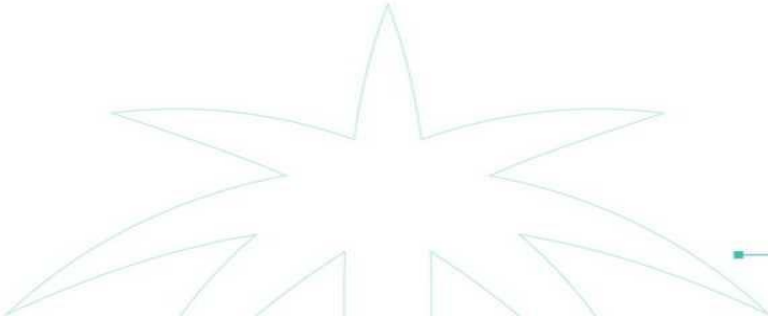




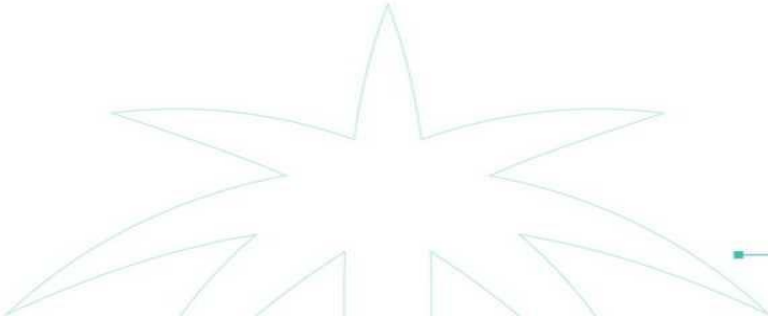
مقدمة عامة في الوقاية





مدخل إلى الوقاية الفعالة

تقديم : ايمن مكرم





ع



پ (پ پ
پ :
پ " " .



"
"

"

١٦

١٦

١٦

١٦

١٦

١٦

١٦

١٦



National Safety Council (NSC, 2020)

65%



■
■

.

.

■
■

=

.

=

.

=

.

=

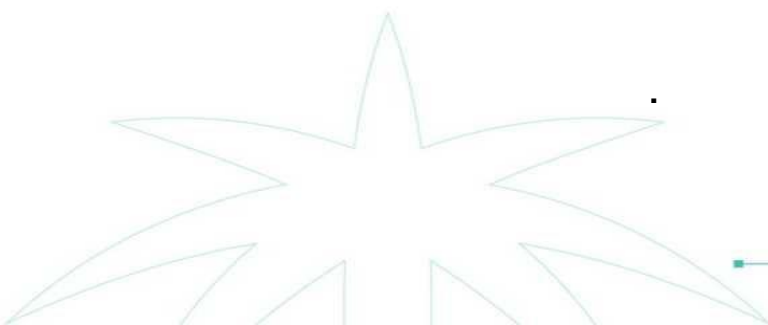
.



(Punitive Approach)

ي.

:





ان

ان

ان

..

"

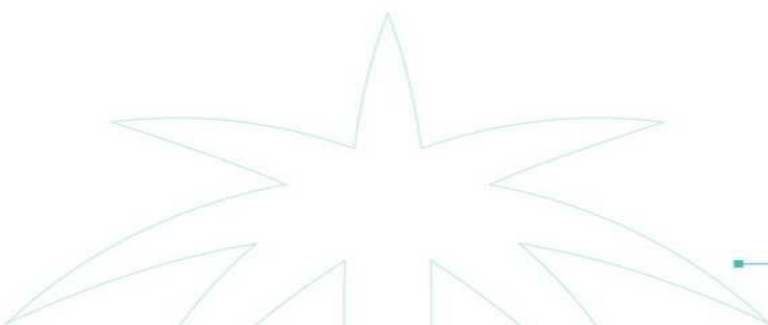
"

..

"

"

"



☐ **ت**

7

■

پ



(Comprehensive Approach)

پ پ پ

"

"

+

+

+

+

+

+

→

→

→

→

/

→

→

پ

.

:

"

.

:

"

.

:

.

:

.

.



4-

Community Approach))

ب

- .
- .
- .
- .
- .
- .
- .
- .
- .



⋮
(Workplace
Audit).

⋮

•

•

⋮

⋮

•

⋮

⋮

⋮

⋮

⋮

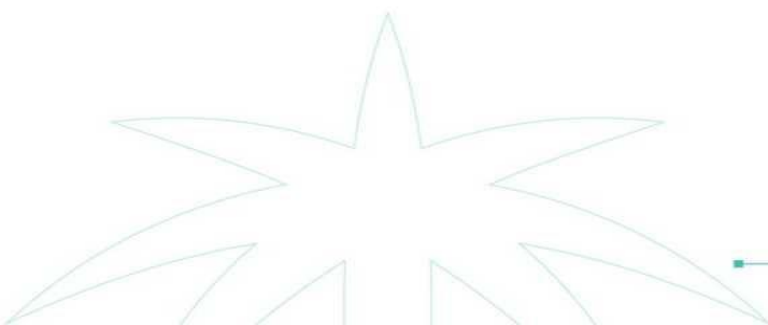
⋮

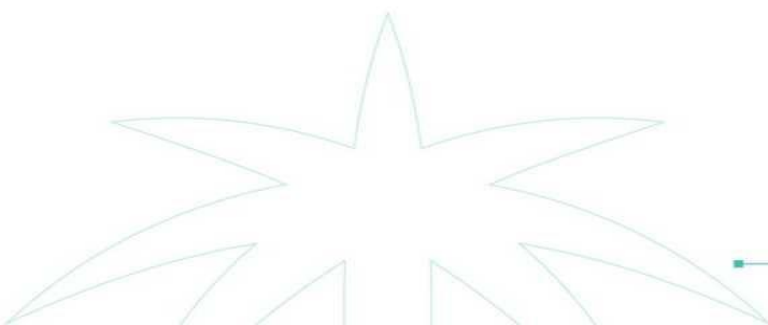
⋮

⋮

⋮

⋮







:

پ

(

).

