**ورشة عمل**  
**الاحتراق الوظيفي والممارسة المهنية لدى موظفي المؤسسات الحكومية**

**مقدمة:**  
في بيئة العمل الحالية، يواجه موظفو المؤسسات الحكومية العديد من التحديات التي تؤثر على ممارساتهم المهنية وصحتهم النفسية. مع تزايد الضغوطات، قد يعاني البعض من **الاحتراق الوظيفي**، وهو حالة نفسية وجسدية تؤثر على الأداء المهني والاستقرار العاطفي.  
تهدف هذه الورشة إلى توعية الموظفين بأسباب الاحتراق الوظيفي وطرق التعامل معه لتعزيز الممارسة المهنية والمحافظة على الصحة النفسية.

**أهداف الورشة:**

1. **التعرف على مفهوم الاحتراق الوظيفي:**  
   فهم ماهية الاحتراق الوظيفي، مراحله، والعلامات التي تشير إلى ظهوره بين الموظفين.
2. **تحليل أسباب الاحتراق الوظيفي في المؤسسات الحكومية:**  
   التعرف على العوامل الداخلية والخارجية التي تساهم في ظهور الاحتراق الوظيفي، مثل ضغط العمل، قلة التقدير، والروتين.
3. **التأثير على الممارسة المهنية:**  
   كيفية تأثير الاحتراق الوظيفي على الأداء اليومي، الإنتاجية، العلاقات المهنية، واتخاذ القرارات.
4. **طرق الوقاية والتعامل مع الاحتراق الوظيفي:**  
   استراتيجيات عملية للتعامل مع الضغوطات المهنية والوقاية من الاحتراق الوظيفي من خلال تنظيم الوقت، والتوازن بين الحياة العملية والشخصية، والتواصل الفعال.
5. **تعزيز بيئة عمل صحية:**  
   بناء بيئة عمل تشجع على الرضا الوظيفي، وتقدير الجهود، وتخفيف الأعباء المترتبة على الموظفين.

**الموضوعات التي سيتم تناولها:**

1. **مفهوم الاحتراق الوظيفي:**
   * تعريف الاحتراق الوظيفي وأسبابه.
   * المراحل الثلاث للاحتراق: الإنهاك العاطفي، التبلد المهني، والإحساس بعدم الإنجاز.
2. **الممارسة المهنية وتأثير الاحتراق عليها:**
   * كيف يؤثر الاحتراق على الأداء المهني والكفاءة.
   * العلاقة بين الاحتراق الوظيفي وزيادة الأخطاء المهنية.
3. **أسباب الاحتراق الوظيفي في المؤسسات الحكومية:**
   * الروتين الوظيفي والتحديات البيروقراطية.
   * نقص الدعم الإداري وغياب التقدير.
   * ضغوطات التقييم المستمر ومتطلبات الأداء العالية.
4. **الاحتراق الوظيفي في المؤسسات الحكومية:**
   * تأثير الهياكل التنظيمية والإجراءات الحكومية على الموظفين.
   * ضغوط الالتزام بالقوانين والتعامل مع الجمهور.
5. **استراتيجيات الوقاية والتعامل مع الاحتراق الوظيفي:**
   * تطبيق مهارات إدارة الوقت والضغوطات.
   * أهمية الدعم النفسي والتدريب المهني المستمر.
   * تعزيز ثقافة العمل الجماعي والتقدير المتبادل.
6. **بيئة عمل صحية وداعمة:**
   * دور القادة والإداريين في توفير بيئة عمل محفزة.
   * أهمية التوازن بين العمل والحياة الشخصية للموظفين.

**مخرجات الورشة:**

* رفع مستوى الوعي بأهمية الصحة النفسية في مكان العمل.
* تزويد الموظفين بالأدوات اللازمة للتعامل مع الاحتراق الوظيفي والضغوط المهنية.
* تحسين ممارسات الإدارة في المؤسسات الحكومية لتعزيز رفاهية الموظفين.
* بناء علاقات عمل أفضل من خلال تعزيز التواصل المفتوح والدعم المتبادل بين الموظفين.

**ختاماً:**  
تعتبر هذه الورشة خطوة هامة نحو تعزيز الوعي بمخاطر الاحتراق الوظيفي وأثره على الممارسة المهنية. من خلال الاستراتيجيات والتقنيات المقدمة، سيمكن الموظفون من تحسين أدائهم المهني والاحتفاظ بحالة نفسية متوازنة في مواجهة الضغوط اليومية.