CINPAA | INTERNATIONAL COOPERATIVE FOR TRAINING & CONSULTING

سينبا | التعاونية الدولية للتدريب والاستشارات



البرنامج التدريبي:

الصحة النفسية في بيئة العمل للمديرين: التعرّف المبكر والدعم والإحالة وفق إرشادات منظمة الصحة العالمية

يُعقد في مدن ومواعيد متعددة

OUR INTERNATIONAL PARTNERS:

ISDE Law Business School High Performance Education
Higher Institute of Law and Business (ISDE)

Professional Development Institute
Professional Development Institute

Universidad Camilo José Cela
Camilo José Cela University

SEK EDUCATION GROUP

ISO 29993:2017 Learning services for non-formal education and training

ISO 9001:2015

الصحة النفسية في بيئة العمل للمديرين: التعرّف المبكر والدعم والإحالة وفق إرشادات منظمة الصحة العالمية

نبذة عن البرنامج:

يؤهّل البرنامج المدير المباشر لرصد المؤشرات المبكرة للضغط النفسي لدى أعضاء فريقه، والتحدث معهم باحترام وسرية، وتقديم الدعم المناسب في حدود دوره، وإحالة الحالات إلى الجهات المختصة، مسترشدًا بإرشادات منظمة الصحة العالمية بشأن الصحة النفسية في العمل الصادرة عام 2022. ويمكن أن يشمل البرنامج زيارات ميدانية وفق المتاح في المدينة المختارة.

الأهداف:

إكساب المشاركين مهارات ومعارف وقيم وتوجهات جديدة متعلقة بـ:

أ. فهم دور المدير المباشر في حماية الصحة النفسية لفريقه وحدود هذا الدور.

ب. التعرّف على المؤشرات المبكرة للضغط النفسي في السلوك والأداء.

ج. إجراء حوار داعم مع الموظف باحترام وسرية.

د. معرفة مسارات الدعم والإحالة المتاحة داخل المؤسسة وخارجها.

هـ. تعديل ممارسات الإدارة اليومية للحد من مصادر الضغط في الفريق.

الفئة المستهدفة:

أ. المديرون ورؤساء الأقسام والمشرفون المباشرون

ب. مديرو الموارد البشرية وشركاء الأعمال

ج. القيادات الإدارية في الوزارات والهيئات والمنشآت الصحية

محاور البرنامج:

- **المحور الأول: اليوم الأول: الصحة النفسية في العمل ودور المدير**

أ. إرشادات منظمة الصحة العالمية بشأن الصحة النفسية في العمل 2022

ب. تدريب المديرين بوصفه توصية رئيسية في الإرشادات

ج. حدود دور المدير: الدعم لا التشخيص

د. أثر أسلوب الإدارة على الصحة النفسية للفريق

هـ. ورشة تطبيقية: تقييم ذاتي لممارسات المدير المؤثرة في الصحة النفسية

و. مخرَج اليوم: تقييم الممارسات الإدارية

- **المحور الثاني: اليوم الثاني: المؤشرات المبكرة للضغط النفسي**

أ. العلامات السلوكية والأدائية والجسدية للضغط

ب. التمييز بين الضغط العابر والضائقة المستمرة

ج. العوامل المهنية والشخصية المساهمة

د. تجنب الافتراضات والوصم عند ملاحظة التغيرات

هـ. ورشة تطبيقية: تحليل حالات قصيرة وتحديد المؤشرات المبكرة

و. مخرَج اليوم: قائمة المؤشرات المبكرة

- **المحور الثالث: اليوم الثالث: الحوار الداعم والإصغاء الفعال**

أ. التحضير للمحادثة الداعمة واختيار الوقت والمكان

ب. الإصغاء الفعال والأسئلة المفتوحة

ج. التعبير عن الاهتمام دون تدخل في الخصوصية

د. الاتفاق مع الموظف على خطوات عملية ومتابعتها

هـ. حالة عملية: تمثيل أدوار لمحادثة داعمة مع موظف

و. مخرَج اليوم: دليل المحادثة الداعمة

- **المحور الرابع: اليوم الرابع: الدعم في حدود الدور ومسارات الإحالة**

أ. متى يحيل المدير الموظف وإلى أي جهة
ب. برامج مساعدة الموظفين والخدمات المتاحة
ج. التكييفات المؤقتة في المهام وساعات العمل
د. التعامل مع حالات الخطر العاجل وطلب المساعدة فورًا
هـ. ورشة تطبيقية: رسم مسار إحالة واضح لجهة المشارك
و. مخرَج اليوم: مسار الإحالة

