

ESALBA ÇALIŞAN MENTAL SAĞLIK VE PSİKOLOJİK GÜVENLİK POLİTİKASI

1. AMAÇ

Bu politika, çalışanlarımızın mental sağlıklarını desteklemeyi, stresle başa çıkmalarını kolaylaştırmayı, depresyon gibi ruhsal sağlık sorunlarına karşı farkındalık yaratmayı ve iş yerinde psikolojik güvenliği sağlamayı amaçlamaktadır. Çalışanlarımıza güvenli, sağlıklı ve destekleyici bir çalışma ortamı sunmak, verimliliklerini artırmak ve genel iyilik hallerini güçlendirmek için gerekli önlemleri alacağız.

2. KAPSAM

Bu politika, Esalba Metal Sanayi ve iştiraklerinin kendi operasyonları ile Esalba adına ürün ve hizmet sağlayan tüm paydaşlarını kapsar.

3. TANIM

Mental Sağlık ve Psikolojik Güvenlik:

Mental sağlık, bireylerin duygusal, psikolojik ve sosyal açıdan iyi olma hali olarak tanımlanır. İş yerinde mental sağlık, çalışanların işyeri ortamında duygusal dengeyi koruyabilmeleri, stresle başa çıkabilmeleri, psikolojik destek alabilmeleri ve genel refahlarının yüksek olabilmesi anlamına gelir.

Psikolojik güvenlik ise, çalışanların iş yerinde hata yapmaktan, eleştirilmekten, dışlanmaktan veya hakarete uğramaktan korkmadan, açıkça ve dürüstçe düşüncelerini, fikirlerini, endişelerini ve duygularını ifade edebildikleri bir ortamdır. Çalışanlar, iş yerinde güvenli bir atmosferde bulunarak, kendilerini psikolojik olarak güvende hisseder ve bu da hem bireysel hem de toplu iş performansını artırır.

4. STRATEJİ

Bu politika ile amaçlanan temel stratejik hedefler şunlardır:

- Çalışanların Mental Sağlıklarını Desteklemek:**
Çalışanlarımızın ruhsal sağlıklarını korumak, stres yönetimi ve depresyon gibi sorunlarla başa çıkmalarını kolaylaştırmak. Sağlıklı bir iş ortamı sunarak, çalışanlarımızın yüksek iş verimliliğiyle katkıda bulunmalarını sağlamak.
- İş Yerinde Psikolojik Güvenlik Sağlamak:**
Çalışanların iş yerinde kendilerini güvenli hissettikleri, açıkça fikirlerini ve duygularını ifade edebildikleri bir kültür oluşturmak. Bu kültür, çalışanların yenilikçi düşünmelerini, takım çalışmasını ve genel iş tatminini arttıracaktır.
- Farkındalık Yaratmak:**
Mental sağlık konusunda tüm çalışanlar arasında farkındalık yaratmak. Stresin ve ruhsal sağlık sorunlarının normalleştirilmesi, bu konularda açık ve destekleyici bir iletişim kültürü oluşturulması.
- Destek Sistemleri Sağlamak:**
Çalışanların ruhsal sağlık sorunlarıyla başa çıkabilmeleri için profesyonel destek hizmetlerine erişim sağlamalarını kolaylaştırmak.

5. UYGULAMALAR

1. Stres Yönetimi:

Çalışanlarımızın stresli durumlara başa çıkabilmeleri için çeşitli destek mekanizmaları sağlanacaktır. Bu, eğitimler, bilgilendirme seansları ve gerektiğinde profesyonel destek almayı içerir. Çalışanlarımızın stresle baş etme becerilerini geliştirmek için aşağıdaki önlemler alınacaktır:

- Düzenli stres yönetimi eğitimleri ve seminerleri organize edilecektir.
- Çalışanların iş yükü ve görevlerini dengeleme konusunda esneklik sağlanacaktır.
- Çalışanlara stres azaltıcı teknikler hakkında rehberlik sunulacaktır (meditasyon, nefes egzersizleri, vb.).
- İş yerinde sağlıklı iş akışları ve zaman yönetimi ilkeleri oluşturulacaktır.

2. Depresyon ve Ruhsal Sağlık Desteği:

Çalışanlarımızın ruhsal sağlıklarına özen göstermek adına depresyon gibi mental sağlık sorunları konusunda farkındalık yaratılacak ve gerekli destek sağlanacaktır. Depresyonun erken aşamalarda tespit edilmesi ve profesyonel yardım alınması teşvik edilecektir. Bu bağlamda aşağıdaki adımlar atılacaktır:

- Çalışanlarımıza depresyon hakkında bilgilendirme yapılacak, belirtiler ve tedavi yolları hakkında eğitimler düzenlenecektir.
- Çalışanlar, gizlilik içinde psikolojik destek alabilecekleri profesyonel bir danışmanlık hizmetine yönlendirilecektir.
- Çalışanların ruhsal sağlık sorunları ile ilgili açık bir iletişim kanalı sağlanacaktır. Bu kanal aracılığıyla gizlilik içinde destek alabileceklerdir.
- Şirket içindeki liderlere ve yöneticilere, çalışanların ruhsal sağlıklarıyla ilgili farkındalık kazandırılacaktır.

3. İş Yerinde Psikolojik Güvenlik:

İş yerinde psikolojik güvenlik, çalışanların duygusal açıdan güvende hissettikleri, korkmadan fikirlerini ifade edebildikleri ve hatalardan ders alarak gelişebildikleri bir ortamı ifade eder. Psikolojik güvenliği artırmaya yönelik olarak şu adımlar uygulanacaktır:

- Çalışanlarımıza yönelik açık, dürüst ve saygılı iletişim kültürü teşvik edilecektir.
- Çalışanların fikirlerini paylaşabilecekleri, katkıda bulunabilecekleri bir geri bildirim sistemi kurulacaktır.
- Herhangi bir taciz, zorbalık, ayrımcılık veya olumsuz davranışın sifra indirilmesi için gerekli düzenlemeler yapılacaktır.
- Çalışanlarımızın duygusal güvenliğini tehdit edebilecek durumlara karşı şirket politikaları belirlenmiş olacak ve bu politikaların uygulanması sağlanacaktır.
- Çalışanlar için psikolojik güvenlik sağlamak adına güvenli alanlar, destek grupları ve ihtiyaç duyulduğunda bireysel destek hizmetleri sunulacaktır.

4. İzleme ve Değerlendirme:

Bu politikanın etkinliğini izlemek ve sürekli iyileştirmek amacıyla, çalışanların geri bildirimleri alınacak, anketler düzenlenecek ve ruhsal sağlık hizmetlerinin kullanım oranları takip edilecektir. Ayrıca, ruhsal sağlık konularına yönelik eğitim ve farkındalık etkinlikleri düzenlenmeye devam edilecektir.

5. Gizlilik ve Destek:

Çalışanların ruhsal sağlık sorunları ile ilgili her türlü bilgi gizli tutulacak ve yalnızca izin verilen yetkili kişilerle paylaşılacaktır. Çalışanlarımıza, kişisel sağlık verilerinin korunması konusunda güvence verilecektir.

6. Eğitim ve Bilgilendirme:

Çalışanlarımıza, ruhsal sağlık, stres yönetimi, depresyon belirtileri, iş yerinde psikolojik güvenlik gibi konularda düzenli eğitimler verilecektir. Ayrıca, bu konularda broşürler, online kaynaklar ve rehberlik materyalleri sağlanacaktır.