

به گزارش روابط عمومی شرکت توزیع نیروی برق استان کردستان، کارگاه «مهارت‌های زندگی با موضوع مقابله با استرس و روان‌درمانی» با هدف ارتقاء سلامت روان در کارکنان شاغل شرکت برق و پیشگیری از بیماری‌های روانشناسی و ایجاد انگیزه، نشاط و شادی بین کارکنان در جهت بهره‌روی بالا در مدیریت توزیع برق شهرستان قروه و همچنین در راستای تحقق شعار جهانی بهداشت روان و کاهش مشکلات کارکنان در این زمینه برگزار شد.

در این کارگاه که با حضور مدیریت، پرسنل و تعدادی از پیمانکاران برق شهرستان قروه در محل سالن اجتماعات کمیته امداد این شهرستان برگزار شد، کارشناس شبکه بهداشت قروه به تشریح عوامل ایجاد استرس در محیط کار و عواقب و عوارض ناشی از آن، آشنایی با نشانه‌های روانی و جسمی استرس و همچنین ارائه موارد پیشگیری، مقابله و یا به حداقل رساندن این مشکلات توضیحاتی را ارائه داده و در نهایت روش‌های عملی کسب آرامش روان آموزش داده شد.