

# غربالگری استرس

## پرسنل ویژه بخش های HR و HSE در سازمان ها

سلامت روان سرمایه های انسانی در صنایع حساس دارای اهمیت فراوان است. در عین حال پاندمی کرونا به دلیل ایجاد استرس ها در ابعاد مختلف، سلامت روان همه افراد، و به ویژه کارکنان مشاغل را تهدید می کند.



امروزه در دنیا با استفاده از فناوری های علوم شناختی و آنالیز مغز، روش هایی برای شناسایی و اندازه گیری استرس میان کارکنان توسعه یافته است که زمینه بهبود و درمان را نیز فراهم می آورد.

در این راستا، نوروچلنج با بهره گیری از تکنولوژی گجت های پوشیدنی و نرم افزاری بنام «دستیار هوشمند استرس: Calme» به غربالگری استرس برای پرسنل در بخش های مختلف می پردازد.



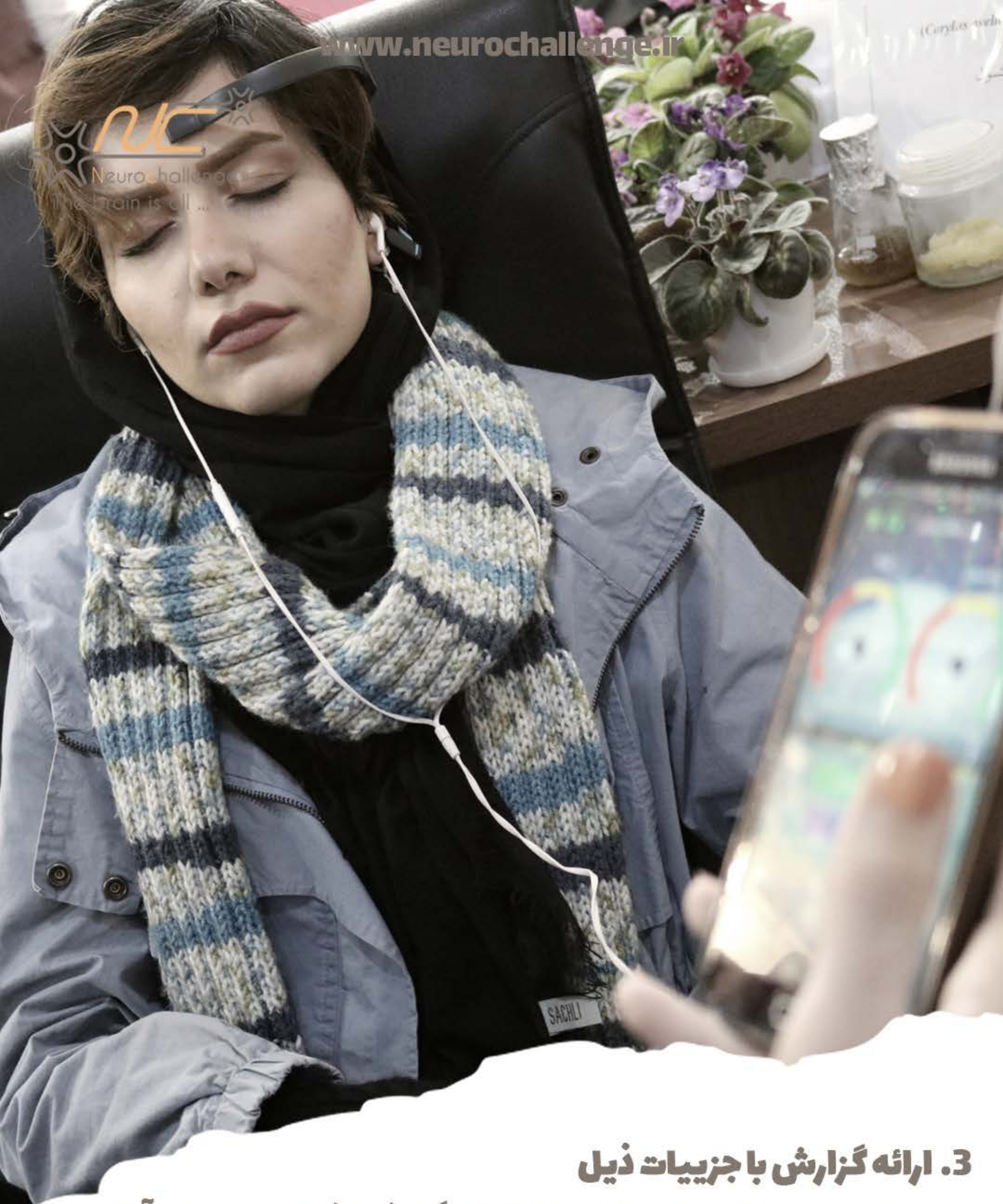


این کار طی چند مرحله به صورت زیر انجام می شود:

1. تحلیل فضا، ساختار، شرح مشاغل و طراحی پلن برای سازمان

2. اندازه گیری به وسیله گجت پوشیدنی

- سنجش و مدیریت استرس
- سنجش تمرکز
- سنجش قدرت یادگیری
- سنجش احساس حین انجام فعالیت
- سنجش خلاقیت



### 3. ارائه گزارش با جزئیات ذیل

- تعیین میزان استرس فردی کارکنان و گزارش تشریحی جزئیات آن
- تعیین وضعیت استرس کلی در سازمان فارغ از جزئیات سازمان
- تعیین استرس کارکنان بر اساس محل فعالیت (مثلا دفتر، کارگاه، کارخانه و...) و همین طور شهر فعالیت
- گزارش استرس کارکنان بر مبنای جنسیت شاغلین
- گزارش استرس کارکنان بر مبنای جایگاه های شغلی آن ها
- گزارش استرس بر مبنای شرایط محیطی حاکم بر کار (مانند نور، دما، رطوبت، تهویه، سروصدا، آلودگی و...)
- ارائه گزارش جامع بر مبنای سطح استرس پرسنل در دسته بندی های مختلف مانند رسته های شغلی، جنسیت پرسنل، جایگاه های شغلی و...

#### 4. ارائه راهکارهای ارتقا، بهبود و درمان

پس از غربالگری و تعیین سطوح مختلف استرسی در سازمان با سه حالت ذیل مواجه خواهیم شد:

• **سطح استرس کم:** در این سطح راهکارهای ارتقای توانمندی ذهنی همچون نوروگیم و نوروسپرت (یعنی بازی‌ها و ورزش‌هایی مبتنی بر افزایش توانمندی ذهنی) به این دسته از کارکنان ارائه می‌شود.

• **سطح استرس نرمال:** این کارکنان به تکنیک‌های بهبود نیاز دارند که عمدتاً می‌تواند با گجت پوشیدنی و نوروفیدبک یا کارگاه‌های عملی مدیریت استرس انجام شود.

• **سطح استرس بالا:** در این حالت، فرد نیاز به درمان دارد و ممکن است زمانی طولانی (از سه ماه تا چند سال) برای درمان نیاز داشته باشد.

[www.neurochallenge.ir](http://www.neurochallenge.ir)



## با ما در تماس باشید

 [www.neurochallenge.ir](http://www.neurochallenge.ir)

 [info@neurochallenge.ir](mailto:info@neurochallenge.ir)

 @uxneurochallenge

 +98 21 8288 3950

