

## خلق شعور بالأمان في مجموعة دعم التحالف الوطني للأمراض العقلية

يعد خلق الشعور بالأمان أمرًا ضروريًا لسلامة ونجاح أي مجموعة من مجموعات الدعم. تحقق الإرشادات المقدمة من مجموعة دعم التحالف الوطني للأمراض العقلية (NAMI) مساهمات كبيرة نحو إنشاء بنية آمنة للمشاركين والميسرين. وفيما يلي قائمة بالإرشادات الإضافية التي ستساعد في ضمان شعور المشاركين بمراعاة سلامتهم العاطفية والبدنية. ويمكن أن يتقاسم الميسرين هذه الإرشادات في بداية جلسات المجموعة، أو ببساطة عند الحاجة إليها.

بغية خلق بيئة من الاحترام والسلامة وتعزيزها في مجموعات دعم التحالف الوطني للأمراض العقلية، نطلب من الحاضرين ما يلي:

1. عدم إحضار أسلحة في المجموعة حتى لو كان السلاح مرخصًا ويُصرح للحضور حمله قانونًا.
2. ألا يكون أحد الحضور تحت تأثير المخدرات الترويحية أو الكحول أثناء جلسة مجموعة دعم التحالف الوطني للأمراض العقلية.
3. احترام الحدود الشخصية المعلنة للمشاركين الآخرين داخل المجموعة وخارجها.
4. احترام فكرة أن المعتقدات الدينية أمر شخصي للغاية؛ لذلك، فإن الدين لا يعتبر جزءًا من بنية مجموعة دعم التحالف الوطني للأمراض العقلية عن عمد؛ حيث أن المعتقدات الدينية والصلاة وغيرها من أشكال التعبير عن الهوية الدينية ليست مدرجة في أي بنية لجلسة مجموعة دعم التحالف الوطني للأمراض العقلية.
5. احترام الاختلافات العرقية والثقافية بين الأفراد، حتى إذا لم ندرك وجهة نظرة الآخرين أو تجاربهم. ونطلب من الحضور عدم المزاح أو الإدلاء بتعليقات مهينة حول مواضيع العرق، أو الدين، أو المجموعة الإثنية، أو العمر، أو التوجه الجنسي، أو غيرها من الاختلافات الثقافية.

نشكركم مقدمًا على تعزيز مجموعتنا من خلال احترام هذه الإرشادات.