MIND / 051

일터의 정신건강은 환경도 중요

개인 노력만의 문제는 아니에요.



WORK

01

요구

과도한 업무량과 속도를 살펴요.

02

통제

업무를 조정할 여지가 있는지 봐요.

03

지원

동료와 조직의 지원을 확인해요.