

Т.А. Асимова, Р.Т. Жусупова, М.В. Орлова

### ВСТРЕЧА В РАМКАХ ВСЕМИРНОГО ДНЯ ПСИХИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ

Ежегодно 10 октября отмечается Всемирный день психического здоровья (англ. WorldMentalHealthDay), который был инициирован в 1992 году Всемирной федерацией психического здоровья при поддержке Всемирной организации здравоохранения, с целью повышения информированности населения в отношении проблем психического здоровья и способов его укрепления.

Эта дата входит в перечень всемирных и международных дней, отмечаемых ООН.

В 2017 году Всемирный день психического здоровья проходит по теме: «Психическое здоровье на рабочем месте».

Психическое здоровье определяется как состояние благополучия, при котором каждый человек может реализовать свои способности и собственный потенциал, противостоять обычным жизненным стрессам, продуктивно и плодотворно работать и вносить вклад в жизнь своего общества. В этом позитивном смысле психическое здоровье является основой благополучия каждого человека и эффективного функционирования общества в целом. Психическое здоровье является неотъемлемой частью и важнейшим компонентом общего здоровья. Естественно, учитывая сложности в профессиональной деятельности медицинских работников (постоянное напряжение и стрессы на работе, ответственность за здоровье и жизнь пациентов) психическое здоровье имеет огромное значение прежде всего для самих медицинских работников.



В рамках этого события руководством было решено организовать открытие спортивного тренажёрного зала для всего персонала клиники. Теплые напутственные слова прозвучали от ректора КРМУ д.м.н., профессора Джайнакбаева Н.Т., Главного врача Сейдуманова М.Т. и представителя национально-демократической партии "НУР ОТАН" 1й заместитель районного филиала Ажибаева М.Е.

Молодые сотрудники порадовали ярким и зажигательным флэш-мобом.



Далее, в малом конференц-зале доцентом кафедры медицинской психологии и коммуникативных навыков КазНМУ Багияровой Ф.А. для сотрудников клиники был проведён мастер-класс по методике профессора КРМУ Асимова М.А. "Техники самосовладания, самокоррекции в рамках психогигиены".



С заключительным словом выступила профессор КРМУ Асимова Т.А.

В итоге нужно отметить, что этот день должен стать объединяющим, способным вызвать интерес к обсуждаемой проблеме и способствовать росту популярности долгосрочных мероприятий по охране психического здоровья населения; создать новое отношение к этой проблеме, инициировать солидарность и поддержку в этой важной работе, развить новые взаимоотношения между людьми, способствовать росту толерантности населения к психически больным. По мнению работников ВОЗ, Всемирный день психического здоровья должен приобрести положительное звучание, быть нацеленным на повышение уровня осведомленности населения о природе и масштабах психических расстройств, их особенностях, воздействии на здоровье в целом и человеческое развитие.

