

Mentális egészség a munkahelyen - A világ mentális egészségének napja 2017



World Health
Organization

2017. október 10 WHO / Malin Bring

A világi mentális egészség napja minden évben október 10-én kerül megrendezésre. Ez egy nap a globális mentális egészséggel kapcsolatos figyelemfelkeltés és érdekképviselet számára. Ebben az évben a Mentális Egészség Világnapja a munkahelyi mentális egészségre összpontosít - ez létfontosságú aggodalom, mivel a mentális állapotú emberek többsége munkaképes korban van, és hogy a gyakori mentális zavarok, mint például a depresszió és a szorongásos zavarok okozzák jelentős mértékben rontják a termelékenységet. Egy újabb WHO által vezetett tanulmány becslése szerint ezek a gyakori mentális rendellenességek több mint 50 millió veszteséges munkát jelentenek, és évente 1 trillió dollárt költenek az elveszett termelékenységért. A WHO Európai Régióban egyedül a becsült költség meghaladja az évi 140 milliárd dollárt. További fontos megállapítás, hogy a többi egészségi állapothoz képest a depresszió és a szorongásos rendellenességek 30% -kal magasabb bérleti díjat rónak a munkáltatóra és a gazdaságra (hosszabb átlagos munkavégzési idő miatt).

A munkahelyi jólét befolyásolja az egészséget és a termelékenységet, és a negatív munkakörnyezet fizikai és mentális egészségügyi problémákat, alkoholfogyasztást és anyagfelhasználást eredményezhet. A munkahelyi depresszió, a stressz és a kiégés kialakulásának kockázata a munkahelyi mentális egészséggel kapcsolatos kockázatok kezelése révén megoldható:

- nem megfelelő egészségügyi és biztonsági politikák
- rossz kommunikációs és irányítási gyakorlatok
- a döntéshozatalban való korlátozott részvétel vagy az egyéni munkaterületen belüli alacsony ellenőrzés
- a munkavállalók alacsony szintű támogatása
- rugalmatlan munkaidő
- nem egyértelmű feladatok vagy szervezeti célok.

A munkahelyi mentális egészség védelmét és előmozdítását célzó beavatkozások és jó gyakorlatok közé tartozik a személyzet tájékoztatása a rendelkezésre álló segítségről, a munkavállalók bevonása a döntéshozatalba és a munka és a magánélet közötti egyensúly megteremtése.

A munkahelyi mentális egészség mind a munkahelynek az emberek mentális egészségére gyakorolt hatására, mind pedig a mentális egészségügyi problémák munkahelyi hatására vonatkozik.
