

در همایش آموزشی توجیهی کمپین پیشگیری از استرس و افسردگی عنوان شد:

در همایش آموزشی توجیهی کمپین پیشگیری از استرس و افسردگی عنوان شد: تأثیر محل کار با نشاط ، در خانواده و رفتارهای فرد به عینه دیده می شود



در همایش آموزشی توجیهی کمپین پیشگیری از استرس و افسردگی عنوان شد:

تأثیر محل کار با نشاط ، در خانواده و رفتارهای فرد به عینه دیده می شود

یک روانپزشک می گوید، تأثیر محل کار با نشاط ، در خانواده و رفتارهای فرد به عینه دیده می شود.

به گزارش روابط عمومی دانشگاه علوم پزشکی تبریز، دکتر "مصطفی فرحبخش" در همایش آموزشی و توجیهی کمپین پیشگیری از استرس و افسردگی، اظهار کرد: فردی که در محیط پر استرس کار می کند، نمی تواند در خانواده آن وظایفش را به خوبی انجام دهد.

وی با انتقاد از اینکه استفاده از القاب عقب مانده ذهنی و بیمار روانی برای اشخاصی که اختلالات روانی دارند، منجر به رنجش خاطر آنان می شود، گفت: این وظیفه همه ما است که با ایجاد فرهنگ درست در جامعه باعث شویم کسانی که اختلالات روانی دارند از بازگو کردن و درمان مشکلشان خجالت نکشند.

وی با بیان اینکه جسم و روان سالم و به دور بودن فرد از مشکلات اجتماعی ویژگی های فرد سالم است، خاطرنشان کرد: فرد سالم از نظر روانی می تواند پتانسیل های خود را نشان دهد، بهره وری بالا داشته باشد، استرس ها را مدیریت کند، ارتباط خوبی با دیگران برقرار کرده و اختلاف سلیق را درک کند.

فرحبخش در خصوص نوع رفتار کارکنان تمامی دستگاه ها با آن دسته از همکارانشان که مشکلات روانی دارند، گفت: نباید به این افراد برچسب روانی بودن زد، ضروری است، متناسب با توانشان به آنان کار محول شود، فضای صمیمی در محل کار ایجاد شود، قهرمانی از تلاش این افراد و ... بخشی از باید و نباید هایی است که همکاران افرادی که مشکل روانی دارند، باید رعایت کنند.

این روان پزشک بیان کرد: ضروری است مدیران فضای صمیمی در اداره ایجاد کنند که کارمندان همواره حافظ اهداف و ایده های مدیرشان باشد؛ چرا که قدرتی که با یک کاغذ به وجود آمده است با یک کاغذ هم از بین می رود.