



**تدريب الأعضاء:**

**تقديم الدعم حول مشكلات الصحة النفسية مع الأصدقاء والعائلة**

**التدريب المميز لشهر مايو**

**تقديم الدعم حول مشكلات الصحة النفسية مع الأصدقاء والعائلة.** بين وقت وآخر، يكون لدينا أصدقاء أو فرد بالعائلة يعاني من سوء الحالة المزاجية. وعندما يستمر سوء الحالة المزاجية، يصعُب على المرء معرفة ما يلزم فعله، لا سيما عندما تخشى من أن تتسبب في تفاقم الأمور. هذا ليس برنامجًا حول الصحة النفسية والصحة العاطفية، ولكنه حول الدور الإيجابي الذي يمكن أن تؤديه في تحقيق سلامة الآخرين وعافيتهم. وبسبب أنك لست طبيبًا أو اختصاصي رعاية صحية على الأرجح، توجد حدود للدعم الذي يمكن أن تقدمه، ولذلك من الأهمية معرفة هذه الحدود. وبعد ذلك، بعد استيعاب هذه الحدود، يوجد العديد من المحادثات والإجراءات المفيدة والداعمة التي يمكن أن تؤديها.

**سيستفيد المشاركون بما يلي:**

* التعرُّف على مشكلات الصحة النفسية الشائعة التي يمكن أن يواجهها الأصدقاء وأفراد العائلة
* مراجعة أنواع العلاج
* استكشاف كيفية دعم الأصدقاء أو أفراد العائلة المصابين بمشكلات الصحة النفسية
* تصميم خطة عمل لكيفية تقديم الدعم خلال مشكلات الصحة النفسية

احرص على التسجيل للحصول على جلسة تدريب مباشرةً لمدة ساعة واحدة (1) أو استخدم الخيار حسب الطلب لمشاهدة التدريب في الوقت المناسب لك. تتوفر خيارات التدريب باللغة الإنجليزية وهي متاحة عالميًا.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **الجلسات المسجَّلة**  حسب الطلب  (بدون أسئلة وأجوبة)  **[شاهد هنا](https://optum.webex.com/webappng/sites/optum/recording/7fb28c34be00103c9b5e00505681900b/playback)**  **هل وقتك محدود؟**  شاهد ملخصًا مدته 10 دقائق    **[هنا](https://optum.webex.com/webappng/sites/optum/recording/9bc38fb8beca103cafae005056818d08/playback)** | **14 مايو**  1-2 مساءً بالتوقيت  الصيفي البريطاني  (مع الأسئلة والأجوبة)  [**سجِّل الآن**](https://optum-training-form.force.com/NonUSTrainingForm/s/intlregistrationpage?c__recordId=a27UI000000APA1YAO) | **15 مايو**  7-8 صباحًا بالتوقيت  الصيفي البريطاني  (مع الأسئلة والأجوبة)  [**سجِّل الآن**](https://eapworklife.my.site.com/NonUSTrainingForm/s/intlregistrationpage?c__recordId=a27UI000000APDFYA4) | **21 مايو**  5-6 مساءً بالتوقيت  الصيفي البريطاني  (مع الأسئلة والأجوبة)  [**سجِّل الآن**](https://optum-training-form.force.com/NonUSTrainingForm/s/intlregistrationpage?c__recordId=a27UI000000APWbYAO) | **23 مايو**  7-8 مساءً بالتوقيت  الصيفي البريطاني  (مع الأسئلة والأجوبة)  [**سجِّل الآن**](https://eapworklife.my.site.com/NonUSTrainingForm/s/intlregistrationpage?c__recordId=a27UI000000APYDYA4) |

**الأعداد محدودة لخيارات جلسات التدريب المباشرة، لذلك يلزم التسجيل مسبقًا.**

**البدء**

لا يجوز استخدام هذا البرنامج في حالات الطوارئ أو احتياجات الرعاية العاجلة. في حالة الطوارئ، اتصل على 911 إذا كنت في الولايات المتحدة أو رقم هاتف خدمات الطوارئ المحلية إذا كنت خارج الولايات المتحدة، أو اذهب إلى أقرب مِرفق رعاية صحية متنقل وغرفة طوارئ. هذا البرنامج ليس بديلاً عن رعاية الطبيب أو الرعاية المتخصصة. نظرًا لاحتمال تضارب المصالح، لن يتم تقديم الاستشارات القانونية بشأن المشكلات التي قد تنطوي على إجراء قانوني ضد Optum أو الشركات التابعة لها، أو أي كيان يتلقى المتصل من خلاله هذه الخدمات بشكل مباشر أو غير مباشر (على سبيل المثال، صاحب العمل أو خطة التأمين الصحي). قد لا يتوفر هذا البرنامج وجميع مكوناته، لا سيما الخدمات المخصصة لأفراد الأسرة الذين تقل أعمارهم عن 16 عامًا، في جميع المواقع ويخضع للتغيير بدون إخطار مسبق. قد تختلف التجربة و/أو المستويات التعليمية لموارد "برنامج مساعدة الموظفين" بناءً على متطلبات العقد أو المتطلبات التنظيمية المعمول بها في الدولة. قد يتم تطبيق استثناءات وقيود على التغطية.

© 2023 Optum, Inc. جميع الحقوق محفوظة. تُعد Optum علامة تجارية مسجَّلة لشركة Optum, Inc. في الولايات المتحدة وغيرها من الولايات القضائية. تُعد كل العلامات التجارية أو أسماء المنتجات الأخرى علامات تجارية أو علامات مسجَّلة لممتلكات أصحابها المعنيين. تُعد Optum شركة تحقق تكافؤ الفرص في العمل لكل موظفيها.