المحاضرة السادسة:

عوامل تحقيق الصحة النفسية في بيئة العمل

تمهيد:

حسبما صرحت به منظمة الصحة النفسية فإن أكثر من نصف القوى العاملة في العالم يعمل في الاقتصاد غير النظامي، الذي يفتقر إلى الحماية التنظيمية للصحة والسلامة. وغالبا ما يعمل هؤلاء العمال في بيئات عمل غير آمنة، ولساعات طويلة، ولا يحصلون سوى على قدر ضئيل من الحماية الاجتماعية أو المالية أو لا يحصلون عليها بتاتا، ويتعرضون للتمييز، ويمكن لهذه العوامل جميعها أن تؤثر على الصحة النفسية.

وعلى الرغم من أن المخاطر النفسية والاجتماعية قد تكون موجودة في جميع القطاعات، فإن بعض العاملين يتعرضون لها أكثر من غيرهم، بسبب نوع عملهم أو مكان وأسلوب عملهم. وغالبا ما يعمل العاملون في مجال الصحة أو العمل الإنساني أو الطوارئ في وظائف تنطوي على خطر تعريضهم بشكل أكبر لأحداث سلبية يمكن أن تؤثر سلبا على صحتهم النفسية.

وعليه لا بد من توفير الصحة النفسية داخل بيئة العمل، ذلك أن توفيرها لا يحقق الفوائد الاقتصادية للمؤسسات فحسب، وإنما يعود أيضا بالفائدة على تحسين العلاقات الأساسية وتكوين شخصيات صالحة ومتعاونة، تثق بنفسها وبمن حولها، وتنعم بالسعادة والرضا وتكون على استعداد دائم للتفاهم والتضحية في سبيل رفعة شأن المجتمع. وفيما يلي مجموعة من العوامل التي من شأنها تحقيق الصحة النفسية للعمال: **(سليم، 2013، 252-254)**

أ. **رغبات العمال:** للعامل رغبات كثيرة، وتحقيقها يزيل عنه الكثير من مشاعر الخوف فيؤدي عمله على أكمل وجه، كما أنه يشعر بالاستقرار النفسي في عمله، مما ينعكس على استقراره في الاسرة، ومن بين رغبات العمال التي تحقق الصحة النفسية نجد:

- الاطمئنان على الاستقرار في العمل، وعدم فصله دون أسباب.
- وضوح التعليمات الموجهة اليه.
- توفير الظروف الفيزيقية المناسبة (الإضاءة المناسبة، التهوية...).
- الوقاية م الحوادث والمرض.
- التوزيع العادل لأجور العمال وفق مهارات العمال وكفاءاتهم (كل حسب تخصصه ونوع عمله).

- تحديد ساعات العمل بطريقة غير مرهقة.
- التخفيف من وطأة التعب والارهاق والملل.
- المعاملة الحسنة للعامل واحترامه وأخذ رأيه إن تطلب الأمر ذلك.

ب. **الروح المعنوية بين جماعة العمال:** هناك علاقة بين الروح المعنوية والصحة النفسية، وتتوقف الروح المعنوية للعمال الى حد كبير على مدى إشباع حاجاتهم النفسية المختلفة، وما يحيط بهم في عملهم من جو مادي ومعنوي. فالروح المعنوية العالية للعمال مرهونة بعوامل وظروف مختلفة، من أهمها: القيادة الديمقراطية في المؤسسة، التقدير المنصف للعمال وتشجيعهم على ما يقومون به من أعمال وإشراكهم في وضع خطة العمل وأهدافه، والاستماع الى شكاويهم وحلها بما يحقق الرضا للعامل ويعود بالنفع على المؤسسة.

ت. **القيادة الديمقراطية:** تساعد القيادة الديمقراطية في المؤسسة على شعور العامل بالطمأنينة والأمن النفسي. فالقائد الديمقراطي في أي عمل هو الذي يوزع المسؤوليات على العاملين معه، ويحل المشكلات عن طريق المناقشات الجماعية مع العاملين معه كفرد منهم، ويشجع العاملين على إبداء آرائهم، هذا ما يساهم في إضفاء جو من التعاطف والتعاون مما يحقق للعاملين الاتزان النفسي وبالتالي يستطيع العاملون العمل بطمأنينة وتحقيق كفاية إنتاجية عالية.

ث. **رضا العامل:** هنام عدة عوامل تؤدي الى رضا العامل أو سخطه من العمل، وهذه العوامل على أنواع:

- عوامل تتصل بعمله، وخاصة ما هو متعلق بالتقدم التكنولوجي، إذا تؤدي التغيرات التكنولوجية في كثير من الأحيان الى إحباط يصيب كثير من العمال. فالعامل الذي أتعب نفسه في كسب مهارة معينة، ثم يفاجأ باختراع جديد يجعلها عديمة الجدوى، أو العامل الذي يجد نفسه مضطرا الى كسب مهارة جديدة، كل هذا يثير قلقه ويهدد أمنه واستقراره داخل العمل مما يفقده ثقته بنفسه. ولهذا كان لزاما على إدارة كل مؤسسة إدخال هذه التغييرات بصورة تدريجية كما أنه من الضروري أن تبادر الإدارة عند إدخال التجديدات التكنولوجية الحديثة في المصنع، أن تعمل على طمأنة العمال على أن هذا التغيير لن يمس أمنهم ومكانتهم داخل المؤسسة.
- الأجور: هناك علاقة وثيقة بين ما يتقاضاه العامل من أجر وبين حالته النفسية، ذلك أنه كلما زاد دخل العامل سيترتب عليه رفع مستوى معيشته، مما يحقق له الرضا والسعادة، وهنا تكمن أهمية مشاركة العمال في أرباح المؤسسات والمصانع التي يعملون بها، والمشاركة في الأرباح لا يعتبر فقط نظاما تمليه العدالة ويمنحه المنطق فحسب، بل يعتبر وسيلة من وسائل رفع مستوى الصحة النفسية بين العمال، ورفع الروح المعنوية بينهم.

ج. **العوامل الأسرية:** تعتبر العلاقات الاسرية من العوامل التي تؤثر على الصحة النفسية للعامل، فالعامل الذي لا يشعر بالاستقرار العائلي يتعرض الى الكثير من الأزمات النفسية التي تنعكس على عمله، وعلى علاقاته بزملائه حتى على علاقته بأفراد أسرته. وقد أثبتت الدراسات أن العمال يعانون قلقا شديدا بسبب الشقاق بين الزوج والزوجة، أو بسبب وجود ابن منحرف، أو ابنة جانحة، لذلك كان من الواجب على المسؤولين بالمؤسسات الصناعية، دراسة حالة هؤلاء

العمال في البيئة الأسرية، ليقفوا على العوامل التي تؤدي بهم الى الاضطراب، ثم العمل على تخفيف حدة هذه العوامل، حتى يستطيعوا المساهمة في عملية الإنتاج بحماس وقوة.