

optionz

الصحة النفسية في بيئة العمل، أو

إعادة اكتشاف النظام

لتحسين الكفاءة الفردية والجماعية وجودة الإنتاجية

مملكة البحرين - أوبشنز للاستشارات
+973 17440002

الأمان الوظيفي

أوّل الصحّة النفسيّة

قبل جائحة كوفيد-19

لم يكن الحديث عن الصحة النفسية في بيئة العمل بهذه القوة، ليس لأن أحدًا من الشركات أو الأفراد خال من أضرار اعتلال الصحة النفسية، بل لأن آثار الجائحة رفعت أعداد الأشخاص الذين شكوا من أمراض نفسية (كالقلق والتوتر والاكتئاب) إلى أقصاها.

الأمان الوظيفي

الأمان الوظيفي لم يعد هو كذلك، في ظل تسارع المنظَمات إلى محاولة استعادة مكانتها في السوق العالمي، بتسريح عشرات وربما المئات والآلاف من موظفيها أو استبدالِهم بالمكينات الآلية مرّة، و بالذكاء الصناعي مرة أخرى. ففي ليلة وضحها قد يجد الموظف نفسه بغير عمل!

حتى تلك المجموعة التي حافظت على وظائفها، واطمأنت بأن لا حاجة إلى القلق من التسريح، في ظل تطمينات الجهات العليا -كالوظائف الحكومية مثلا في المنطقة- مع ذلك **ستظهر هذه الأسئلة:**

- **هل بيئة العمل (فيزيائيًّا)، وساعات الدوام توفّر أجواء صحيّة مناسبة؟**
- **هل تراعي بيئة العمل الاحتياجات المتباينة للموظفين فتحفّزهم وتشجعهم؟**
- **وهل هو مؤقّت، أو شبه دائما؟**
- **هل توفّر الخدمات الاستشارية النفسيّة للموظفين؟**







وعلى ذكر (الاستشارة النفسية)

يتشجّع البعض اليوم في فتح حديث عنها معتبرًا أيّاها مراجعة اعتيادية لطبيب بشري.. أو لطبيب الأسنان، مثلا... إلا أن شريحة أكبر مازلت ترى في (الاستشارة النفسية) شيئًا من (العار والخزي لكل من لجأ إليها، أو سيعيش الحرج، أو سيوصم بالنقص).. والسؤال المهم هنا:

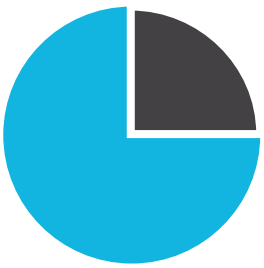
كم ستدفع المنظَمة كُلفةَ بقاء الحال كما هو عليه عند موظفيها في امتناعهم عن تلقّي الاستشارةِ النفسيّةِ المناسِبَة؟

من جانب آخر، نرى الحديث مضاعفًا بالاهتمام بالصحة النفسيّة للموظفين، وأقلّ منه عن القادة، على الرغم من أن لهم – أي القادة- مبادراتٍ رائعةً في خلق بيئة صحيّة مناسبة، والمحافظة عليها من خلال المبادرات اليومية والدوريّة. فصار قائد اليوم معزّزًا للصحة النفسية بالتوازي مع المهارات الإدارية. ولكن؛

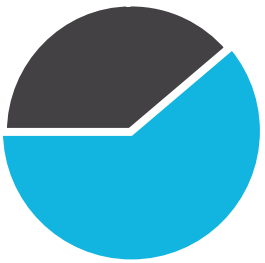
ما نصيبه هو نفسه من برامج رعاية الصحة النفسية، والسعادة؟

الصحة النفسية وفرق العمل

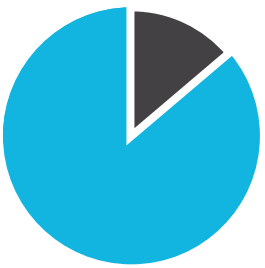
المنظمات التي قطعت شوطًا في مجال الأمن الصحي العقلي، والنفسي، اهتمّت مبكّرًا -أيضًا- بالمجموعات، وفرق العمل داخلها، ووفّرت الأجواء الآمنة لانخراط الأفراد واندماجهم، خاصة مع الفرق والمجموعات غير المتجانسة، وأرست ثقافة أساسها الحساسية المرَهفة لمشاعر الآخرين، والتعاطي معهم بودّ، أو على أقل تقديرٍ بتفهُّم. على أساس مبدأ التفكير بالفوز والسعادة للجميع.



نشهد كل يوم، مبادراتٍ، من حكومات ودولٍ ومنظمات، كحلول علاجية، وأخرى وقائية، في سبيل توفير بيئة صحية عقلية ونفسية جيدتين: كتقليل ساعات العمل المكتبية، أوالدوام المرن أو الجزئي، أو تغييرات في مكاتب الموظفين وغرفهم.