پ

:

پ

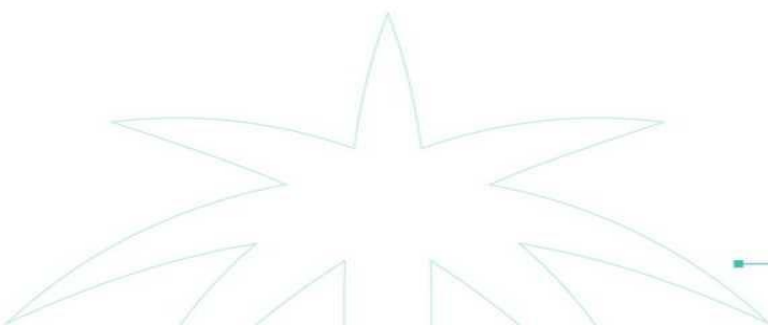
(

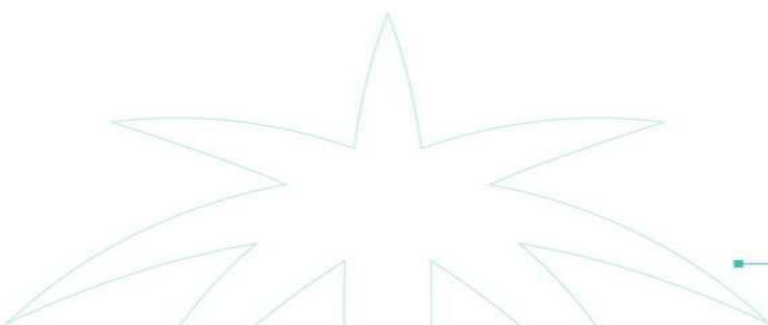
).

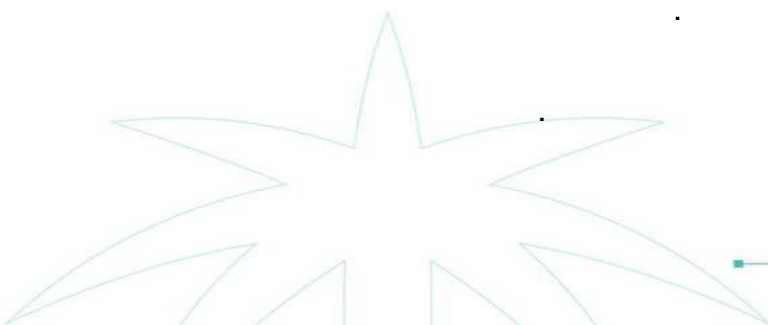
پ

:

پ







(Evidence-Based):

- :
 - SAMHSA, NIDA, WHO Employee Assistance Programs
 - Wellness Programs.
- :
 - UPC
 - ISSUP.



لله

Primary Prevention):



Secondary Prevention):

لله PSS CES SBIRT

لله

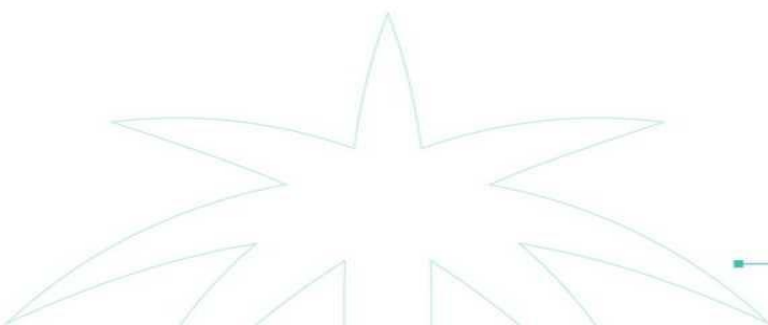
Tertiary Prevention):

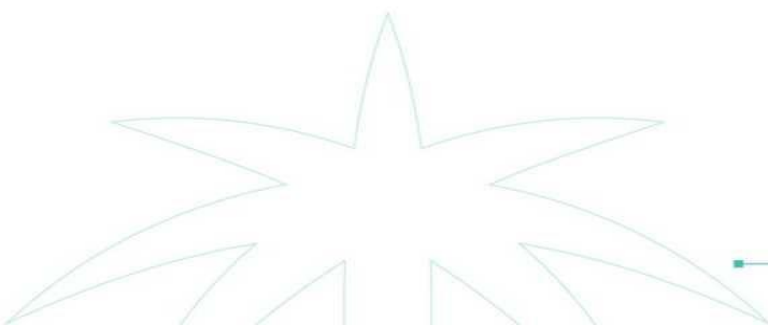




Perceived Stress Scale (PSS): •

Moral Injury Events Scale (MIES): •

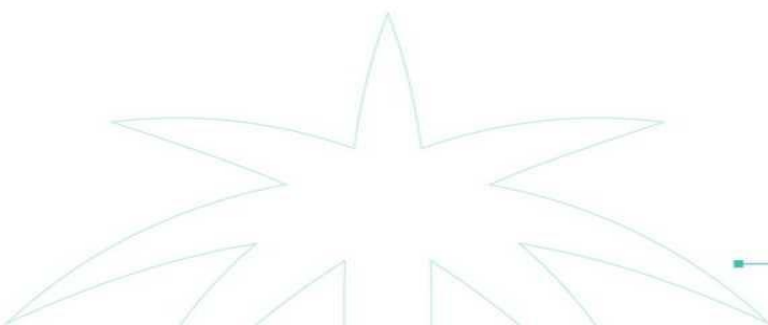






M&E

- : پ PSS پ .
- : / پ پ .
- : پ پ .





- ISSUP — Universal Prevention Curriculum.
- Perceived Stress Scale (PSS) — Cohen et al., 1983.
- Combat Exposure Scale (CES) — National Center for PTSD.
- Moral Injury Events Scale (MIES) — PubMed.

مركز العنود الدولي للتدريب
Alanood International
Training Center

تدريب
Tadreeb

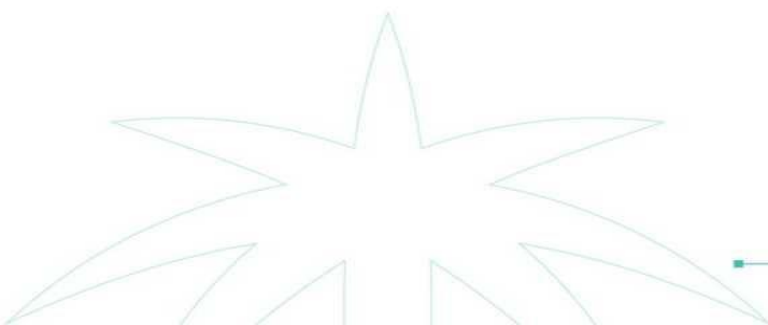


سكينة
Sakeenh



مؤسسة الأميرة العنود
Princess Alanood Foundation







پ

پ

:

:

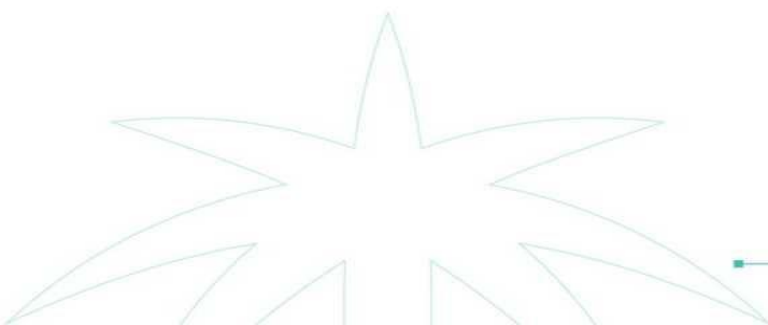
.

