乌审旗卫生健康委员会关于印发乌审旗2025年

职业人群心理健康知识讲座工作实施方案的通知

各医疗卫生健康单位、职业病体检机构：

为进一步加强我旗职业人群心理健康服务，现将《乌审旗2025年职业人群心理健康知识讲座工作实施方案》，现印发给你们，请认真贯彻落实。

 乌审旗卫生健康委员会

 2025年4月10日

乌审旗2025年职业人群心理健康知识讲座

工作实施方案

为深入贯彻落实国家卫生健康委《2025年职业人群心理健康知识讲座工作的通知》以及内蒙古自治区卫生健康委、鄂尔多斯市卫生健康委相关工作要求，切实提升本旗职业人群心理健康水平，尤其是加强对新业态从业人员的心理健康服务，结合我旗实际，特制定本实施方案。

## 一、工作背景

在社会经济快速发展、产业结构不断调整的大背景下，我旗县职业人群面临着日益复杂的工作环境和激烈的职场竞争，心理健康问题逐渐显现。为有效提升职业人群心理调适能力，广泛普及心理健康知识，营造关注职业人群心理健康的良好氛围，依据上级指示精神，特组织开展本年度职业人群心理健康知识讲座系列活动。

## 二、工作目标

2025年内，在全旗范围内组织开展不少于3场职业人群心理健康知识讲座，重点面向行政事业单位、工矿企业、交通运输、医疗卫生、教育等重点行业领域，通过讲座，深度普及心理健康核心知识，包括压力管理、情绪调节、职业倦怠预防、心理危机干预等内容，确保职业人群对心理健康知识的知晓率显著提升。

## 三、任务安排

（一）制定工作方案。各医疗卫生健康单位、职业病体检机构要结合实际，明确目标任务、工作措施、时间安排和保障措施，并于4月15日前报乌审旗卫生健康委疾控妇幼基层股。

### （二）组建专家队伍。各医疗卫生健康单位、职业病体检机构从本单位推荐精神卫生、心理咨询、职业健康、健康教育等领域业务精湛、经验丰富的专业人员，参与市级职业人群心理健康专家宣讲团选拔。也可以自行组建本单位宣讲团。

（三）开展讲座活动。各单位要结合实际，制定培训计划，邀请专家宣讲团或自行组织开展培训。深入机关事业、企业、学校等，开展形式多样、内容丰富的心理健康知识讲座。讲座内容要贴近基层一线、贴近劳动者实际需求，重点讲解心理健康基本知识、常见心理问题识别与应对、压力管理与情绪调节、职业倦怠预防与干预等。有条件的地区可以在现场讲座的同时开启直播模式，让更多的从业者参与。

(四)加强宣传引导。充分利用第23个《职业病防治法》宣传周、精神卫生日等重要时间节点，根据不同职业人群心理健康状况特点，广泛开展形式丰富、内容多样的心理健康主题宣传活动。充分利用户外广告、社区广场宣传设施、厂区广播电视以及工地标语等各类媒介平台资源，向广大劳动者广泛传播科学实用的心理健康知识。在宣传内容上，注重语言通俗易懂、形式生动有趣，提高宣传效果。

## 四、实施内容

（一）讲座主题

心理健康讲座主题围绕职场压力与情绪管理、人际关系与沟通技巧、职业倦怠识别与干预、睡眠健康与工作效能等内容开展，也可以根据行业需求定制内容。

### （二）讲座形式

通过线下讲座，覆盖不同区域/行业企业。有条件开通线上直播，公众号宣传；互动环节、现场提问、心理测评、小组讨论。

### （三）时间要求

1.动员部署阶段（2025年4月20日前）制定实施方案或培训计划，建立信息联络群。各医疗卫生健康单位需于2025年4月15日前将职业人群心理健康知识培训专项工作联络员信息（附件）报卫生健康委员会疾控妇幼基层股。

2.实施和总结阶段（2025年4月20日-10月31日）全面推进职业人群心理健康知识讲座活动。各医疗卫生健康单位、职业卫生体检机构于2025年10月15日前，完成全年讲座任务，并对全年工作进行总结，形成书面报告报至乌审旗卫生健康委员会疾控妇幼基层股。

电子邮箱：442807097@qq.com

联系电话：0477-7581825

附件：职业人群心理健康知识培训专项工作联络员信息

附件

职业人群心理健康知识培训专项工作联络员信息

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 姓名 | 工作单位及职务 | 联系电话 |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |

乌审旗卫生健康委员会 2025年4月10日印发