



**会员培训：**

**如何在心理健康问题方面为朋友和家人提供支持**

**5 月特色培训**

**如何在心理健康问题方面为朋友和家人提供支持。**我们偶尔都会遇到亲朋好友出现情绪低落的情况。情绪持续低落时很难知道该怎么办，尤其是在担心事情变得更糟时。本计划并非关于您自身的心理和情绪健康，而是关于您可以为他人的健康带来的积极作用。您可能并非医生或健康专业人士，能够提供的支持有限，因此，了解相关界限非常重要。了解这些限制后，您便可以开展许多有用的支持性对话和行动。

**参与者将：**

* 明确朋友和家人可能面临的常见心理健康问题
* 回顾治疗类型
* 探索如何为有心理健康问题的朋友或家人提供支持
* 制定应对心理健康问题的行动计划

您可以注册参加 1 小时的直播培训课程，或者在方便时按需观看培训课程。培训语言为英语，全球各地均可观看。

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **录制课程**  按需观看  （无问答环节）  **[点击此处观看](https://optum.webex.com/webappng/sites/optum/recording/7fb28c34be00103c9b5e00505681900b/playback)**  **日程繁忙？**  点击此处观看 10 分钟课程摘要    **[点击此处](https://optum.webex.com/webappng/sites/optum/recording/9bc38fb8beca103cafae005056818d08/playback)** | **5 月 14 日**  下午 1-2 点 （英国夏令时）  （有问答环节）  [**立即注册**](https://optum-training-form.force.com/NonUSTrainingForm/s/intlregistrationpage?c__recordId=a27UI000000APA1YAO) | **5 月 15 日**  上午 7-8 点 （英国夏令时）  （有问答环节）  [**立即注册**](https://eapworklife.my.site.com/NonUSTrainingForm/s/intlregistrationpage?c__recordId=a27UI000000APDFYA4) | **5 月 21 日**  下午 5-6 点 （英国夏令时）  （有问答环节）  [**立即注册**](https://optum-training-form.force.com/NonUSTrainingForm/s/intlregistrationpage?c__recordId=a27UI000000APWbYAO) | **5 月 23 日**  下午 7-8 点 （英国夏令时）  （有问答环节）  [**立即注册**](https://eapworklife.my.site.com/NonUSTrainingForm/s/intlregistrationpage?c__recordId=a27UI000000APYDYA4) |

**直播培训课程名额有限，请务必提前注册。**

本计划不适用于紧急情况或急症护理需求。若遇到紧急情况，如果您在美国，请拨打 911，如果您在美国以外的地区，请拨打当地的紧急服务电话号码，或者前往最近的急诊室。本计划不得替代医生或专业人士的医疗护理。由于可能存在利益冲突，我们不会就可能涉及对 Optum、其附属机构、致电直接或间接通过其接收这些服务的任何实体（例如，雇主或健康计划）采取法律行动的事宜提供法律咨询。某些地区可能无法提供本计划及其任何组成部分（尤其是为 16 岁以下家庭成员提供的服务），如有变更，恕不提前通知。员工援助计划资源的相关体验和/或教育水平可能因合同要求或国家监管要求而异。可能存在保险责任豁免和限制条款。

版权所有 © 2023 Optum, Inc.Optum 是 Optum, Inc. 在美国和其他司法管辖区的注册商标。所有其他品牌或产品名称均为其各自所有者的商标或注册商标。Optum 是一家提供平等机会的雇主。