



**가입자 교육:**

**직장에서 정신 건강 문제 지원**

**10월의 교육**

**직장에서 정신 건강 문제 지원**. 이 세션에서는 우리와 우리 가족, 친구들, 그리고 직장 생활에 영향을 줄 수 있는 가장 흔한 정신 건강 문제인 우울증과 불안에 대해 다룹니다. 참가자들은 우울증과 불안이 무엇인지, 어떻게 대처해야 하는지, 그리고 개인이나 가족 지원을 받을 수 있는 곳이 어디인지에 대한 중요한 정보를 배우게 됩니다.

학습 포인트

* 직장에서 흔히 볼 수 있는 두 가지 정신 건강 질환 탐구: 우울증과 불안 장애
* 직장에서 우울증과 불안 장애가 어떻게 나타나는지 탐구
* 적절한 지원 방법 파악
* 직장에서 우울증과 불안 장애를 지원하기 위한 행동 계획 수립

1시간짜리 라이브 교육 세션에 등록하거나 주문형 옵션을 사용하여 편리한 시기에 교육 내용을 확인하시기 바랍니다. 교육 옵션은 영어로 제공되며 전 세계적으로 이용 가능합니다.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **세션 녹화본**  주문형  (질의 응답 불가)  **[여기서 시청하세요](https://optum.webex.com/webappng/sites/optum/recording/c6762655375c103dbdf596cf8eb05470/playback)**  **바쁘십니까?**  10분 요약본을    **[여기서 시청하세요](https://optum.webex.com/webappng/sites/optum/recording/32ce88b73765103dafdf4e26438c3ab1/playback)** | **10월 7일**  중부 일광 절약 시간 기준 오전 1-2시  (질의 응답 가능)  [**지금 등록하세요**](https://optum-training-form.force.com/NonUSTrainingForm/s/intlregistrationpage?c__recordId=a27UI000000Q7NdYAK) | **10월 7일**  중부 일광 절약 시간 기준 오전 11시-오후 12시  (질의 응답 가능)  [**지금 등록하세요**](https://eapworklife.my.site.com/NonUSTrainingForm/s/intlregistrationpage?c__recordId=a27UI000000Q7lpYAC) | **10월 8일**  중부 일광 절약 시간 기준 오후 1-2시  (질의 응답 가능)  [**지금 등록하세요**](https://optum-training-form.force.com/NonUSTrainingForm/s/intlregistrationpage?c__recordId=a27UI000000Q7qfYAC) | **10월 9일**  중부 일광 절약 시간 기준 오전 7-8시  (질의 응답 가능)  [**지금 등록하세요**](https://optum-training-form.force.com/NonUSTrainingForm/s/intlregistrationpage?c__recordId=a27UI000000Q7PFYA0) |

**라이브 교육 세션은 공간이 제한되어 있으므로 사전 등록을 하시기 바랍니다.**

**시작하기**

이 프로그램이 비상이나 응급 치료의 필요성에서 사용돼서는 안 됩니다. 응급 상황이 발생하면 미국의 경우 911번으로 전화하고, 미국 외 지역의 경우 지역 응급 서비스 전화번호로 전화하거나 가장 가까운 응급실을 방문하십시오. 이 프로그램은 의사의 진료나 전문가의 보살핌을 대신하지 않습니다. 잠재적 이해 상충 문제로 인해, Optum 혹은 그 계열사 또는 이러한 서비스를 직간접적으로 제공하고 있는 어떤 단체(예를 들어, 고용주 혹은 건강 플랜)를 상대로 법적 조치를 수반할 수 있는 사안에 대해서는 법적 자문이 제공되지 않을 것입니다. 이 프로그램 및 모든 구성 요소, 특히 16세 미만의 가족 구성원을 위한 서비스는 어떤 지역에서는 제공되지 않을 수 있으며 사전 통지 없이 변경될 수 있습니다. 정서적 웰빙 솔루션 리소스의 경험 및/또는 교육 수준은 계약 요건 또는 국가별 규제 요건에 따라 다를 수 있습니다. 보장 제외 및 제한 사항이 적용될 수 있습니다.

© 2024 Optum, Inc. 모든 권한 보유. Optum은 미국과 관할 지역에서 Optum의 등록 상표입니다. 모든 기타 브랜드 또는 제품 이름은 각 소유주의 자산에 대한 상표 또는 등록 상표입니다. Optum은 동등한 고용 기회를 제공하는 고용주입니다.