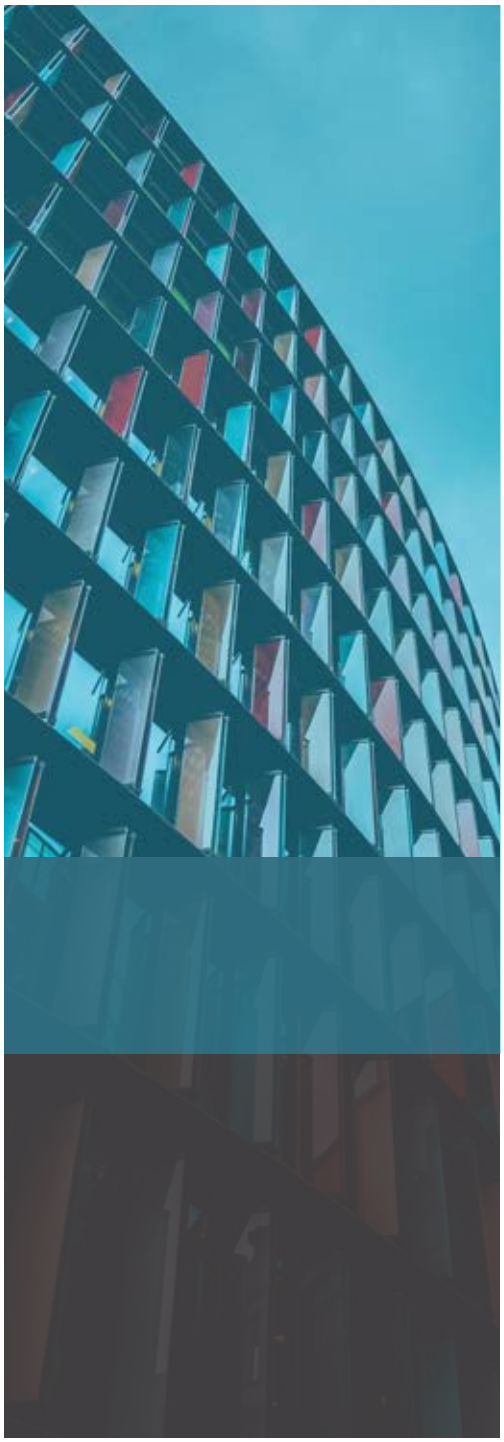


وحتى مع تلك الجهود، ستبقى معادلة (التوازن بين العمل والحياة) قائمة دون حلٍّ جذري، لماذا؟ لأن نمطَ الحياة الجديد -نفسَهُ- يحتاجُ بعد فترة لإعادة النظر فيه، وإجراءِ تعديلات كي لا يصبحَ عبئًا يَفرِضُ واقعًا يَسلِبُ من الأفراد صحتَهم النفسيةَ التي استعادوها، أو كادوا.



ونلحظُ – بين فترة وأخرى- اشتغال الخبراء والمدربين والقادة العصريّين بالبحث عن أفكار واقعيّة وتنفيذ مبادرات متجددة يمكن تطبيقها في العمل تعزز الثقة والالتزام والانضباط، وتشجع على الإبداع والابتكار، وتعمل على تحسين الإنتاجية، ورفاهية الموظف وسعادته.

يمكننا رؤية ذلك،
متجسّدًا في أربع مستويات:



1 المستوى الأول:

مستوى التشريعات والقوانين:
كأيام العمل والإجازات، وساعات الدوام الكامل أو الجزئي.

2 المستوى الثاني:

مستوى البيئة الطبيعية:
كالأثاث والألوان والديكور ومرافق الاستراحات والاستجمام.

3 المستوى الثالث:

مستوى السلوك الإداري:
كطريقة الحوار، ونظام المناقشات، وتبادل التحايا.

4 المستوى الرابع:

مستوى الاهتمام والرعاية الذاتية:
كالتدريب، وتقديم الاستشارة، والتحفيز.

- **وفي كلّها نستطيع أن نساعد، وعلى الخصوص المستويين الثالث الرابع.**

كيـــف

نستطيع أن نساعد منظمتكم؟

ملخّص البرنامج:

- ورشتان
- يومان من التدريب
- كل يوم 5 ساعات = 10 ساعات تدريبية.
- المكان: يتفق عليه.
- التكلفة: تحسم بالاتفاق بعد حصر عدد المشاركين ومكان التدريب.

1 ورشة: إعادة اكتشاف النظام وجغرافيا العلاقات

التحدّي الذي تواجهه منظمتنا : "إذا لم نحدد الوجهة، فلا يهم أن نعرف الطريق"
يمكن أن نبدأ باقتراح الحلول، وتطبيق المبادرات، وسنّ القوانين؛ ولكن كيف نتأكد فعلا أن هذه الأمور هي التي ستوصلنا إلى وجهتنا بحسب رؤية المنظمة، ورسالتها؟

التشخيص الشفاف، والتقييم الذاتي الواقعي هما أداتان لتنفيذ الخيارات المتاحة، أو ابتكار خيار جديد يناسبنا.
وسنساعد في ذلك من خلال عقد ورشة عمل بعنوان:
(إعادة اكتشاف النظام وجغرافيا العلاقات).

