

# دعم الصحة العقلية لدى الأطفال

إن فهم صحتنا العقلية ومعالجتها لا يقل أهمية عن صحتنا الجسدية

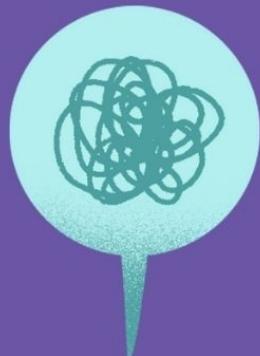


## ما هي أهداف الصحة النفسية؟

لدعم الطفل في تطوير قدراته على تجربة مشاعره والتعبير عنها وتنظيمها، وتكوين علاقات داعمة وتحسين بيئات التعلم الصحية.

## ما الذي يمكن أن يؤثر على الصحة العقلية لدى الأطفال؟

يمكن أن تتأثر الصحة العقلية للطفل بتجارب الصدمة، وعدم القبول في بيئته، والشعور بأنه ليس جيداً بما فيه الكفاية أو العزلة في عواطفه.



## كيف نساعد الأطفال على التمتع بصحة نفسية جيدة؟



### اجعل الأطفال يشعرون بالراحة

من خلال توفير الشعور بالراحة، يستطيع الأطفال التنمو ويشعرن من الشجاعة والتفاعل الاجتماعي الجيد



### العب مع الأطفال

اللعب يمكن أن يطور المهارات الاجتماعية والتواصلية



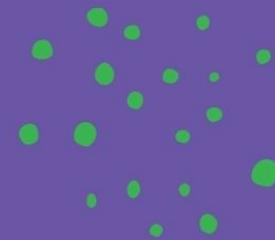
### التعبير عن مشاعرهم

حاول التعبير عن مشاعرك لأقرب شخص من خلال التواصل الجيد





تتوفر استشارات  
الصحة العقلية من  
خلال برنامجي  
Early Headstart و Headstart



ماذا نقدم لك؟

## أهمية الصحة النفسية

إن تعزيز المرونة وعوامل الحماية يمكن أن يزيد من نجاح نمو الدماغ الصحي، وإقامة علاقات آمنة ومأمونة وضمان أنماط صحية من السلوك الإيجابي.

مستشار الصحة العقلية متاح لمعالجة المخاوف المتعلقة بالطفل والأسرة. يمكن أن تشمل الخدمات المراقبة، والاجتماعات مع الأسرة وموظفي البرنامج، والتعليم والموارد، والإحالات.



[jojohnson@hshn.org](mailto:jojohnson@hshn.org)