:

.

پ

پ





پ

:

.

:

.

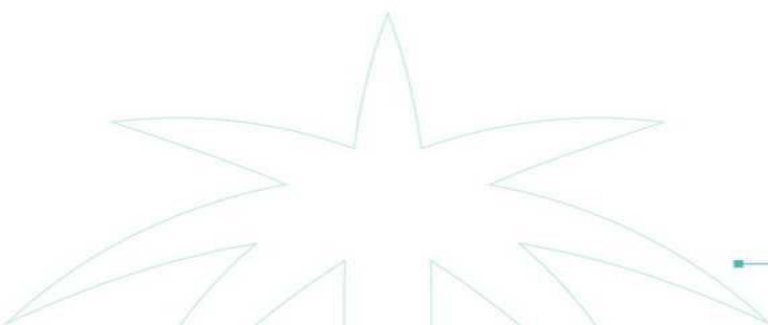
:

.

پ

پ

پ





پ

پ

پ

پ

■



٢٧

:

■

●

■

●

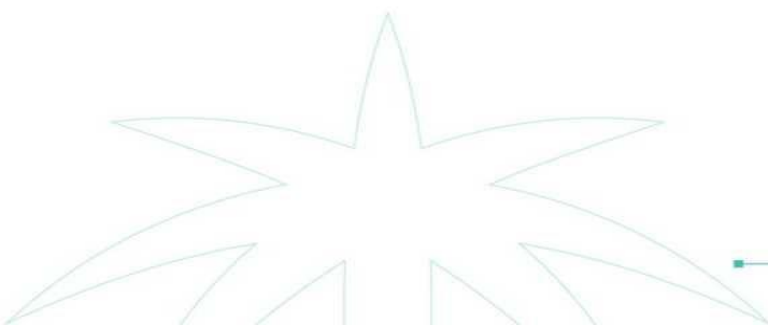
■



300%

■

■



67 %

300

پ

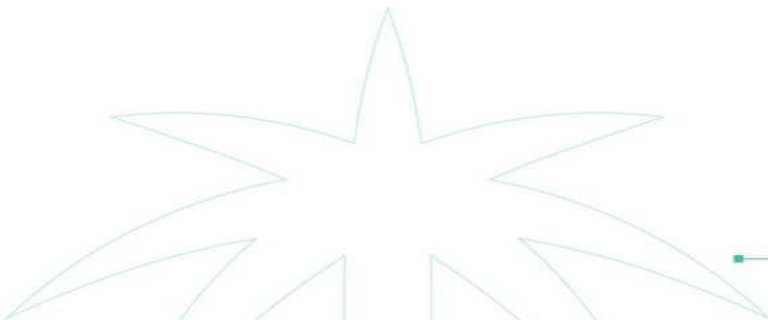




■

■

■





12

.

:

7

4

پ

پ

پ

.



٥

٥

٥

٥



40

1.8

پ

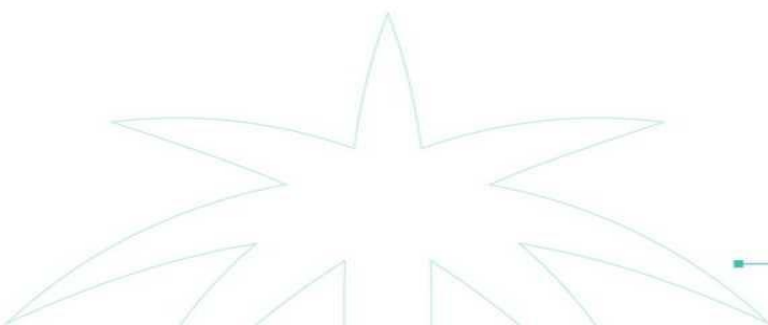
پ

70%

پ

15-20%

پ





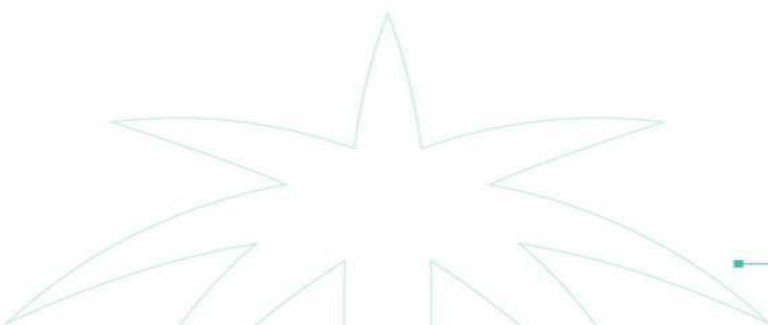
180.8



128.57

15.84

36.41





٢٦

2.5

:

•

4%





: 2023

1-2%.

پ

.

2021

1,420



٣

٣

)

(



2025 پ (SNMHS)

:

30 پ 12 پ (

4000 () :



:

4%.

: پ پ پ

.

.

40 %

.

.

.

چ



پہن رن □

پ Cureus



13%

:

.

(7%).

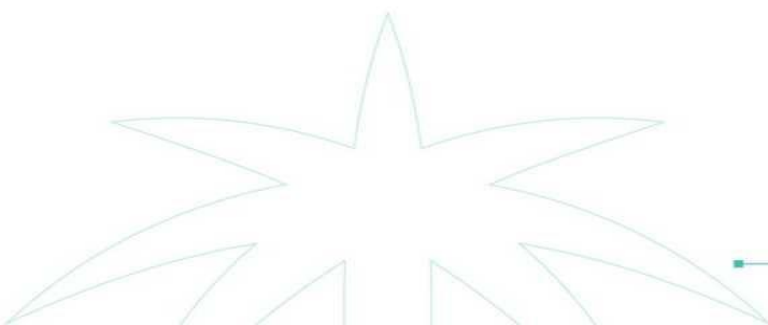
(19%)

.

