تطوير استراتيجيات الصحة العقلية في بيئة العمل: ممارسات مبتكرة للإدارة والدعم النفسي

26 - 30 Oct 2025

جنيف

AGILE LEADERS
Training Center

تطوير استراتيجيات الصحة العقلية في بيئة العمل: ممارسات مبتكرة للإدارة والدعم النفسي

Ref.: 103600252_256715 **Date:** 26 - 30 Oct 2025 **Location:** جنيف **Fees:** 6200 **Euro**

نظرة عامة على الدورة:

تقدم الدورة تدريب شامل يهدف إلى تحسين الصحة العقلية في مكان العمل. من خلال التركيز على خلق بيئة عمل إيجابية وتطوير مهارات القيادة والإدارة، توفر الدورة للمشاركين الأدوات اللازمة لدعم الموظفين نفسياً وتنمية مهارات الذكاء العاطفي. سيتعلم المشاركون كيفية تقييم وتنفيذ خطط الصحة العقلية والتعامل مع التحديات مثل الاحتراق الوظيفي وإدارة الإجهاد. الدورة مصممة لتعزيز الأمن الوظيفي، وتقليل معدل دوران الموظفين، وزيادة الإنتاجية عن طريق تحسين الرفاه في العمل والنفقات الطبية. بالإضافة إلى ذلك، تغطي الدورة كيفية مواجهة تحديات الصحة العقلية المتزايدة في ظل أزمات مثل كوفيد-19، مع تقديم استراتيجيات مبتكرة للدعم الخارجي والداخلي.

الجمهور المستهدف:

- المدراء والقادة التنفيذيون
- مديرو الموارد البشرية
- مشرفو الفرق
- المهنيون في مجال الصحة النفسية

الأقسام المستهدفة:

- إدارة الموارد البشرية
- الإدارة العليا
- إدارات الدعم الوظيفي
- الإدارات المالية والتشغيلية

القطاعات المستهدفة:

- الشركات الخاصة والمؤسسات
- الهيئات الصحية والرعاية الاجتماعية
- الهيئات الحكومية وما في حكمها

أهداف الدورة:

في نهاية هذه الدورة سيتمكن المشاركون من:

- تطوير وتنفيذ استراتيجيات فعّالة للصحة العقلية في العمل.
- التعرف ومعالجة أعراض الاحتراق الوظيفي والإجهاد بين الموظفين.
- إنشاء وتعزيز بيئة عمل داعمة وإيجابية.

تحسين الإنتاجية وتقليل النفقات الطبية من خلال برامج الدعم النفسي.
- تقييم وتحسين السياسات الصحية في العمل.

منهجية التدريب:

الدورة تتبع منهجية تفاعلية تشمل دراسات حالة واقعية، تمارين جماعية. سيتم استخدام أساليب متنوعة مثل العروض التقديمية، الورش العملية، والمحاضرات في مجال الصحة العقلية وإدارة الموارد البشرية. الدورة تهدف إلى تزويد المشاركين بفهم عميق لكيفية تطبيق المفاهيم النظرية في سيناريوهات عملهم اليومية.

أدوات الدورة:

- مواد الدورة الشاملة
- دليل المشاركين
- قوائم التحقق والقوالب لتطبيق الاستراتيجيات
- إمكانية الوصول إلى دراسات حالة وأبحاث حديثة

محتوى الدورة:

اليوم 1: تقديم الدورة والأساسيات

- **الموضوع 1:** مقدمة في الصحة العقلية بالمؤسسات
- **الموضوع 2:** الأهمية الاستراتيجية للصحة العقلية في العمل
- **الموضوع 3:** دور الإدارة في دعم الصحة النفسية
- **الموضوع 4:** التعرف على الإجهاد والاحتراق الوظيفي
- **الموضوع 5:** التثقيف الصحي النفسي للموظفين
- **الموضوع 6:** تقييم الحاجة للدعم النفسي في العمل
- **المراجعة:** مراجعة يومية ونقاش

اليوم 2: تطوير وتنفيذ الخطط

- **الموضوع 1:** تطوير خطط الصحة العقلية
- **الموضوع 2:** السياسات الداعمة للصحة النفسية
- **الموضوع 3:** تنفيذ ومتابعة الخطط الاستراتيجية
- **الموضوع 4:** دور التواصل في الحفاظ على الصحة النفسية
- **الموضوع 5:** مهارات التعامل مع الإجهاد
- **الموضوع 6:** مكافأة وتقدير الموظفين
- **المراجعة:** مراجعة يومية ونقاش

اليوم 3: الممارسات الفعّالة والتواصل

- **الموضوع 1:** بناء بيئة عمل إيجابية

- **الموضوع 2:** تعزيز الصحة النفسية والرفاه
- **الموضوع 3:** تنمية مهارات الذكاء العاطفي
- **الموضوع 4:** إدارة الخلافات بفعالية
- **الموضوع 5:** دعم الزملاء وتعزيز ثقافة العمل الصحية
- **الموضوع 6:** مسؤولية الموظف ودوره في الصحة العقلية
- **المراجعة:** مراجعة يومية ونقاش

اليوم 4: التدريب والمراجعة

- **الموضوع 1:** التدريب على الصحة العقلية
- **الموضوع 2:** مراجعة السياسات وتأثيرها
- **الموضوع 3:** تقييم الأثر والتكلفة
- **الموضوع 4:** التعامل مع التحديات النفسية أثناء الأزمات
- **الموضوع 5:** التوجيه والتدريب المستمر
- **الموضوع 6:** تحديات الصحة العقلية وكوفيد-19
- **المراجعة:** مراجعة يومية ونقاش