- **المحور الخامس: اليوم الخامس: ممارسات تقلل الضغط والسرية والأخلاقيات**

أ. ممارسات إدارية تقلل الضغط: الوضوح والتقدير والمرونة
ب. السرية وحماية المعلومات الصحية
ج. الالتزامات التنظيمية والقانونية
د. خطة المدير لدعم الصحة النفسية لفريقه
هـ. ورشة تطبيقية: إعداد خطة مدير لدعم الصحة النفسية للفريق
و. مخرَج اليوم: خطة دعم الفريق

مخرجات الدورة:

أ. دليل مختصر للمدير للتعرّف المبكر والحوار الداعم.
ب. خريطة بمسارات الدعم والإحالة المتاحة في مؤسسة المشارك.
ج. خطة لتعديل ممارسات إدارة الفريق.

أساليب التدريب والشهادات:

تستند برامجنا إلى مبادئ البيداغوجيا الحديثة التي تدمج بين المعرفة النظرية والتطبيق العملي، بما يواكب احتياجات المتدربين ومتطلبات بيئة العمل. وتشمل الأساليب المستخدمة:

- **ورش عمل تفاعلية:** تعتمد على تحليل بيانات واقعية، ونقاشات جماعية لتعزيز الفهم التطبيقي.
- **دراسات حالة:** يتم استعراض نماذج من مؤسسات دولية تسلط الضوء على مواقف نجاح وتحديات فعلية.
- **محاكاة واقعية:** يتدرب المشاركون من خلال سيناريوهات مهنية تُحاكي مواقف حقيقية تتطلب اتخاذ القرار وإدارة المواقف.
- **استخدام أدوات وتقنيات متقدمة:** تطبيق عملي على برمجيات وأدوات تدريب حديثة تتماشى مع طبيعة كل مجال تدريبي.

الشهادات:

يحصل المشارك بعد اجتيازه البرنامج بنجاح على شهادة صادرة عن معهد سينبا CINPAA، كمعهد تدريبي مسجل رسميًا في الاتحاد الأوروبي وإسبانيا والمملكة المتحدة.
CINPAA - Cooperative International for Training and Consulting

ويتم تنفيذ البرامج التدريبية في إطار شراكات أكاديمية ومهنية واتفاقيات تعاون ومذكرات تفاهم مع عدد من المؤسسات الأكاديمية والمهنية، من بينها:

- **جامعة كاميلو خوسيه ثيلا (Camilo José Cela University) - إسبانيا**
- **مدرسة القانون والأعمال (ISDE - Law & Business School) - دولياً**
- **معهد التطوير المهني (Professional Development Institute) - بريطانيا**

وتهدف هذه الشراكات إلى تبادل الخبرات، وتطوير المحتوى التدريبي، وتعزيز جودة البرامج وفق أفضل الممارسات المهنية الدولية.

مع تحيات
القسم العربي
"CINPAA" INTERNATIONAL COOPERATIVE FOR TRAINING & CONSULTING
"سينبا" التعاونية الدولية للتدريب والاستشارات

تفاصيل الانعقاد والتسجيل
Course Details | Registration

اسم البرنامج	الصحة النفسية في بيئة العمل للمديرين: التعرّف المبكر والدعم والإحالة وفق إرشادات منظمة الصحة العالمية	Course Title
لغة البرنامج	العربية	Course Language
مدة البرنامج	5 أيام	Duration
مكان الانعقاد	مدن ومواعيد متعددة – انظر الجدول أدناه	Venue
العرض المالي	يتم إرساله منفصلًا حسب عدد المشاركين وشروط الانعقاد.	Financial Offer

آلية التسجيل والتأكيد:

للتسجيل في البرنامج نرجو اتباع أحد الطرق التالية:

أ. تعبئة نموذج الطلب الخاص بالبرنامج على موقعنا.

