



**تدريب الأعضاء:**

**إيجاد الإحسان واللُطف في مكان العمل**

**التدريب المميز لشهر نوفمبر**

**إيجاد الإحسان واللُطف في مكان العمل**. تستكشف هذه الجلسة الدور بالغ الأهمية للإحسان واللطف في بناء العلاقات القوية وتعزيز الصحة النفسية الإيجابية. يتضمن هذا إستراتيجيات وطرق عملية لإظهار التعاطف واللطف على أساس يومي. سيغوص المشاركون في أعماق التحفيزات وراء ممارسة الأفعال التي تتصف بالإيثار والاطلاع على الأساس العلمي وراء الامتنان من خلال توفير الإستراتيجيات العملية لدمجه في الممارسات الروتينية اليومية. سنناقش أيضًا فوائد التبرع للآخرين ومساعدتهم على سلامتنا النفسية، وتأكيد أهمية التعاطف واللطف كعنصر أساسي في مكان عمل ذي أجواء صحية. وتهدف هذه الجلسة، من خلال جمع الرؤى العلمية إلى الإسترتيجيات العملية، إلى تمكين المشاركين من إيجاد ثقافة الإحسان واللطف والامتنان، وتعزيز الصحة النفسية الإيجابية، وتقوية العلاقات الاجتماعية.

نقاط التعلُّم

* فهم دور الإحسان واللطف في بناء العلاقات القوية وتعزيز الصحة النفسية الإيجابية
* تحديد الإستراتيجيات والطرق العملية لإظهار الإحسان واللطف يوميًا
* استكشاف الأساس العلمي وراء الامتنان والإستراتيجيات العملية لدمجه في الممارسات الروتينية اليومية

احرص على التسجيل للحصول على جلسة تدريب مباشرة 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/4987fab44e6d103d9d57f2ab7c6149cd/playback)**  **هل وقتك محدود؟**  شاهد ملخصًا  مدته 10 دقائق    **[هنا](https://optum.webex.com/webappng/sites/optum/recording/97ad370550c5103db9d3eafd9d2d9f3f/playback)** | **14 نوفمبر**  7-8 مساءً بتوقيت جرينتش  (مع الأسئلة والأجوبة)  [**سجِّل الآن**](https://optum-training-form.force.com/NonUSTrainingForm/s/intlregistrationpage?c__recordId=a27UI000000TUYzYAO) | **18 نوفمبر**  1-2 مساءً بتوقيت جرينتش  (مع الأسئلة والأجوبة)  [**سجِّل الآن**](https://optum-training-form.force.com/NonUSTrainingForm/s/intlregistrationpage?c__recordId=a27UI000000TUabYAG) | **19 نوفمبر**  7-8 صباحًا بتوقيت جرينتش  (مع الأسئلة والأجوبة)  [**سجِّل الآن**](https://optum-training-form.force.com/NonUSTrainingForm/s/intlregistrationpage?c__recordId=a27UI000000TUcDYAW) | **19 نوفمبر**  5-6 مساءً بتوقيت جرينتش  (مع الأسئلة والأجوبة)  [**سجِّل الآن**](https://optum-training-form.force.com/NonUSTrainingForm/s/intlregistrationpage?c__recordId=a27UI000000TUdpYAG) |

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

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 "حلول للسعادة والرفاهية العاطفية" بناءً على متطلبات العقد أو المتطلبات التنظيمية المعمول بها في الدولة. قد يتم تطبيق استثناءات وقيود على التغطية.

© 2024 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.