تقرير

مؤشر الصحة النفسية في بيئة العمل 2026

قراءة في مستويات الضغط والاحتراق الوظيفي لدى الموظفين في المملكة

32%	4,200	38 / 45
نسبة الاحتراق الوظيفي	المشاركون في الاستبيان	الجهات المشاركة

ملخص

شمل هذا التقرير أكثر من 4,200 موظف من 38 جهة في القطاعين العام والخاص. وتشير النتائج إلى أن ضغط العمل لا يزال السبب الأول لتراجع الأداء، وأن الموظفين الذين حصلوا على دعم نفسي منتظم كانوا أقل عرضة للاحتراق الوظيفي بشكل ملحوظ.

أبرز النتائج

- ارتفاع الإقبال على الجلسات الإلكترونية مقارنة بالحضورية
- الفئة العمرية 25–34 هي الأكثر طلبًا للدعم
- تحسّن الرضا الوظيفي بعد ثلاثة أشهر من بدء البرنامج

المنهجية

جُمعت البيانات عبر استبيان إلكتروني مجهول الهوية خلال الفترة من يناير إلى يونيو 2026، واستُخدم مقياس معتمد لقياس مؤشرات الاحتراق الوظيفي.

بيانات تجريبية لأغراض الاختبار فقط — لبيه للأعمال