پ

پ

:





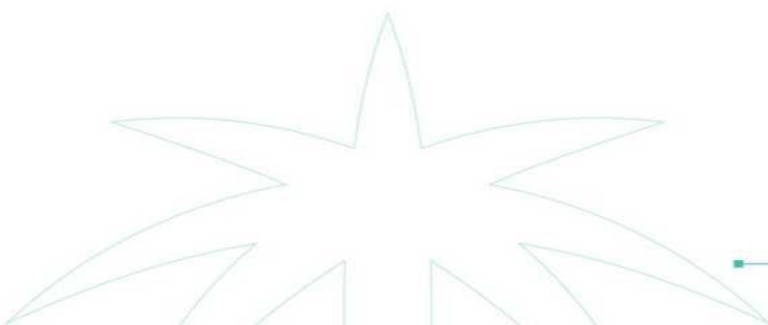
(13%)

پ

8

:

پ





پ

-

-

پ

.

پ

پ

پ

.



پ

.

پ

پ

پ

پ

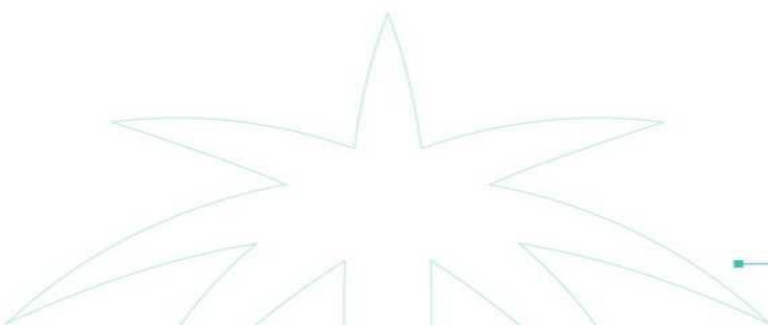




■
■

١٦

١٦





- في رأيك كيف يمكن لبرامج الوقاية أن تساعد في تحسين بيئة العمل داخل مؤسستك ؟
أكتب مقترحاتك ثم ناقشها مع احد الزملاء .



تأثير الكحول والتدخين على الجاهزية العسكرية

:

پ

1.2

پ

پ

346

پ

584

130

پ

.



ي.

2.



3.

() .

4.

پ

پ

5.

پ



5

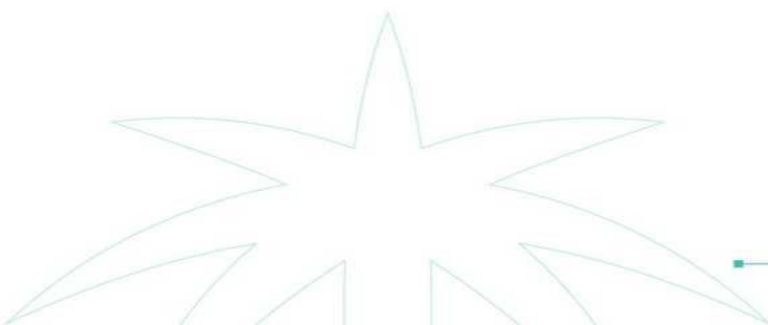
.

1

1

1

1



مركز العنود الدولي للتدريب
Alanood International
Training Center

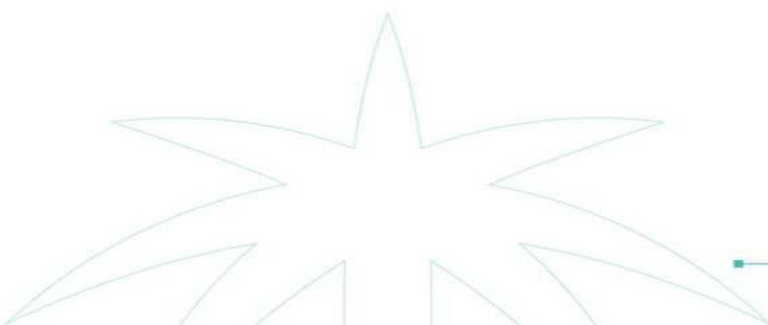
تدريب
Tadreeb



سكينة
Sakeenh



مؤسسة الأميرة العنود
Princess Alanood Foundation



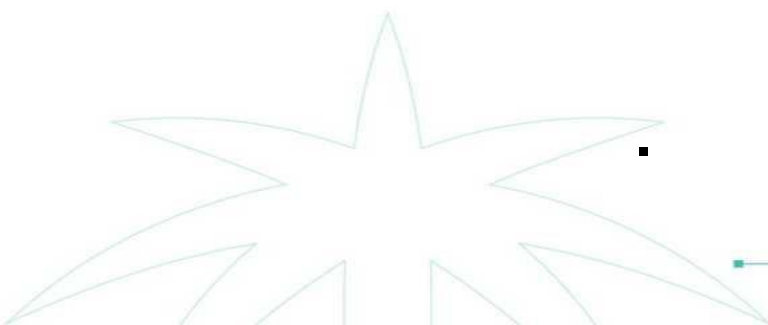


پ

(.)

/

-
-
-
-
-





■

■

٢٦

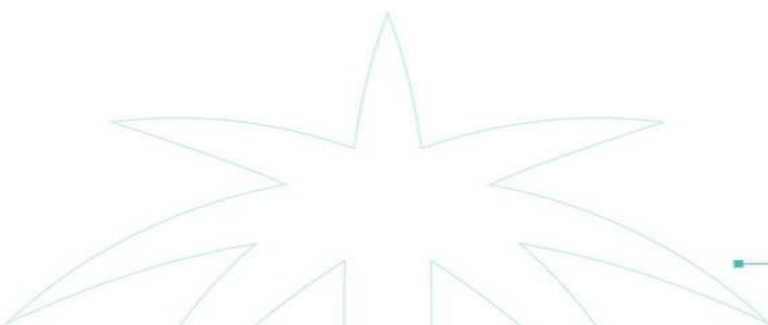
(

)