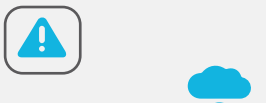
2 ورشة: قدّم الأفضل – Do Your Best

التحدّي: "لن يقدّم أحدٌ أفضل ما لديه؛ حتى يؤمن بأن ما يقوم به شيئًا عظيمًا"
ساعات الدوام ستنتهي، والأسبوع سينقضي، والشهر سيمضي .. وهكذا، مع الروتين أو العمل المعتاد، سواء استمتعت بعملي أو لم أفعل. سواء كنت راضيًا أو محبطًا أو ساخطًا... وسواء جهرت بمعارضتي لسياسة المنظمة، أو أخفيتها..

التحفيز الذاتي، والطاقة المتجددة مصدرها الغاية من الوجود، والرسال العظيمة المرسل إليها كل فرد. يحتاج الموظفون بأن يسمعوا ويَعُوا الغرض من حضورهم، ويجرّبوا بأنفسهم تجاوز محطات يرونها مستحيلة، فتنكشف لهم أسرار التحفيز الذاتي الذي يلهمهم يوميًّا.



1 من كل 6 موظفين يعاني من مشاكل نفسية حول العالم، مع العلم بأن الصحة االنفسية ترتبط بانتاجية الموظف.





من المتوقع أن يكون الاكتئاب المسبّب الأول للإعلاقة في العالم عام 2020.



تأثير الموظف السّام على بقية زملائه بالامكان تحييده، بل والقضاء عليه نهائيًا.



نبذة عن المـــــدرب

يقود برنامج (الصحة النفسية في بيئة العمل أو إعادة اكتشاف النظام)
المدرب البحريني **زكريا إبراهيم عيسى علي.**
وهو قائد تربوي، تقاعد عن وظيفة مدير مدرسة
قاد خمس مدارس حكومية طوال تسع سنوات
قدّم خلال عمله في وزارة التربية والتعليم العشرات من الورش التدريبية
يقدّر العدد التقريبي للمتدربين في قاعته أكثر من (2000) شخص.
حاليًّا هو يدير مؤسسة أوبشنز للاستشارات.

المؤهلات الأكاديمية والاحترافية للمدرّب:

- بكالوريوس لغة عربية – جامعة البحرين
- كوتش مهني من الاتحاد الدولي للكوتشنج – **Professional Certified Coach (PCC)**
- كوتش محترف – **Certified Professional Co-Active Coach (CPCC)**
- كوتش (العلاقات في المنظمات) – **Organization Relationship System Coach (ORSC)**
- مدرب محترف معتمد - **Professional Certified Trainer (PCT)**
- مشارك بعروض في عدّة مؤتمرات محليًّا وإقليميًّا في مجال التعليم، والتدريب والكوتشنج.
- مستشار تعليمي في مؤسسة (ستيفن كوفي)
- مؤلف كتاب :
  - أوبشنز كوتشنج – صدر منه طبعتان
  - التدريب بنموذج التأثير
  - استراتيجيات تعليمية

نبذة عن أوبشنز

optionz

- أبرز خدماته تقديم برامج تأهيل الكوتشز المحترفين، والمدربين. ومساعدة الكثيرين على الظهور أمام الجمهور والمقابلات في الإعلام وغيرها، بالإضافة إلى ذلك فهو يساعد الأفراد والمؤسسات على التمكين الفردي والنجاح الشخصي والمهني.

15 كوتشز تخرّجوا من برنامج أوبشنز كوتشنج يحملون مؤهلاً احترافيًّا من الاتحاد الدولي للكوتشنج ICF

75 مدرّبًا وأكثر، تخرّجوا من برنامج المدرب المحترف المعتمد (التدريب بنموذج التأثير)

500 موظّف يشاركون في ورشة (قدّم الأفضل) من شركة واحدة هي "ألبا".

بعض من شاركناهم نجاحاتهم:

وزارة شؤون الشباب والرياضة
Ministry of Youth and Sports Affairs

مؤسسة المبرّة الخليفية
AlMabarrah AlKhalifia Foundation

وزارة الصحة
Ministry of Health

مجلس الشورى
Shura Council

Aluminium for the world






البدايات القوية والنهايات
كيف أروي قصتي؟







تواصل

معنا عبر الوسائل التالية:

optionz

مملكة البحرين - أوبشنز للاستشارات

+973 17440002

info@optionz.com

optionz_bh

www.optionz-bh.com

39722210

BL:1991 FL:12 R:2955 B:729 JURDAB-BAHRAIN