

Mental Health Services Glossary

مسرد مصطلحات خدمات الصحة النفسية

This bilingual glossary explains common mental health terms used in the Victorian Mental Health System. It is designed to help people better understand the mental health system, their rights, and the roles of different professionals involved in care and support.

يشرح هذا المسرد الثنائي اللغة المصطلحات الشائعة في مجال الصحة النفسية المستخدمة في نظام الصحة النفسية في ولاية فيكتوريا. وهو مصمم لمساعدة الناس على فهم نظام الصحة النفسية، وحقوقهم، وأدوار مختلف المختصين المشاركين في الرعاية والدعم بشكل أفضل.

مسرد مصطلحات خدمات الصحة النفسية

ENGLISH	ARABIC
This information has been drawn from a range of healthcare and government websites	تمّ انتقاء هذه المعلومات من العديد من المواقع الإلكترونية الخاصة بالرعاية الصحية والمواقع الحكومية
1. Anonymous: Means 'not identified by name' or 'with no name'. For instance, an anonymous letter is one that is not signed.	1. عدم ذكر الاسم: تعني "لم يتم التعريف باستخدام الاسم" أو "ليس له اسم". على سبيل المثال، خطاب مجهول الهوية هو الخطاب الذي لم يتم التوقيع عليه.
2. Assessment: When a health practitioner asks you questions about your mental or physical health. They may also do tests or a physical examination. This will help identify any problems or needs and find the best ways to address them. See also 'Diagnosis'.	2. التقييم: عندما يوجه لك المختص الصحي أسئلة عن صحتك النفسية أو البدنية. وقد يجري أيضًا بعض الفحوص أو الاختبارات الجسدية. سيساعد ذلك على التعرف على المشكلات التي تعاني منها أو الاحتياجات التي تلزمك وعلى العثور على أفضل الطرق لعلاجها. أنظر أيضًا "التشخيص".
3. Care: Giving support and help to another person.	3. الرعاية: تقديم الدعم والمساعدة لشخص آخر.
4. Carer: A family member or friend who provides unpaid care and support to someone who needs help with daily activities or health issues.	4. مقدم الرعاية: أحد أفراد العائلة أو الأصدقاء الذي يقدم رعاية ودعمًا غير مدفوع الأجر لشخص يحتاج إلى المساعدة للقيام بالأنشطة اليومية أو المسائل الصحية.
5. Care Coordination: Ways in which help from different services are set up to meet a person's needs.	5. تنسيق الرعاية: الوسائل التي يتم من خلالها تنظيم المساعدة من مختلف الخدمات لتلبية احتياجات الشخص.



مسرد مصطلحات خدمات الصحة النفسية

ENGLISH	ARABIC
6. Care / Support Team: The workers who give the treatment, provide care and help with the wellbeing of the person needing care.	6. فريق الرعاية / الدعم: العاملون الذين يقدمون العلاج والرعاية والمساعدة لتأمين رفاهية الشخص المحتاج للرعاية.
7. Case Manager: Someone who assesses your needs, advises you, and can represent your needs with services (with your permission). A case manager may link you with services and activities that can help you. They are the central point of contact for you so that you do not have to ask different people for help.	7. مدير الحالة: هو شخص يقيم حالتك، ويقدم لك النصيحة، وبإمكانه تمثيلك بما يخص احتياجاتك لدى مراكز الخدمات (بعد أخذ الإذن منك). وقد يوصلك مدير الحالة بالخدمات والأنشطة التي يمكنها أن تساعدك. ومدراء الحالة هم نقطة الاتصال المركزية بالنسبة لك حتى لا تضطر إلى طلب المساعدة من أشخاص مختلفين.
8. CAT Team: The Crisis Assessment and Treatment Team (CATT) is a team of mental health professionals. They provide assessment and intensive community treatment to people who are in crisis or experiencing serious mental illness. This is a crisis service only.	8. فريق CAT: فريق التقييم والعلاج في حالة الأزمات (CATT) هو فريق يتكون من أخصائيين في مجال الصحة النفسية. وهم يجرون التقييم والمعالجة المجتمعية المكثفة للأشخاص الذين يمرون بأزمات أو يعانون من أمراض نفسية خطيرة. هذه الخدمة تُقدم في حالة الأزمات فقط.
9. Clinical: Describes the direct examination, observation and treatment of signs and symptoms in patients.	9. الخدمة السريرية: يصف الفحص المباشر والملاحظة والعلاج للعلامات والأعراض لدى المرضى.
10. Clinician: A healthcare professional that has direct contact with patients. For example, nurses, doctors, dentists or psychologists are 'clinicians'.	10: الممارس السريري: هو أخصائي الرعاية الصحية الذي له اتصال مباشر بالمرضى. مثلاً، يتم اعتبار الممرضين، أو الأطباء أو أطباء الأسنان أو الأخصائيين النفسيين "ممارسين سريريين".

