



وزارت صحت عامه
ریاست عمومی طب وقایه و کنترل امراض
ریاست مراقبت های اولیه
امریت صحت روانی

روز جهانی صحت روانی 10- اکتوبر 2020

صحت روانی برای همه: سرمایه گزاری بیشتر - دسترسی بیشتر

رهنمود بحث های انفرادی و گروهی

ا. صحت روانی در جهان

1. 450 میلیون اختلالات روانی دارند
2. تمام بار جهانی صحت را اختلالات روانی و عصبی تشکیل میدهد
3. در هر 40 یک تن خودکشی مینماید یعنی 800000 در سال
4. خودکشی ها در ممالک با درآمد کم و متوسط
5. از هر 4 نفر یک نفر یک اختلال روانی را در طول عمر میگذراند
6. از مردم در ممالک با درآمد بالا و 85٪ در ممالک با درآمد کم و متوسط به خدمات صحت روانی دسترسی ندارند.
7. (16) تریلیون دالرامریکایی خساره بین 2010-2030 (فورم اقتصادی جهانی 2018)
8. تقریباً 1٪ در ممالک با درآمد کمتر و 5٪ در ممالک با درآمد به خدمات صحت روانی مثرف میکنند
9. در مقابل هر یک دالر مصرف در خدمات صحت روانی 4 دالر عواید اضافه
10. داشتن صحت روانی یک حق بشری است- مردم باید از ان مستفید شوند

ا. بحث انفرادی در گروه

سوالات انفرادی :

1. نظر به امکانات دست داشته تان در ظرف یک سال گذشته چه اهماتی را در جهت حفظ سلامت روانی خود و افراد خانواده تان هزینه نموده اید؟ البته ضروری نیست که این منحصر خرید ادویه یا رفتن به داکتر روانی باشد، هر تلاشی که برای حفظ بهبودی روانی آنها انجام داده اید شامل این اهمات میباشد مانند گوش دادن به نیازهای آنها و یا ایجاد ماحول سرگرم کننده، خرید وسایل و یا اجرای سفر و غیره
2. نظر به توانمندی اقتصادی تان در ظرف یک سال گذشته چه فیصدی از عواید تان را بشکل آگاهانه به مقصد حفاظت سلامت روانی خود و یا افراد خانواده تان و وقایه آنها از اختلالات روانی هزینه نموده اید؟
3. برنامه سال آینده شما برای بهبود وارتقای صحت روانی افراد و خانواده تان چیست؟
4. چه مقدار از مجموع عواید خویشرا در سال آینده میخواهید برای بهبود صحت روانی آنها هزینه نمایید؟

III. بحث مدیرتی در گروپ

سوالات مدیرتی:

1. منحیث یک از مدیران سطح عالی یک سازمان چه تدابیر و اقداماتی را برای حفاظت و بهبود سلامت روانی کارمندان اداره رویدست گرفته اید که هدف ان ارتقای صحت روانی کارکنان و جلوگیری از متاثر شدن آنها توسط فشارها و اختلالات روانی باشد مثلا فراهم نمودن حمایت در داخل سازمان یا جالب ساختن محیط کاری
2. آیا در یک سال گذشته بشکل آگاهانه برای برنامه های بهبود و ارتقای صحت روانی کارکنان اداره هزینه نموده اید؟ مهم نیست که این هزینه بندی مستقل باشد بلکه بشکل مدغم مثلا تهیه غذای متنوع، یا صرف غذا بشکلی که زمینه تبادل نظریات و نشست هار را تسهیل کند؟ یا تجلیل از روزهای ملی و عنعنوی به هدف ایجاد ماحول متفاوت
3. برنامه سال آینده شما برای بهبود وارتقای صحت روانی کارکنان اداره تان چیست؟
4. در سال آینده به چه مقدار و از کدام طریق میتوانید روی بهبود صحت روانی افراد اداره سرمایه گذاری کنید؟

IV. جمع بندی و خلاصه نتایج

V. ارسال نتایج و خلاصه بحث ها به امریت صحت روانی

با احترام

امریت صحت روانی