٢٦

٢٦

■





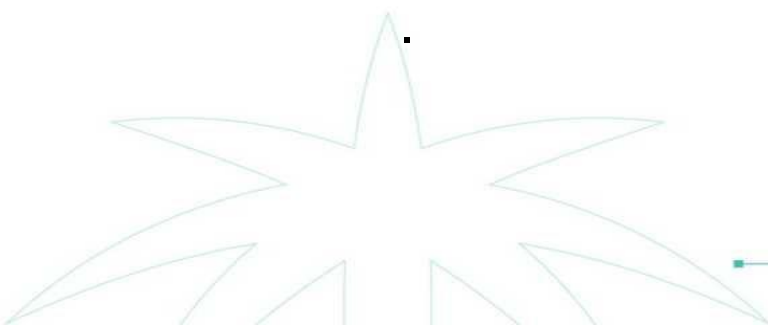
٣

■

■

■

٣





■
■

■

●

●

■

●

●

■

■

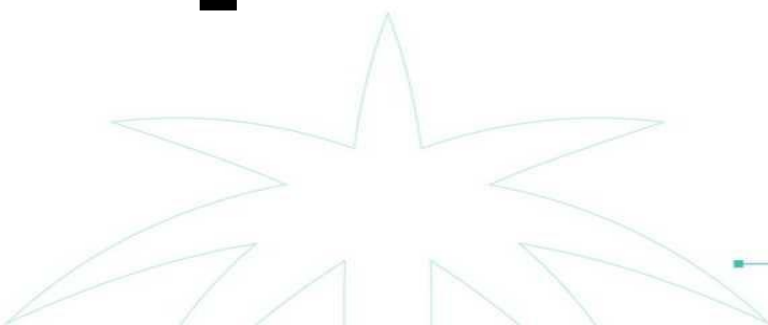


:

١٦

١٦

١٦



عوامل الخطورة المرتبطة بالسلوكيات الخطرة

أيمن مكرم: تقديم



- ١.
- ٢.
- ٣.
- ٤.
- ٥.
- ٦.
- ٧.
- ٨.

پ

پ



١

٢

.

.

.

.

.

.

.

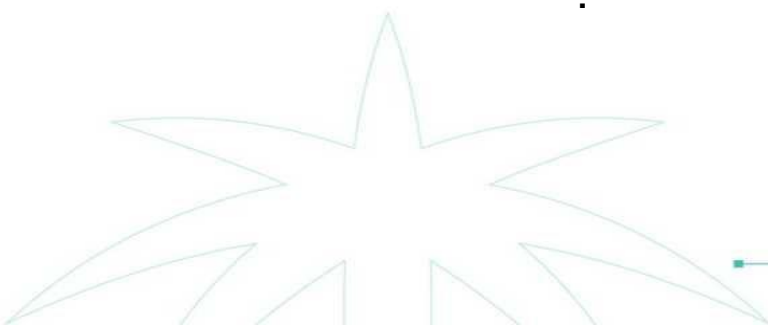
.

.

.

.

.





١

:

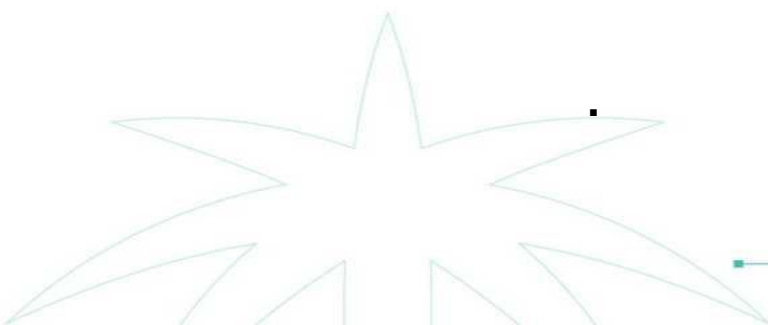
+

.

٢

:

٣





پ :

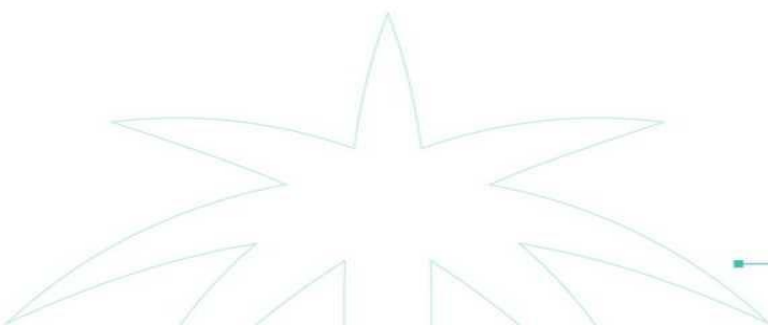
.

.

.

