حكومة دبي
GOVERNMENT OF DUBAI

بلدية دبي
DUBAI MUNICIPALITY

اليوم العالمي للسلامة والصحة في العمل 2016
WORLD DAY FOR SAFETY AND HEALTH AT WORK 2016
الإجهاد في بيئة العمل – تحدٍ مشترك
"WORKPLACE STRESS- A COLLECTIVE CHALLENGE"

المسؤوليات الرئيسية لصاحب العمل

إرشادات عملية بشأن آلية إدارة القضايا المرتبطة بالإجهاد في بيئة العمل من وجهة نظر صاحب العمل:

تحديد مصادر الإجهاد والمعرّضين للأذى:

- جمع المعلومات حول أساليب العمل، وساعات العمل، وقضايا العامل الأخرى التي تؤدي إلى الإجهاد.
- التأكد من معرفة المهام والمسؤوليات المنوطة للعمّال بشكل واضح.
- اكتشاف مشاكل الإجهاد و آثاره والتي يواجهها العمال.

التخطيط والتطوير:

- تحديد السياسات والترتيبات لبيئة العمل للوقاية من الإجهاد في العمل.
- تشجيع مشاركة العاملين في قضايا الصحة والسلامة المهنية.
- إجراء تقييم المخاطر بمشاركة الموظفين واتخاذ جميع الإجراءات المناسبة للتقليل منها.
- وضع وتنفيذ إطار تنظيمي لمنع أي سلوك هجومي.
- استحداث خطة عمل لاستيعاب العمال لتعزيز المساواة من ذوي الاحتياجات الخاصة وفئة كبار العمر.
- تعزيز العلاقات الشخصية الإيجابية في مكان العمل لمنع الضغوطات الناجمة عن تنوع القوى العاملة والمشاكل الشخصية.
- تنفيذ عملية إدارة الأعراض المرتبطة بالإجهاد وتقديم برامج كافية لمساعدة الموظفين.
- تطوير برامج اجتماعية وترفيهية مثل اللياقة البدنية والأنشطة الرياضية والنوادي الاجتماعية.

التواصل: التدريب، والتوعية:

- إجراء تدريبات منتظمة ورفع مستوى الوعي للسلوك الراقي، وكيفية تحديد الإجهاد والسيطرة عليه.
- زيادة توعية الموظفين حول كيفية التعرف على الإجهاد و مسبباته.
- نشر المهام وسياسة بيئة العمل للوقاية من الإجهاد في العمل.
- التقليل من قابلية الأفراد للتأثر بالإجهاد من خلال التدريب على الوعي الذاتي وتحليل المشاكل للتمكن من رصد مؤشرات زيادة الإجهاد و تحديد مسبباته.

تقدير الممارسات الجيدة

- منح الجوائز لأفضل الممارسات في مجال للصحة والسلامة في بيئة العمل.

إذا لم تستطع من تقدير حقيقة وعواقب الإجهاد، كيف ستتمكن من تجنب ما ينتج عنه!

KEY EMPLOYER RESPONSIBILITIES

Practical guidance on the management of stress related issues in the workplace from employers point of view:

Identification of stress and whom might be harmed:

- Collect information about work methods, the hours of work and other worker issues which can lead to stress.
- Ensure that tasks and responsibilities are clearly defined for the workers.
- Explore stress problems faced and the consequences faced by workers.

Planning and Development:

- Set out workplace policy and arrangements for stress prevention at work.
- Encourage workers engagement in occupational safety and health issues.
- Conduct risk assessment involving employees and take all reasonable actions to minimize them.
- Establish and implement an organizational framework in which offensive behavior is prevented by enhancing equality.
- Plan work schedules to accommodate the workers with special needs, older workers etc.
- Promotion of a positive interpersonal relation in the workplace to prevent stressors emanating from the diversity of the workforce and the interpersonal problems.
- Implement Management of stress-related symptoms and provide adequate employee assistance program.
- Develop social and recreational programs such as fitness and sports activities.

Communication: Trainings, Awareness:

- Conduct regular trainings and raise awareness of respectable behavior, how to identify and control stress etc.
- Increase awareness on how employees can identify the stress causing elements.
- Communicate the tasks and workplace policy for stress prevention at work.
- Reduce individual vulnerability through training in self-awareness and problem analysis to detect signs of increasing stress and to identify stressors.

Recognition of Good Practices

- Reward best practices for health and safety in the workplace.

If you cannot estimate the reality of stress outcomes, how you will save your work from its consequences!

Supported by :

هيئة الصحة بدبي
DUBAI HEALTH AUTHORITY

بدعم من :

وزارة الموارد البشرية والتوطين
MINISTRY OF HUMAN RESOURCES & EMIRATISATION

#إسعادكم_غايتنا
#Creating_Happiness
800900
للاستفسارات والاقتراحات والشكاوى
For Suggestions & Complaints & Notifications
www.dm.gov.ae