اليوم 5: التطبيق العملي والختام

- **الموضوع 1:** تطبيقات عملية للمفاهيم المتعلمة
- **الموضوع 2:** استراتيجيات الدعم الخارجي والتعاون
- **الموضوع 3:** التخطيط للمستقبل والتحسين المستمر
- **الموضوع 4:** تعزيز الأمن الوظيفي من خلال الصحة النفسية
- **الموضوع 5:** تقييم الدورة والتغذية الراجعة من المشاركين
- **الموضوع 6:** تحديد الخطوات القادمة للمشاركين
- **المراجعة:** مراجعة شاملة وإغلاق الدورة

التساؤلات المكررة:

- **ما هي المؤهلات أو المتطلبات اللازمة للمشاركين قبل التسجيل في الدورة؟**

يجب أن يكون المشاركون من المدراء أو المشرفين أو العاملين في الموارد البشرية، مع اهتمام مسبق بتحسين الصحة العقلية في مكان العمل.

- **كم تستغرق مدة الجلسة اليومية، وما هو العدد الإجمالي لساعات الدورة؟**

كل جلسة يومية تستغرق 4-5 ساعات تقريبًا، مع فترات راحة ونشاطات تفاعلية. مدة الدورة الإجمالية تمتد إلى خمسة أيام، بإجمالي 20-25 ساعة.

- **ما هي التحديات الخاصة التي تعالجها الدورة فيما يتعلق بالصحة العقلية وكوفيد-19؟**

في ظل جائحة كوفيد-19، أصبحت الصحة النفسية للعاملين تحديًا بارزًا يتطلب التدخل الفوري. الجائحة لم تؤثر فقط على الصحة الجسدية للأفراد، بل تعدتها لتشمل الجوانب النفسية، حيث تأثرت صحة 78% من العاملين نفسيًا. التحديات النفسية المستجدة تشمل إدارة القلق، التوتر، والعزلة الناتجة عن تغيير نمط العمل.

من الضروري تطوير استراتيجيات لتعزيز الصحة النفسية، تشمل توفير الدعم النفسي المستمر وتدريب العاملين على التكيف مع الضغوط. التدخل المبكر يعتبر أساسيًا للوقاية من تفاقم المشاكل النفسية، مما يضمن استمرار الإنتاجية ويقلل الغياب عن العمل. تقديم هذه الدعوم من خلال دورات تدريبية يكفل بيئة عمل صحية ومنتجة، حتى خلال الأزمات.

كيف تختلف هذه الدورة عن الدورات الأخرى:

تتميز هذه الدورة بتقديمها لنهج متكامل يجمع بين أحدث الأبحاث والممارسات العملية في مجال الصحة العقلية في العمل. من خلال الجمع بين النظرية والتطبيق، توفر الدورة للمشاركين فهم عميق لكيفية تأثير الصحة العقلية على الإنتاجية والرفاه العام في العمل. الدورة تشمل المناقشات التي تساعد في بناء مهارات فعّالة لإدارة ودعم الصحة العقلية في البيئات المهنية المختلفة.

WHO WE ARE

Agile Leaders is a renowned training center with a team of experienced experts in vocational training and development. With 20 years of industry experience, we are committed to helping executives and managers replace traditional practices with more effective and agile approaches.

OUR VISION

We aspire to be the top choice training provider for organizations seeking to embrace agile business practices. As we progress towards our vision, our focus becomes increasingly customer-centric and agile.

OUR MISSION

We are dedicated to developing value-adding, customer-centric agile training courses that deliver a clear return on investment. Guided by our core agile values, we ensure our training is actionable and impactful.

WHAT DO WE OFFER

At Agile Leaders, we offer agile, bite-sized training courses that provide a real-life return on investment. Our courses focus on enhancing knowledge, improving skills, and changing attitudes. We achieve this through engaging and interactive training techniques, including Q&As, live discussions, games, and puzzles.

AGILE LEADERS
Training Center

CONTACT US

UAE, Dubai Investment Park First

+971585964727
+447700176600

sales@agile4training.com

Gamified and Interactive Training

We understand that training delivery can be challenging, both online and offline. To ensure engagement and achieve learning objectives, we have developed our own activities and collaborated with industry-leading solutions to gamify our training sessions. This approach increases interaction levels and guarantees effective learning outcomes.

Our Training Cate gories

We cover a wide range of training categories to cater to different needs and interests

Branding, Marketing, Customer Relations, & Sales Programs
Finance and Accounting Programs
Human Resources Management Programs
Management & Leadership Programs
Political & Public Relations Programs
Project Management Programs
Quality & Process Management
Self-Development Programs

Join Agile Leaders today and embark on a transformative journey towards becoming a more agile and effective leader. Experience our customer-centric approach, actionable training, and guaranteed return on investment. Let us help you unleash your full potential in the dynamic business landscape.

Where to Find Us

You can join our training programs at our centers located in

We also offer online training sessions through the Zoom platform.

Malaysia Kuala Lumpur
Morocco Casablanca
Spain Barcelona
France Paris
UK London
Italy Rome
Egypt Cairo, Sharm El-Sheikh
Turkey Istanbul
Georgia Tbilisi
Azerbaijan Baku
UAE Dubai

UAE, Dubai Investment Park First
+971585964727
+447700176600
sales@agile4training.com