پ

پ



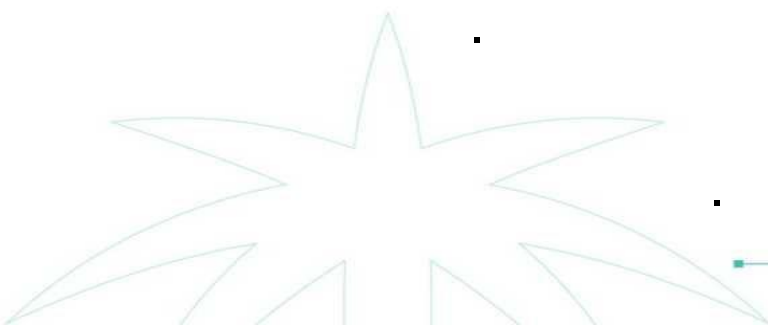


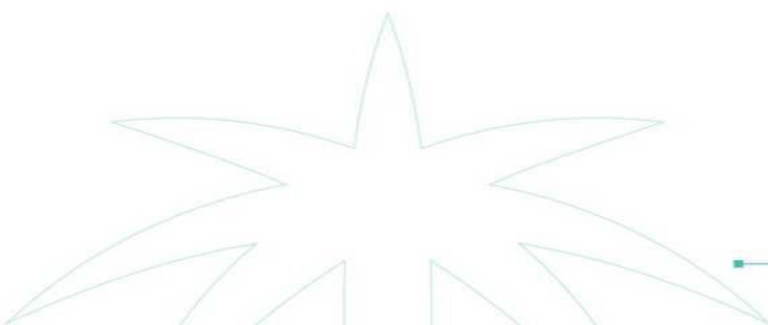
+

+

+

+





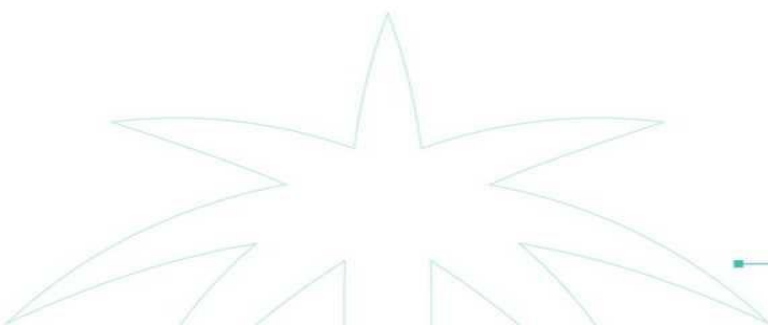


٢٧

■



پ

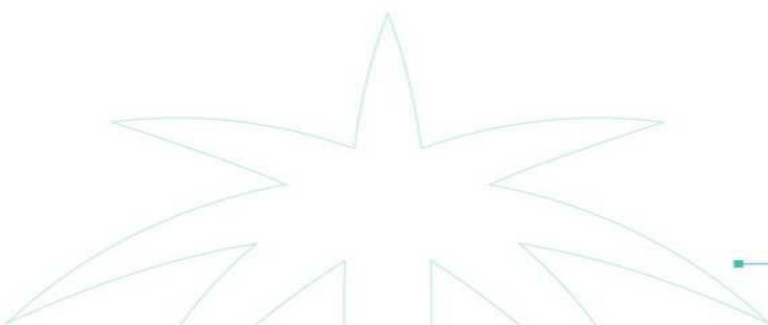




•

•
•

•
•
•
•
•
•





٢

٢

٢





ج

:

.

.

.

:

.

+

+

+



:

(پ)

(

(

(پ)

(

).

پ

پ

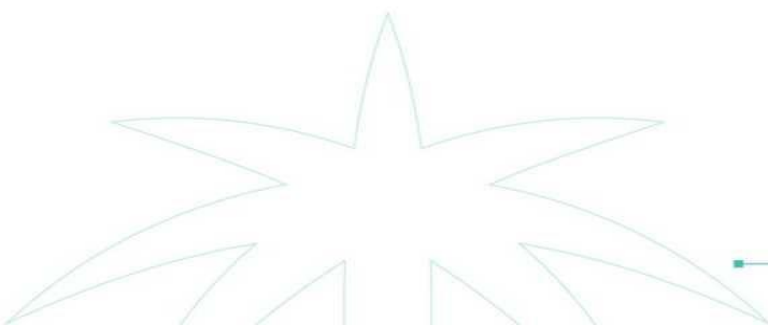
پ

(

)

(

↑





■
■

■

■
■

■

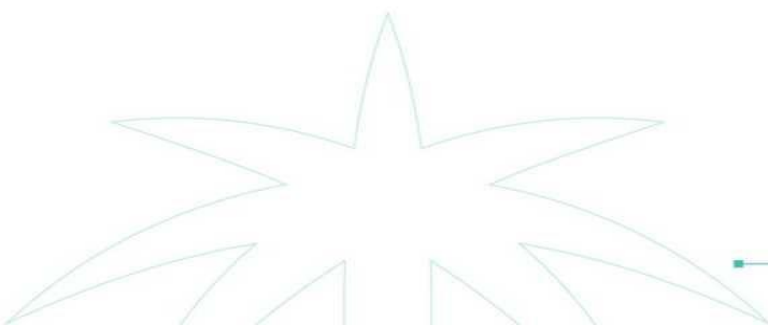
■

■

■

■

■





:

- .
- .
- .
- .
- .
- .
- .
- .
- .



:

(

پ)

(

(

).

)

(

پ

پ

پ)

.



-
-
-
-
-
-
-
-
-

Moral Injury

PTSD.

پ





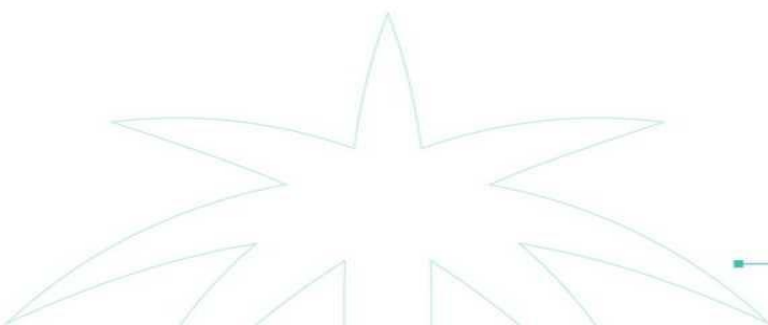
:

:

پ(HPA)

(.)

.





:

:

پ

پ

.



پ (HPA)

پ

)

(
(پ

پ

(

پ)

:
(

.



پ
لله [OBJ]

پ



پ

پ





Self-Medication Theory –

(Edward J.

:
Khantzian).

"

"

"

"



Self-Medication Theory –

.

پ پ پ پ





پ

:

.

.

.

.

.

.

.

.

.

:

" .

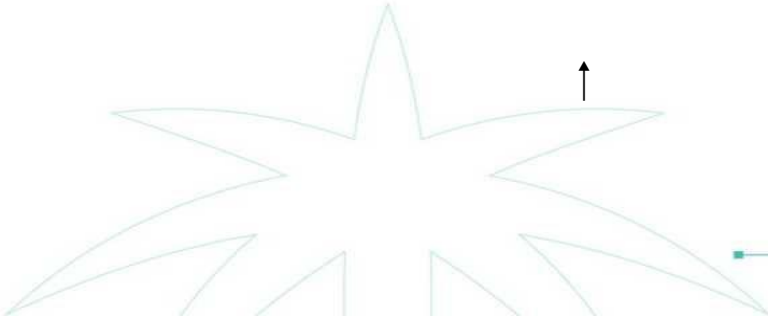
"