ب. أو إرسال رسالة بالبريد الإلكتروني من إدارة التدريب.

ج. أو كتاب ترشيح من جهة العمل.

يُرسل التأكيد عبر:

البريد الإلكتروني info@cinpaa.org

واتساب +34 635 867 686

فريقنا على أتم استعداد لتقديم أي استشارات خاصة بالإقامة أو خدمات فنية قبل وأثناء حضوركم.

مواعيد البرنامج المخطط لها:

المدينة	الموعد
القاهرة، مصر	14 - 18 ديسمبر 2026
مدريد، إسبانيا	22 - 26 مارس 2027
برشلونة، إسبانيا	26 - 30 أبريل 2027
باريس، فرنسا	05 - 09 يوليو 2027
لندن، المملكة المتحدة	27 - 31 ديسمبر 2027

يمكن عقد البرنامج في مدن وتواريخ أخرى وفق احتياج جهتكم، وبالمدة التي تناسبكم. قائمة المدن في الصفحة الأخيرة.

سينبا التعاونية الدولية للتدريب والاستشارات | CINPAA – International Cooperative for Training & Consulting

+34 635 867 686 Europe office
+90 507 590 1781 Turkey office
+60 10 509 9484 Malaysia office
+218 92 622 1324 Libya office
+34 635 867 686 WhatsApp
info@cinpaa.org | www.cinpaa.org

Europe office: Calle Echegaray N6, 28014 Madrid, Spain
UK office: 12th floor, Marble Arch Tower, 55 Bryanston Street, London, UK

امسح لحفظ بيانات التواصل

المدن التي ننفّذ فيها برامجنا:

يمكن تنفيذ هذا البرنامج في أيٍّ من المدن التالية، وفي غيرها عند الطلب.

أذربيجان
باكو

إسبانيا
مدريد، برشلونة، فالنسيا، أليكانتي، بنيدورم، مالقة / ماربيا، سان سيباستيان، غرناطة، قرطبة، جزر الكناري، إشبيلية، بلباو

أستراليا
سيدني

الأردن
عمّان، العقبة

الإمارات
دبي، أبوظبي

ألبانيا
تيرانا، ساراندا

البحرين
المنامة

البرتغال
لشبونة، بورتو

البوسنة والهرسك
سراييفو

التشيك
براغ

الجبل الأسود
بودفا، كوتور

السعودية
الرياض، جدة، الدمام

الصين
هونغ كونغ، شنغهاي، بكين، غوانزو

الفلبين
مانيلا

الكويت
مدينة الكويت

المالديف
ماليه (المالديف)

ألمانيا
ميونخ، برلين، دوسلدورف، فرانكفورت

المجر
بودابست

المغرب
الدار البيضاء، مراكش، طنجة، الرباط

المملكة المتحدة
لندن، إدنبرة، مانشستر، برمنغهام

النمسا
فيينا، هالشتات، سالزبورغ / تسيل آم زيه

الولايات المتحدة
ميامي، نيويورك، لوس أنجلوس، واشنطن

اليابان
طوكيو

اليونان
أثينا، رودس

إندونيسيا
بالي، جاكرتا

أيرلندا
دبلن

إيطاليا
روما، فلورنسا، ميلانو، البندقية، كومو

بلجيكا
بروكسل، بروج

بولندا
كراكوف، وارسو

تايلاند
بانكوك، بوكيت

تركيا
إسطنبول، أنطاليا، طرابزون، بورصة، إزمير، بودروم، أنطاكيا (هاتاي)

تونس
تونس

جورجيا
تبليسي، باتومي

روسيا
موسكو

سلوفينيا
ليوبليانا

سويسرا
جنيف، لوسيرن، زيورخ، إنترلاكن، زيرمات، لوغانو

صربيا
بلغراد

عُمان
مسقط، صلالة

فرنسا
باريس

قبرص
نيقوسيا، ليماسول، لارنكا

قطر
الدوحة

كرواتيا
دوبروفنيك

كندا
تورونتو، مونتريال

كوريا الجنوبية
سيول

ماليزيا
كوالالمبور

مصر
القاهرة، شرم الشيخ، الإسكندرية، الغردقة

موريشيوس
موريشيوس

هولندا
أمستردام