



KIEMELJÜK A LÉNYEGET

MENTÁLIS TÁMOGATÁS

Lelki terhelés csökkentése krízishelyzetben



Magyarországon a kevésbé megterhelő időszakokban is magas a segítő szakmák körében a kiegészi veszélyeztetettség.

A megfelelő minőségű ellátás alapvető pillérei a szociális dolgozók, akiből már így is hiányt szenvedünk. Így különösen figyelniük kell rájuk!

Mit tudsz tenni munkatársaid lelki terheinek csökkentése és mentális egészségük megőrzése érdekében?

AJÁNLÁSOK

- **Készíts könnyen áttekinthető intézményi szabályozásokat!**
- **Kommunikálj nyíltan, tájékoztasd rendszeresen és kielégítően a dolgozókat!**
- **Biztosíts a dolgozók számára elegendő, feltöltődésre lehetőséget adó pihenőidőt!**
- **Vedd figyelembe a dolgozók szükségleteit a munkavégzés helyének megtervezésekor!**
- **Gondoskodj dolgozóid személyes és szakmai biztonságáról!**
- **Kommunikálj megbecsülést a kollégáid felé!**
- **Biztosíts platformot a tapasztalatok, tanulságok megbeszélésére szervezett konzultációs alkalmak formájában!**
- **Ismerd fel az alkalmazottaid esetén a kiegész jeleit!**
- **Biztosíts lelki segély kapcsolattartási lehetőséget!**