی نتایج
- ۹۶..... رویکرد شایستگی‌ها در ارزیابی عملکرد
- ۹۶..... آنتروپی شانون
- ۹۷..... شاخص‌های ادلی کیفیت
- ۹۷..... شاخص
- ۱۰۳..... مولفه کیفیت زندگی کارکنان
- ۱۰۷..... نظریه‌های رهبری
- ۱۰۹..... نظریه‌های مدیریتی
- ۱۱۲..... عوامل مؤثر بر موفقیت مدیران
- ۱۲۴..... مدل‌های عملکرد
- ۱۲۹..... ارزیابی (آموزش و بازخورد عملکرد)
- ۱۳۲..... مدل تعالی عملکرد اروپایی
- ۱۳۴..... مدل تعالی بالدریج
- ۱۳۷..... منابع