پ

پ



پ





١

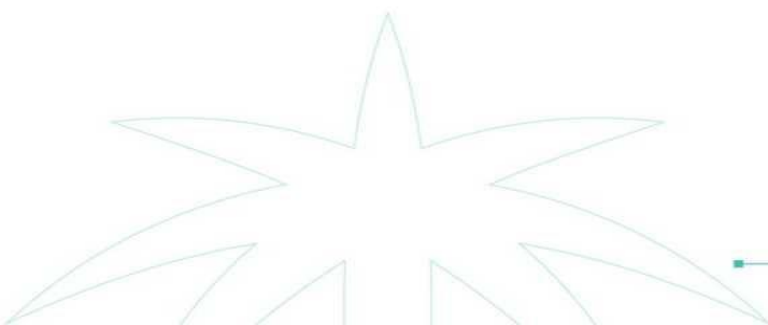
١

١

١



١





٣

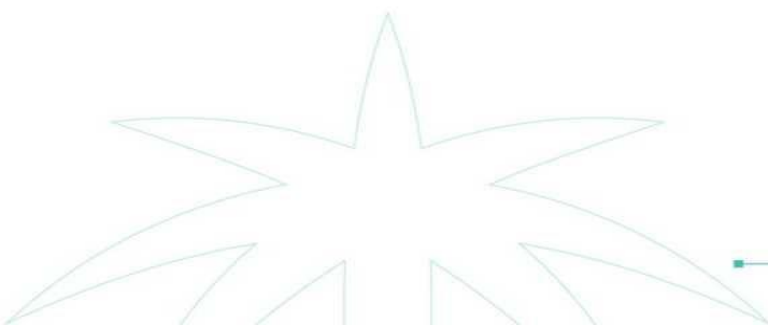


٢

٢

٣

٣

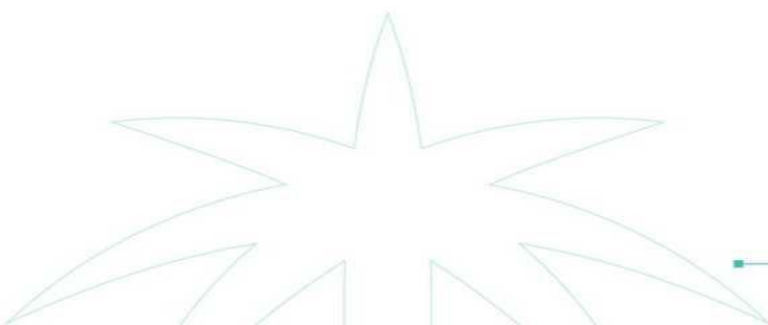




:"

:"

.



()

أحمد، 34 سنة، يعمل في وحدة عسكرية منذ عدة سنوات، وكان معروفًا بالالتزام وتحمل المسؤولية.

خلال الفترة الأخيرة زادت ساعات العمل والمناوبات، وأصبح يحصل على ساعات نوم قليلة. كما أصبح يقضي وقتًا أطول بعيدًا عن أسرته. بدأ أحمد يشعر بالإرهاق وسرعة الانفعال، وقلّ تواصله مع أسرته وزملائه. وعندما حاول التحدث عن ضغط العمل، شعر أن القيادة لا تستمع إليه، فأصبح يفضل عدم الكلام.

منذ عدة أشهر، تعرض أحمد لموقف صعب أثناء العمل، وشعر بعده أنه اتخذ قرارًا لا يتفق تمامًا مع ما يؤمن أنه التصرف الصحيح. ومنذ ذلك الوقت، أصبح يفكر كثيرًا فيما حدث ويقول لنفسه: "كان ممكن أعمل حاجة مختلفة".

بدأ أحمد ينعزل أكثر، وفي الفترة الأخيرة أصبح يستخدم بعض الأدوية التي تساعد على النوم دون استشارة طبية، وقال لأحد زملائه:

"دي بتخليني أنام وأنسى اللي بفكر فيه".

عندما سأله زميله إذا كان يحتاج إلى مساعدة، أجاب:

"أنا مسيطر على الموضوع".

()

المطلوب من المجموعة

1. حددوا عوامل الخطورة

اكتبوا 5 عوامل خطورة على الأقل موجودة في الحالة.

2. حددوا عوامل الحماية

ما عوامل الحماية الموجودة عند أحمد، والتي يمكن البناء عليها؟

3. صنفوا الضغوط

اخترنا أمثلة من الحالة لكل نوع:

ضغوط تنظيمية

ضغوط أداء/عملياتية

ضغوط نفسية

ضغوط اجتماعية

()

4. ماذا عن الإصابة الأخلاقية؟

هل توجد في الحالة خبرة قد تكون ذات طابع أخلاقي مؤذٍ؟

ما العبارات أو المعلومات التي جعلتكم تفكرون في ذلك؟

5. طبقوا نظرية مداواة الذات

وفقًا لمنظور: Self-Medication Theory

ما الشيء الذي يحاول أحمد تخفيفه أو الهروب منه من خلال السلوك الذي بدأ يستخدمه؟

6. ارسموا سلسلة التراكم



أنواع واستراتيجيات التدخلات الوقائية في بيئة العمل

■

الأهداف العامة



لله

پ

پ



پ

پ



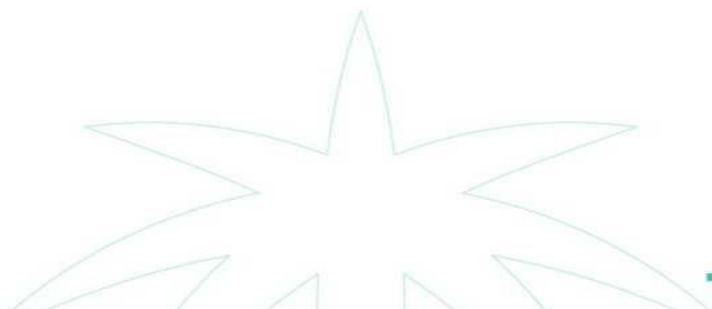


استراتيجيات الوقاية

يـ : ()ـ

يـ :
ـ

يـ :
ـ





٢

:

4 .

:

■

■

■





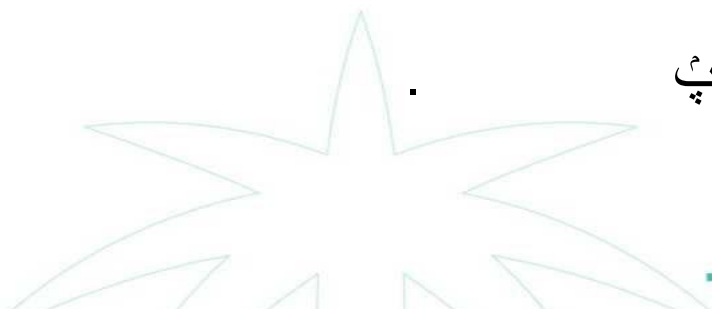
مكونات الوقاية في مكان العمل

١. : ٢. ٣.

٤. : ٥. ٦.

٧.

٨. : ٩. ١٠.





أصحاب المصلحة الرئيسيون

-
-
-





السياسات الرئيسية

١



.الوقاية الانتقائية 1

■

■

■





مساحة للتفاعل

أر

أر

أر

أر

:

أر

أر

أر

أر

أر

.



