|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **العنوان:** | **فهم إدارة الإجهاد في مكان العمل** | | |
| **المستوى:** | **3** |  |  |
| **قيمة الساعات المعتمدة:** | **1** |  |  |
| **ساعات التعلم الموجّه للوحدة** | **7** |  |  |
| **حصيلة التعلم (سيكتسب المتعلم ما يلي)** | | **معايير التقييم (المتعلم يستطيع)** | |
| 1 معرفة كيفية إدارة الإجهاد في مكان العمل | | 1.1  1.2  1.3 | دراسة أسباب الإجهاد في المؤسسة وتأثيره  وصف أعراض الإجهاد في النفس أو في الآخرين  شرح أحد الطرق العملية لإدارة الإجهاد |
| 2 فهم كيفية دعم أفراد الفريق والحد من الإجهاد في الآخرين | | 2.1  2.2 | وصف إجراءات ومسؤوليات الإدارة المتعلقة بالإجهاد المرتبط بالعمل في الفريق  شرح كيفية وتوقيت تقديم النصيحة أو الإرشاد أو المشورة لدعم أفراد الفريق في مكان العمل |
| **معلومات إضافية عن الوحدة** | | | |
| غرض الوحدة وهدفها (أهدافها) |  | تكوين معرفة وتصور حول إدارة الإجهاد في النفس وفي الآخرين وفقًا لما هو مطلوب من المدير المباشر الأول الممارس أو المحتمل. | |
| تاريخ مراجعة الوحدة |  | 31/3/2017 | |
| تفاصيل العلاقة بين الوحدة والمعايير المهنية الوطنية أو المعايير المهنية أو المناهج ذات الصلة (إذا كان ذلك ملائمًا) | | روابط إلى المعايير المهنية الوطنية (NOS) للإدارة والقيادة  لعام 2008: الوحدات رقم “C6” و“D8” | |
| متطلبات التقييم أو دليله الاسترشادي المحدد من قبل قطاع أو هيئة تنظيمية (إذا كان ملائمًا) | | | |
| دعم مقدم إلى الوحدة من قبل أحد مجالس قطاع تنمية المهارات أو هيئة أخرى معنية (عند الحاجة) | | مجلس الإدارة المختص (CfA) | |
| مبادئ المساواة المتفق عليها للوحدة (عند الحاجة) | | الوحدة رقم “M3.15” – إدارة الإجهاد في مكان العمل | |
| موقع الوحدة داخل |  | 15.3 – إدارة الأعمال | |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| نظام تصنيف الموضوع/القسم | |  |
| اسم المؤسسة التي تقدم الوحدة | | معهد القيادة والإدارة |
| إمكانية الاستخدام | |  |
| **إرشادات إضافية حول الوحدة** | | |
| **المحتوى الدلالي:** | | |
| 1 | • أسباب الإجهاد في العمل وتأثيراته  • أعراض الإجهاد في النفس وفي الآخرين  • الآثار المترتبة على الإجهاد بالنسبة لمكان العمل والأنشطة/العلاقات خارج العمل  • الآثار المترتبة على الإجهاد وتأثيراته بالنسبة للأفراد والمؤسسات  • مسؤوليات الإدارة المتعلقة بالإجهاد المرتبط بالعمل  • أساليب إدارة الإجهاد العملية البسيطة  • مصادر الدعم المتوفر لمن يعانون من الإجهاد  • وضع خطة عمل واستعراض الأساليب | |
| 2 | • تعريفات المشورة والنصيحة والتوجيه وتوقيت استخدام كل واحدة منها لدعم الأفراد  • مبادئ المشورة  • الإرشاد ودورة الإرشاد  • مجموعة آليات المشورة والدعم المتوفرة  • مقتضيات السرية | |