

المحاضرة رقم (07) سبل الوقاية من المخاطر النفسية والاجتماعية في بيئة العمل

الهدف من المحاضرة:

- توجيه الطلبة والإشارة لهم إلى بعض سبل الوقاية من المخاطر النفسية والاجتماعية في بيئة العمل ومدى ضرورتها وضرورة الإلتزام بها لحماية والحفاظ على الصحة والسلامة النفسية والاجتماعية لدى الأفراد العاملين.

سبل الوقاية من بعض المخاطر النفسية والاجتماعية في بيئة العمل:

سواء كان العمل بسبب بعض المشاكل النفسية أو يؤدي إلى تفاقمها. يتحمل أصحاب العمل والرؤساء والمديرين المسؤولية في مساعدة موظفيهم، حيث يجب تقييم قضايا الصحة النفسية المتعلقة بالعمل لقياس مستويات المخاطر على الموظفين وعند تحديد أي خطر. يجب إتخاذ خطوات لإزالته أو تقليله إلى أقصى حد ممكن عملي. ويمكن الإشارة إلى بعض منها فيما يلي:

- إعداد وتنفيذ ومشاركة خطة عمل للصحة النفسية
- تنمية الوعي بالصحة النفسية و أهمية الغذاء السليم بين الموظفين.
- تشجيع المحادثات المفتوحة على الصحة العقلية وتوفير الدعم.
- تزويد الموظفين ببيئة عمل صحية داعمة ومشجعة.
- تعزيز الإدارة الفعالة للموظفين.
- المراقبة المستمرة للحالة النفسية للموظفين.
- يجب الأخذ بالإعتبار وجود بعض الموظفين في حالة نفسية موجودة مسبقا أو قد تتطور لديهم حالة ناجمة عن عوامل لا تتعلق بالعمل.
- تقديم رعاية خاصة للعاملين الجدد لإعطائهم فرصة للتكيف مع أنماط الحياة الجديد و ذلك بالتدريب المستمر.
- تفادي الملل بالعمل و ذلك بالتغيير قدر الإمكان و محاولة إشراك العاملين في اتخاذ القرار و إعطائهم الإحساس بالأهمية و المسؤولية و الاستفادة من قدراتهم الإبداعية.
- إتباع الأساليب السليمة في الإدارة لمنع الصراعات و الاحتكاك بين العاملين.

- خلق مناخ اجتماعي مناسب عن طريق الأندية والرحلات وحل المشاكل الاجتماعية للعاملين من إسكان و مواصلات و تعليم و ترفيه و صحة.

- الاختيار المناسب للعاملين عن طريق الاختبارات النفسية لوضع العامل المناسب في المكان المناسب له نفسيا.

- المتابعة النفسية للعامل عن طريقة متابعة معدلات الغياب والحوادث للاكتشاف المبكر للاضطرابات النفسية.