مسرد مصطلحات خدمات الصحة النفسية

ENGLISH	ARABIC
11. Community Mental Health Services: Are generally for people with severe forms of mental illness. They are generally based in a clinic and free to the public. They have different types of mental health professionals, including case managers, psychiatrists, social workers, occupational therapists, psychologists and drug and alcohol workers.	11. خدمات الصحة النفسية المجتمعية: تُقدّم هذه الخدمات بصفة عامة للأشخاص الذين يعانون من أنماط حادة من الأمراض النفسية. وتُقدّم عمومًا في عيادة وتُتاح مجانًا لعامة الناس. وفيها أنواع مختلفة من أخصائيي الصحة النفسية، بما فيهم مدراء الحالة، والأطباء النفسيين، وموظفي الخدمة الاجتماعية، وأخصائيي العلاج الوظيفي، والأخصائيين النفسيين، والعاملين في مجال المخدرات والكحوليات.
12. Confidentiality: This means that the information you give to a healthcare professional is private. The healthcare professional must get your agreement before sharing the information with anyone. They need your permission ('consent') to share your information.	12. السرية: تعني أن المعلومات التي تُدلي بها أنت لأخصائي الرعاية الصحية تبقى معلومات خاصة. وينبغي على أخصائي الرعاية الصحية أن يحصل على موافقتك قبل مشاركة معلوماتك مع أي شخص آخر. وهم يحتاجون إلى أخذ الإذن منك ("الموافقة") لمشاركة معلوماتك.
13. Counselling: Is a conversation or a series of conversations between you and a counsellor. Counselling usually focuses on a specific problem and the steps to address or solve it. It can help you deal with a problem or make decisions when you are unsure which one is best.	13. الاستشارة: هي محادثة أو سلسلة محادثات بينك وبين مستشار. تركّز الاستشارة عادةً على مشكلة محددة والخطوات اللازمة لمعالجتها أو حلها. يمكن أن تساعدك في التعامل مع مشكلة ما أو في اتخاذ قرارات عندما تكون غير متأكد من الخيار الأفضل.
14. Counsellor: A counsellor is a trained professional who provides guidance, support, and advice to individuals or groups to help them manage personal, emotional, psychological, or social challenges.	14. المستشار: المستشار هو شخص محترف مدرب يقدم التوجيه والدعم والمشورة للأفراد أو المجموعات لمساعدتهم على إدارة التحديات الشخصية أو العاطفية أو النفسية أو الاجتماعية.

