

استرس شغلی، نتایج و پیامدها با نگرش ویژه به شغل معلمی

محمد آخوندی^{۱*}، هادی پورشافعی^۲ و فرزانه راشدی^۳

^۱ دانشجوی کارشناسی ارشد مدیریت آموزشی دانشگاه بیرجند پست الکترونیکی: m.akhondi11165@yahoo.com،

شماره تلفن: ۰۹۱۵۹۶۴۷۵۰۷

^۲ استادیار گروه علوم تربیتی دانشگاه بیرجند پست الکترونیکی: pourshafei@birjand.ac.ir

^۳ کارشناس ارشد آموزش ریاضی و دبیر ریاضی شهرستان درمیان پست الکترونیکی: f.rashedi67@yahoo.com

چکیده

استرس عاملی مهم در بسیاری از آسیب‌های روانی و اجتماعی است که آسیب‌های روانی ناشی از آن، با مدیریت استرس تقلیل‌پذیر است و برای کاهش عوارض و مقابله با آن شناخت منابع ایجاد کننده آن ضروری است. مطالعات نشان داده است که استرس شغلی سلامت روانی کارکنان را به خطر می‌اندازد، به فرسودگی جسمانی و نارضایتی شغلی منجر می‌شود و عکس‌العمل‌های خاصی را در افراد به دنبال دارد. شناخت استرس شغلی و عوامل ایجاد کننده آن به این دلیل حائز اهمیت است که می‌تواند سلامت جسمی و روانی نیروی انسانی سازمان را مورد تهدید قرار دهد و همچنین هزینه‌های سازمانی را افزایش و بهره‌وری سازمان‌ها را کاهش دهد. با توجه به اهمیت موضوع استرس شغلی هدف این مقاله مطالعه مفاهیم، منابع و پیامدهای استرس شغلی با نگاه ویژه به استرس شغلی معلمان است. این مقاله به روش تحلیلی-توصیفی انجام گرفته است. در این مقاله به اهمیت موضوع استرس شغلی، مفهوم و تعاریف استرس و استرس شغلی، منابع و عوامل ایجادکننده استرس شغلی و مدیریت استرس پرداخته شد و در پایان به موضوع استرس شغلی معلمان، منابع و پیامدهای آن در سطوح مجزا شامل معلم، دانش آموز و جامعه پرداخته شد و راهکارها و پیشنهادهایی جهت مقابله با عوامل ایجاد کننده استرس در معلمان ارائه شد.

واژه‌های کلیدی: استرس شغلی، مفهوم استرس، منابع استرس، معلمان و پیامدهای استرس.