第一图书网, tushu007.com

<<工作压力应对与管理>>

图书基本信息

书名：<<工作压力应对与管理>>

13位ISBN编号：9787801833945

10位ISBN编号：7801833945

出版时间：2004-1

出版时间：航空工业出版社

作者：许小东

页数：268

字数：253000

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：http://www.tushu007.com

内容概要

本书是有关组织中的工作压力管理的集学术性与应用性于一体的管理心理学类著作。
与一般从个体层面出发，强调压力减负，单纯介绍个体压力应付技巧等内容的同类书籍不同之处在于：本书站在比较高的立足点上，以学术性的视野探讨分析了组织中的工作压力问题，依据对工作压力效用的科学辩证分析，从组织管理角度出发构建了压力管理的合理框架模型，提出了压力管理与应对的策略和措施。
通过本书，可以更为准确地了解认识工作压力的作用，为组织与个人处理压力问题提供合理有效的正确指导。

<<工作压力应对与管理>>

书籍目录

1 开篇 1.1 现代社会中的工作压力 1.1.1 社会竞争和工作压力 1.1.2 当代社会的工作压力状况 1.1.3 组织中的压力生成机制分析 1.2 有关工作压力的学说综述 1.2.1 概述 1.2.2 压力的刺激学说及相关的工作压力研究 1.2.3 压力的反应学说及相关的工作压力研究 1.2.4 压力的主体特征学说及相关的工作压力研究 1.2.5 压力的复杂构成学说及相关的工作压力研究 1.3 工作压力“ 全程化系统管理模式 1.3.1 辩证认识工作压力 1.3.2 压力生成过程的框架分析 1.3.3 工作压力全程化系统管理模型 1.4 本书的内容结构框架2 认识篇 2.1 压力作用下的身心反应 2.1.1 压力反应的生物学意义 2.1.2 压力作用下的生理反应 2.1.3 压力不适的心理与行为变化信号 2.2 压力与身心疾病 2.2.1 压力性疾病概述 2.2.2 压力状态与心血管疾病的关系 2.3 压力刺激与压力感受 2.3.1 压力刺激与感受特性分析 2.3.2 社会生活中的压力源 2.3.3 个人主体因素对压力的影响 2.3.4 良性压力与劣性压力 2.4 工作系统中的压力源 2.4.1 以往的研究认识 2.4.2 工作压力源的分类解析 2.5 工作压力的测试与诊断 2.5.1 国外工作压力测试工具简述 2.5.2 工作压力测试的框架体系 2.5.3 工作压力测度量表3 解析篇4 管理篇 ——组织层面的压力管理5 应对篇 ——个体层面的压力应对参考文献后记

第一图书网, tushu007.com

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:http://www.tushu007.com