مسرد مصطلحات خدمات الصحة النفسية

ENGLISH	ARABIC
15. Diagnosis: The identification of an illness or other problem (see also 'assessment').	15. التشخيص: هو تحديد مرض أو مشكلة أخرى (انظر أيضًا "التقييم")
16. Disability Pension: Provides financial support if you have a physical, intellectual or psychiatric condition that stops you from working.	16. معاش الإعاقة: يوفر دعمًا ماليًا إذا كنت تعاني من حالة جسمانية أو فكرية أو نفسية تمنعك من العمل.
17. Disability Support Worker: Provides you with personal, physical and emotional support if you require assistance with daily living. A Disability Support Worker can help with showering, dressing and eating, and assist with outings and other social activities.	17. موظف الدعم لذوي الإعاقة: يوفر لك دعمًا شخصيًا وبدنيًا ووجدانيًا إذا كنت تحتاج إلى مساعدة في حياتك اليومية. بإمكان موظف الدعم لذوي الإعاقة أن يقدم لك المساعدة في الاستحمام ولبس الملابس وتناول الطعام وبيعك عند الخروج من المنزل وتادية الأنشطة الاجتماعية الأخرى.
18. Eligibility Criteria: Rules about who can use a service.	18. معايير الأهلية: قواعد تحدد من يمكنه استخدام الخدمة.
19. Episode: A period of time in which someone is affected by a specified illness, such a psychosis. An 'episode' has a beginning and an end (as opposed to a chronic condition).	19. النوبة: فترة زمنية يتأثر فيها الشخص بمرض معين مثل الذهان (الاختلال العقلي). "النوبة" لها بداية ونهاية (على عكس الحالة المزمنة).

مسرد مصطلحات خدمات الصحة النفسية

ENGLISH	ARABIC
20. General Practitioner (GP): Family doctors in Australia are also called General Practitioners (GP). Some doctors work in health centres and hospitals and some work in their own offices. All GPs have university degrees. You can make your own appointment with the GP when you are sick or feeling unwell, or if you want a health check-up to make sure you don't have any health problems.	20. الطبيب العام (GP): يطلق أيضًا على أطباء العائلة في أستراليا لقب الأطباء العامين (GP - General Practitioner). يعمل بعض الأطباء في المراكز الصحية والمستشفيات ويعمل البعض الآخر في عياداتهم الخاصة. لدى جميع الـ GP شهادات جامعية. يمكنك تحديد موعد بنفسك مع GP عندما تشعر بالمرض أو اعتلال بالصحة أو إذا أردت الحصول على فحص طبي للتأكد من سلامتك من المشكلات الصحية.
21. Harm / self-harm: Means 'injury'. It can be physical, psychological, sexual or due to neglect. 'Self-harm' describes what happens when someone intentionally hurts themselves.	21. الأذى / إيذاء النفس تعني "الإصابة". وقد تكون جسمية أو نفسية أو جنسية أو ناتجة عن الإهمال. "إيذاء النفس" يعني ذلك ما يحدث للشخص إذا قام بإيذاء نفسه عمدًا.
22. Individual Capacity Building: Helping the person receiving care to be actively involved in decisions that affect them.	22. بناء القدرات الفردية: مساعدة الشخص المتلقي للرعاية على المشاركة الفعالة في القرارات التي تؤثر عليه.
23. Initial Discussion: The first conversation between a worker and the person needing care to decide what help is needed and how urgent it is.	23. المناقشة الأولية: المحادثة الأولى بين الموظف المختص والشخص المحتاج للرعاية لتحديد نوع المساعدة المطلوبة ومدى إلحاحها.
24. Lived / Living Experience: A person who has experience of trauma or mental health challenges. The person uses their experience to improve mental health services.	24. التجربة الحياتية: شخص لديه تجربة بما يختص بالصدمات أو تحديات الصحة النفسية. ويستخدم هذا الشخص تجربته لتحسين خدمات الصحة النفسية.



