هل تشعر بالقلق حيال تغيرات تطرأ على شخص تعرفه؟



قد يكون من الصعب معرفة ما يجب فعله

تحدث التغيرات لأسباب عديدة، قد يكون من الصعب معرفة ما إذا كانت هذه استجابة طبيعية لما يحدث في حياة الشخص، أم أنها علامة محتملة على تأثير ضار.

إذا كان شخص ما ينعزل عن أصدقائه وعائلته أو أصبح أكثر غضبًا من المعتاد أو يركز بشكل متزايد على أفكار أو معتقدات جديدة، فمن الصواب أن تشعر بالقلق.

لا تحتاج إلى أن تكون متأكدًا تمامًا قبل التواصل معنا. فإذا شعرت أن هناك شيئًا ما غير طبيعي، فهذا يكفي.

STEP TOGETHER هنا لمساعدتك

Step Together (نخطو معًا) هي خدمة دعم مجانية للأشخاص الذين يشعرون بالقلق حيال تغيرات تطرأ على شخص يعرفونه.

يمكنك الحصول على مساعدة عملية وإرشاد دون إصدار أحكام في بيئة آمنة.

يمكننا مساعدتك في:

- فهم التغيرات التي تلاحظها
- إدراك متى قد يحتاج الأمر إلى مزيد من الاهتمام
- بناء الثقة لبدء محادثة
- النظر في الخطوات العملية التالية
- التواصل مع جهات دعم إضافية إذا لزم الأمر.

ابدأ الحوار اليوم

يحاول بعض الأفراد أو الجماعات التأثير على الآخرين عمدًا من خلال الترويج لمعتقدات متطرفة تُثير الفتنة بين الناس أو تُلقي باللوم على فئات معينة في المشكلات أو تُوحي بأن العنف مقبول.

عندما تؤدي المعتقدات المتطرفة إلى العنف أو تأييده، يُعرف ذلك بالتطرف العنيف.

تبدأ الوقاية من التطرف العنيف بملاحظة التغيرات وطرح الأسئلة وطلب المشورة مبكرًا.

إذا شعرتَ بشيء مختلف أو مثير للقلق، فهذا يكفي لبدء حوار.

اطلب النصيحة والدعم:

اتصل على الرقم 1800 875 204 أو تفضل بزيارة الموقع الإلكتروني www.steptogether.gov.au

تعرّف على المزيد

ابقَ على اتصال

تواصل معنا

@steptogetheraus @steptogetheraus

@steptogetheraus @StepTogetheraus

STEP TOGETHER

Australian Government

تعلّم | تحدّث | ادعم

العربية | Arabic