

اثر تاب آوری و انعطاف پذیری بر استرس شغلی

مؤلف:

فریبا کچرانلوئی

سرشناسه
عنوان و نام پدیدآور : اثر تاب‌آوری و انعطاف‌پذیری بر استرس شغلی / فریبا کچرانلونی.
مشخصات نشر : تهران: آذرین مهر، ۱۳۹۶.
مشخصات ظاهری : ۹۶ ص.
شابک : ۹۷۸-۶۰۰-۸۸۰۶-۰۳-۵ ریال ۱۰۰۰۰۰ :
وضعیت فهرست نویسی : فیا
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 : HF۵۵۴۸/۸۵ ک ۳ الف ۲ ۱۳۹۶
رده بندی دیویی : ۷۲/۱۰۸
شماره کتابشناسی ملی : ۴۷۱۹۲۰۴

عنوان: اثر تاب‌آوری و انعطاف‌پذیری بر استرس شغلی مهندس

مؤلف: فریبا کچرانلونی

ناشر: آذرین مهر

ناظر فنی چاپ: موسی مفاخری

نوبت چاپ: اول / ۱۳۹۶

قیمت: ۱۰۰۰۰ تومان

تیراژ: ۵۰۰ جلد

شابک : ۹۷۸-۶۰۰-۸۸۰۶-۰۳-۵

دفتر انتشارات:

کلیه حقوق چاپ و نشر برای
مؤلف محفوظ می‌باشد



انتشارات آذرین مهر

تهران: خیابان انقلاب - خیابان وحید نظری بین فخر رازی و دانشگاه - پلاک ۶۵ - طبقه اول - واحد ۴

۰۹۱۲۵۴۵۵۰۰۸

فهرست مطالب

۹	مشکلات خاص کارکنان بیمارستان
۹	فشار روانی (استرس) چیست
۱۰	منابع اصلی استرس
۱۰	ناکامی
۱۱	تعارض
۱۱	تغییر
۱۲	فشار
۱۲	عوامل استرسزا
۱۳	عوامل اجتماعی ایجادکننده استرس
۲۱	منابع استرسزای درون جامعه
۲۷	مشاغل پر استرس
۲۸	چه عواملی شغل را استرس زا میکند؟
۲۹	محیط فیزیکی
۲۹	کنترل نداشتن بر قسمتهایی از کار
۳۷	اثرات استرس در محیط کار
۳۸	عاملهای استرس شغلی در محیط کار
۴۳	جو و ساختار سازمانی
۴۶	حل مشکل با برنامه ریزی (مشکل محور)
۵۰	راهکارهای رفتاری و شناختی کاهش استرس

- ۵۲..... روش حساسیت زدایی منظم
- ۵۳..... راهکارهای متمرکز بر فرایندهای شناختی در کاهش استرس
- ۷۵..... نقش فرهنگ در تابآوری
- ۷۶..... نقش مذهب در تابآوری
- ۷۷..... ویژگیهای افراد تابآور
- ۸۰..... مدل های تاب آوری
- ۸۰..... مدل عامل شناختی
- ۸۱..... مدل چالش
- ۸۲..... انعطاف پذیری
- ۸۳..... تعریف انعطاف پذیری در پرستارخانه
- ۸۳..... انعطاف پذیری، سازگاری و نشانه های روانشناسی
- ۸۷..... مفهوم انعطاف پذیری نیروی کار و انواع آن
- ۹۳..... تحقیقات انجام شده در داخل و خارج کشور
- ۹۳..... تحقیقات انجام شده در داخل کشور
- ۹۵..... تحقیقات انجام شده خارج از کشور