مناقشة

2.

ات

پ

پ

:

.

پ

پ

پ



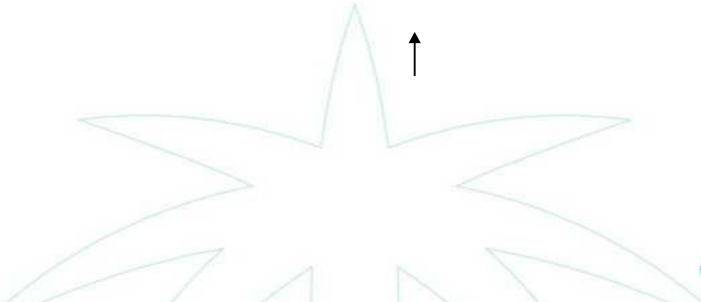


٢

وز

↑

↑



(DAST-10)

DAST-10 (Drug Abuse Screening Test



١

٢

٣

٤

٥





استراتيجيات البرامج المهنية لمساعدة العاملين



Employee Assistance

Program

■
:

پ

پ

پ

پ

■

■

پ

پ

■

(Burnout).

پ : پ پ

پ :

:
:

پ

پ

:
.



كيف يُطبق في بيئة العمل؟

1. (— —) .
 2. .
 3. .
 4. .
 5. .
- يُ





الفائدة لجهة العمل

■

■

■

■





الوقاية المشار إليها

١

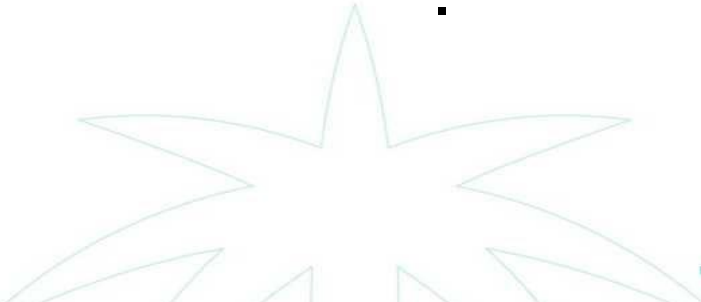
٢

.

..

.

.





استراتيجيات الوقاية المشار إليها

أ



استراتيجيات الوقاية المشار إليها

ا

ب

•

•







■

■

■

■

■

■

■

■

■

■

■

■





3. العلاج/العودة إلى العمل/منع الانتكاسة

•

.

/

/

.

.

.

■

■

■





٣٦

/

/

■

٣٦

٣٦

٣٦

■





■
■

■

■

■





پ





أسئلة للمناقشة

١١

١١

.

.

.

١١

.

.





بعض العلاجات الأكثر فاعلية، مع ملاحظة أن هذه ليست قائمة شاملة

پ



پ



مركز العنود الدولي للتدريب
Alanood International
Training Center

تدريب
Tadreeb



سكينة
Sakeenh



مؤسسة الأميرة العنود
Princess Alanood Foundation



■

■





12 1

12

پ

پ



الوقاية المستمرة من الانتكاس





■

■

■





٢

.

.

.

٢

..

١



پن

ز

ز

ز

1

א



پ

پ



اتفاقية العودة الى العمل



٣

.

.

:

١



4. الوقاية الشاملة

/

■

1

2

/

■



مركز العنود الدولي للتدريب
Alanood International
Training Center

تدريب
Tadreeb



سكينة
Sakeenh



مؤسسة الأميرة العنود
Princess Alanood Foundation



■

■

■

■





ورن



پ





1

■

"

"

پ

پ

■





1. مكونات الوقاية التي تستهدف بيئة العمل.

•

پ

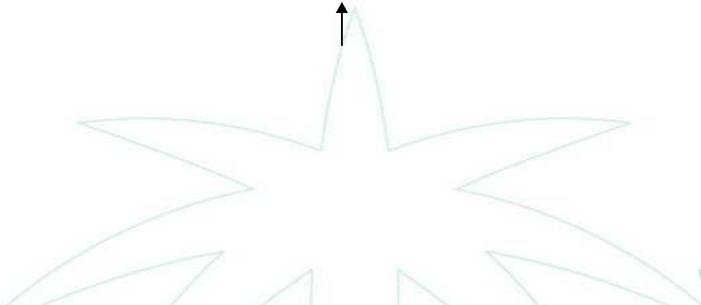
•

(
).



پ

پ





:

١٦

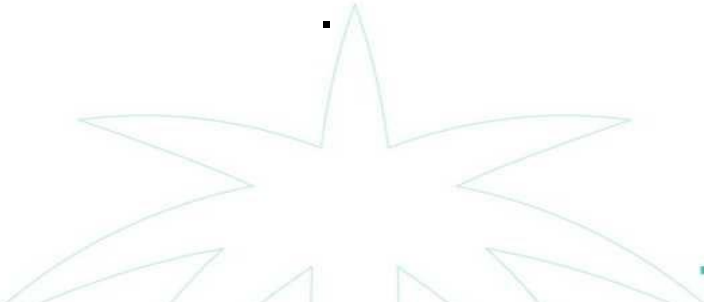
١٦













پ



پ





٣



پ

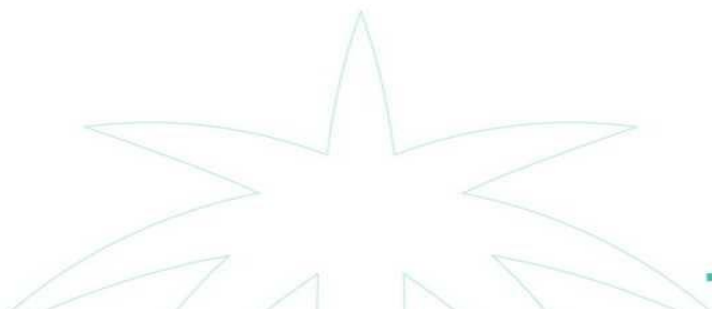
پ

پ

پ

پ

پ





١٦

/

(

) -

"

"

.

.



الله

الله

الله

او

الله

الله

الله

او

الله

الله

الله



3.

()

()

/

(c)

4.

()

()

/

()

5.

()

()

/

()



↑ 6

/

()

()

()

↑ 7

/

()

()

()



تدريبات

ت

ت

ت

الله

ت

الله

ت

الله

↑

الله

□

□

↑

↑

↑

أو



2.

3.



أ



1.

■



2.

/

.

3.

.

4.

.





■
■

/

●

●

●





/

•

•

•

•

