

心理健康急救 101: 促進職場心理健康

重點提要

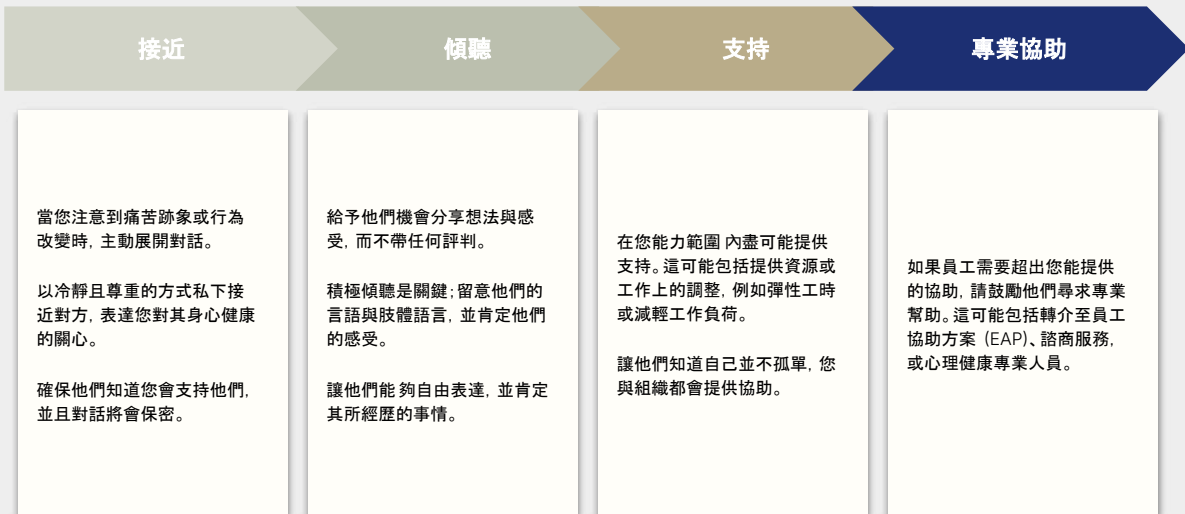
1

可能代表某人正在面臨心理健康困難的徵兆



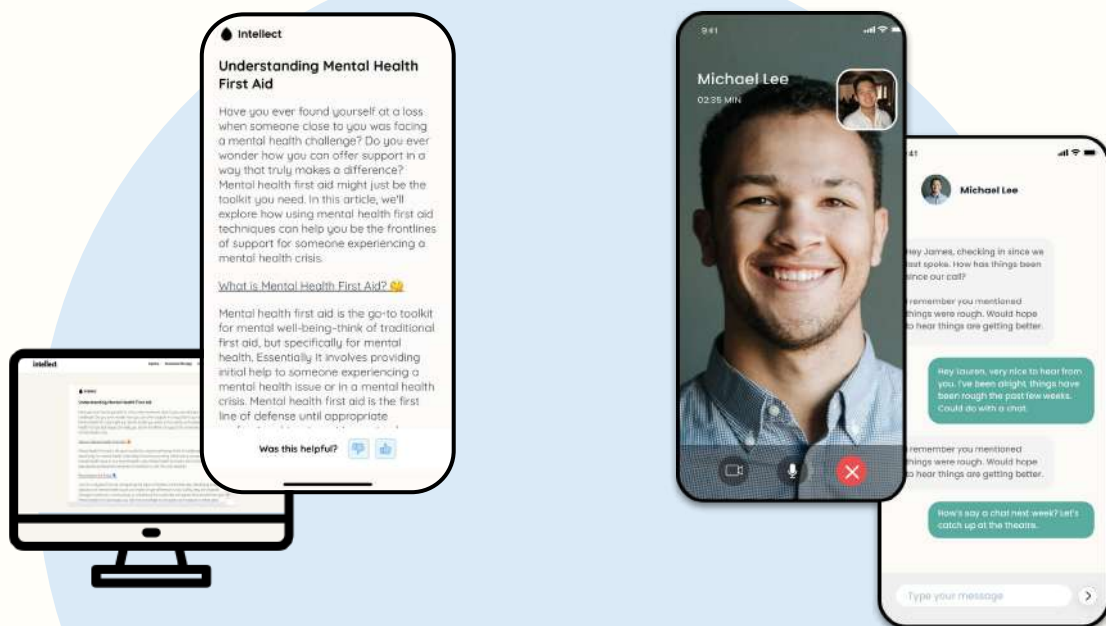
2

如何支持正在面臨心理健康困難的人



從洞察到行動： 立即運用您的技能！

透過沉浸式的自主學習單元，並結合個人化的一對一輔導支持，學習如何更有效地支持您的同事



認識心理健康急救

跨出第一步，了解您能夠如何為正在面對心理健康挑戰的人提供有意義的支持

一對一輔導

與您的導師討論更具個人化的方法，以便為您的團隊成員提供心理健康支持

立即行動，掌控您的心理健康！

立即前往 Intellect 網頁 (<https://app.intellect.co>) 或下載 Intellect App，開啟屬於您的個人健康旅程。

