

ارتقای سلامت روان در محیط کار

کتابچه راهنمای اعضای خانواده (۵)

مقابله با خشم در خانواده

تدوین: حمیدرضا طاهری نخست

سخن رئیس سازمان :

امروزه کار، بخش اعظمی از ساعات فعال زندگی ما را تشکیل می دهد تا جایی که تفکیک مرز کاری و زندگی شخصی گاهی اوقات مشکل است؛ اهمیت بهداشت و درمان در محیط های کاری موضوعی است که مدیران و سرپرستان همواره باید به آن توجه داشته باشند. یکی از عوامل تاثیرگذار در ایجاد جوی سالم در محیط کار، احترام به نیروی کار و همچنین پیشگیری از فرسودگی شغلی و افزایش رضایت شغلی در افزایش کارایی و بهره وری به آن توجه داشته باشند.

مجموعه کتاب های ضروری سلامت ادامه کل امور اجتماعی وزارت تعاون، کار و رفاه اجتماعی و در راستای ارتقاء سلامت روان در محیط کار تهیه گردیده است. این مجموعه در قالب چهار سری شامل کتاب های راهنما برای کارگران، سرپرستان و بهداشت یاران، کارفرمایان و خانواده های آنان می باشد.

امید است مجموعه تهیه شده در راستای ارتقاء سلامت و بهداشت روان گروه هدف، مفید و موثر باشد.

انشالله

دکتر همایون هاشمی

معاون وزیر و رئیس سازمان بهزیستی کشور

پیشگفتار:

برنامه‌ی نظام جمهوری اسلامی ایران در سال ۱۴۰۴، نظامی پاسخگو است که اعتماد و رضایت شامل مردم را به خود جلب کرده است و به برخورداری مردم از مراقبت‌های جسمی و روانی، توجه به سلامت جسمی و روانی و حرکت در مسیر سلامت معنوی و اخلاقی اهتمام دارد و با رعایت کامل علاقه به ای که یک اصل نخست بوده به ارتقای سلامت، اولویت داده است.

در برنامه پنجم توسعه اقتصادی، اجتماعی و فرهنگی کشور و در راستای سند چشم‌انداز ۲۰ ساله بر رویکرد "انسان سالم"، "دست‌یافته‌ها" و همچنین ارتقای شاخص‌های بهداشت روان تأکید گردیده است و در این راستا تولید بسته‌های آموزشی ارتقای بهداشت روان به عنوان یک برنامه پیشگیرانه و ارتقایی به گونه‌ای جهت‌یافته که بتواند با زندگی فردی و اجتماعی جامعه کار و تولید ارتباط برقرار کرده و برای تمام برداشتن در جهت ارتقاء سلامت جامعه و افزایش کارایی و بهره‌وری فرصت‌هایی را نمایان آورد.

بدون شک امروزه راه پیشرفت کشور و افزایش سطح امنیت و اجتماعی از مسیر توسعه آموزش‌های مهارتی می‌گذرد.

دکتر محمدرضا موالی زاد

معاون فرهنگی و اجتماعی

وزارت تعاون، کار و رفاه اجتماعی