

جایگاه استرس و تاثیر آن بر مشاغل اجتماعی



تألیف

نسیم احمدی



انتشارات سخنوران

۱۳۹۶

سرشناسه	: احمدی، نسیم، ۱۳۶۸ -
عنوان و نام پدیدآور	: جایگاه استرس و تاثیر آن بر مشاغل اجتماعی/ مولف نسیم احمدی.
مشخصات نشر	: تهران: سخنوران، ۱۳۹۶.
مشخصات ظاهری	: ۱۲۹ ص.
شابک	: 978-600-455-305-6
وضعیت فهرست نویسی	: فیبا
یادداشت	: کتابنامه: ص. ۱۱۷.
موضوع	: فشار روانی کار
موضوع	: Job stress
موضوع	: فشار روانی کار -- مدیریت
موضوع	: Job stress -- Management
موضوع	: فشار روانی کار -- پیشگیری
موضوع	: Job stress -- Prevention
رده بندی کنگره	: ۳۵۴/۸۵/الف/۳۵ ج ۲: ۵۴۸ HF۵۵
رده بندی دیویی	: ۷۲/۵۸
شماره کتابشناسی ملی	: ۴۶۹۳۹۱



عنوان کتاب: جایگاه استرس و تاثیر آن بر مشاغل اجتماع

مؤلف: نسیم احمدی

صفحه آرا و طراح جلد: پیشگامان مسیر دانش

ناشر: سخنوران

شمارگان: ۱۰۰۰ نسخه

نوبت چاپ: اول - ۱۳۹۶

آدرس: کارگر شمالی، بعد از ادوارد براون، شماره ۱۴۰۷، طبقه اول، انتشارات سخنوران

آدرس الکترونیکی: thesis.pub2014@gmail.com

آدرس سایت: www.thesispublication.com

شماره تماس: ۰۲۱۶۶۹۱۶۳۷۱ - ۰۲۱۶۶۴۷۶۳۰۶ - ۰۹۱۹۳۶۱۶۶۱۳

ISBN: 978-600-455-305-6

قیمت: ۱۲۰۰۰ تومان

فهرست مطالب

فصل اول: کلیات	۹
مقدمه	۹
تعریف اصطلاحات - فاهیم کلیدی و متغیرها	۱۳
شادکامی	۱۳
مدیریت استرس	۱۳
فصل دوم: مبانی شادکامی	۱۵
۱-۲- مقدمه	۱۵
۲-۲- مباحث نظری برگرفته از شادکامی	۱۵
۱-۲-۲- شادکامی	۱۶
۲-۲-۲- دین و شادکامی	۱۹
۳-۲-۲- شادکامی از دیدگاه اسلام	۲۰
۴-۲-۲- نظریه‌ی شادکامی اسلامی	۲۱
۵-۲-۲- عوامل مؤثر بر ایجاد و افزایش مؤلفه‌های شادکامی اسلامی	۲۲
۱-۵-۲-۲- صبر	۲۲
۲-۵-۲-۲- شکر	۲۴
۳-۵-۲-۲- نشاط مادی	۲۶
۴-۵-۲-۲- نشاط معنوی	۲۸
فصل سوم: مبانی استرس	۳۳
۱-۳-۲- تعریف استرس	۳۳

۳۵	۲-۳-۲- تاریخچه فشار روانی استرس
۳۶	۱-۲-۳-۲- استرس شغلی
۳۷	۳-۳-۲- بررسی دیدگاه‌های مختلف در رابطه با استرس
۳۷	۱-۳-۳-۲- الگوی روانکاوی
۳۸	۲-۳-۳-۲- الگوی مبتنی بر پاسخ
۳۹	۳-۳-۳-۲- الگوی مبتنی بر محرک
۴۰	۴-۳-۲- الگوهای تعاملی
۴۵	۱-۳-۲- تأثیرهای استرس
۴۷	۵-۳-۲- کارکردهای فیزیولوژیک استرس
۵۱	۶-۳-۲- عوامل مؤثر در بروز استرس
۵۴	۷-۳-۲- منابع استرس
۵۵	۱-۷-۳-۲- استرس‌های ناشی از استرس
۵۶	۲-۷-۳-۲- استرس‌های ناشی از مسائل اجتماعی
۵۶	۳-۷-۳-۲- استرس‌های ناشی از شرایط خانوادگی
۵۷	۸-۳-۲- علائم استرس
۶۰	۹-۳-۲- استرس در زنان
۶۱	۱-۹-۳-۲- منابع ایجاد استرس در زنان
۶۳	۴-۲- آموزش مهارت‌های مدیریت بر استرس
۶۴	۱-۴-۲- مقدمه‌ای بر استرس و کنارآیی
۶۶	۲-۴-۲- راهکارهای ذهنی و عقلانی جهت کنارآیی با استرس
۶۹	۳-۴-۲- روش‌های فیزیکی کنار آمدن با استرس
۷۱	۴-۴-۲- مهارت‌های ارتباطی و میان فردی
۷۳	فصل چهارم: استرسورهای نقش
۷۴	تعارض نقش
۷۷	تعارض نقش، استرس و حوادث
۸۰	ابهام نقش

۸۲	جنبه‌های چند بعدی ابهام نقش
۸۴	ابهام نقش، استرس و حوادث
۸۶	گرانباری نقش
۹۰	گرانباری نقش، استرس و حادثه
۹۲	کم باری نقش
۹۳	استرس و کمباری نقش

فصل پنجم: ویژگیهای شغل

۹۵	حقوقه ردد مزد
۹۶	ویژگیهای شغل
۹۶	آهنگ کار
۹۸	تکرار کار
۹۹	آموزش

فصل ششم: جمع بندی

۱۰۵	پیشینه پژوهشی
۱۰۵	پژوهش‌های داخلی
۱۰۸	پژوهش‌های خارجی
۱۱۷	منابع