مسرد مصطلحات خدمات الصحة النفسية

ENGLISH	ARABIC
25. Mental Health and Wellbeing: This is when a person feels they are coping with the normal stresses of life and can connect with others. Mental health can change over time and can depend on what happens in a person's life.	25. الصحة النفسية والرفاهية: عندما يشعر الشخص بأنه قادر على التعامل مع ضغوط الحياة الطبيعية والتواصل مع الآخرين. قد تتغير حالة الصحة النفسية بمرور الوقت وتعتمد على ما يحدث في حياة الشخص.
26. Mental Illness: Mental illness is when problems with feelings or thoughts make daily life hard. Mental illness can change how a person thinks, feels, or acts. Examples of mental illness are anxiety, depression, and schizophrenia.	26. المرض النفسي: المرض النفسي هو حالة تجعل فيها الحياة اليومية صعبة بسبب المشاكل الناتجة عن المشاعر أو الأفكار. يمكن أن يغير المرض النفسي طريقة تفكير الشخص أو شعوره أو سلوكه. من أمثلة الأمراض النفسية: القلق والاكتئاب والفصام.
27. Mental Health Care Plan: For people with a mental illness who have several healthcare professionals working with them. A Care Plan explains the support provided by each of those professionals and when treatment is necessary. Your GP will use a Care Plan to help you work out what services you need, set goals, and decide on the best treatment for you.	27. خطة رعاية الصحة النفسية: توضع للأشخاص الذين يعانون من مرض نفسي والذين لديهم العديد من أخصائيي الرعاية الصحية يعملون معهم. وتوضح خطة الرعاية الدعم الذي يُقدَّم من قِبل كل واحد من هؤلاء الأخصائيين ومتى يكون العلاج ضرورياً. يستخدم GP الخاص بك خطة الرعاية لمساعدتك على تحديد الخدمات التي تحتاجها ويضع الأهداف ويقرر أفضل وسائل العلاج لك.
28. National Disability Insurance Scheme (NDIS): Provides support for Australians with disability, their families and carers. It is funded by the Federal Government.	28. برنامج تأمين الإعاقة الوطني (NDIS): يوفر الدعم للأستراليين المصابين بإعاقة ولعائلاتهم ولمقدمي الرعاية لهم. ويتم تمويله من قِبل الحكومة الفيدرالية.



مسرد مصطلحات خدمات الصحة النفسية

ENGLISH	ARABIC
29. Neurodiversity: This means that the way people think, learn and behave can be very diverse. It does not mean it is wrong, just different.	29. التنوع العصبي: يعني هذا أن طريقة تفكير الناس وتعلمهم وسلوكهم قد تكون متنوعة جداً. وهذا لا يعني أنها خاطئة، بل فقط مختلفة.
30. Occupational Therapist (OT): These workers focus on your ability to perform your daily activities. They aim to improve your independence. They have particular skills in problem solving, and breaking down activities or tasks to make them easier to manage and learn. They can also provide advice and assistance on what equipment can help.	30. أخصائي العلاج الوظيفي (OT): يركز هؤلاء الأخصائيين على قدرتك على تأدية أنشطتك اليومية. ويهدفون إلى تحسين استقلاليتك. ولديهم مهارات معينة لحل المشكلات، ولتجزئة الأنشطة والمهام لجعلها أسهل من حيث التأدية والتعلم. ويمكنهم أيضاً تقديم النصح والمساعدة بشأن الأدوات التي تساعدك.
31. Peer Worker: A person who understands your needs based on their own experience. For instance, a Peer Worker providing support about a mental health problem will themselves have experienced problems with their mental health.	31. العامل النظير: هو شخص يفهم احتياجاتك بناءً على تجربته الشخصية. مثلاً، العامل النظير الذي يقدم دعماً بشأن الصحة النفسية سيكون هو نفسه قد مر بمشكلات في صحته النفسية.
32. Psychiatrist: A doctor who has additional qualifications in helping people with mental health problems. As well as therapy, they may prescribe medications.	32. الطبيب النفسي: هو طبيب لديه مؤهلات إضافية لمساعدة الناس الذين يعانون من مشكلات في الصحة النفسية. وبالإضافة إلى العلاج، يمكنه وصف الأدوية.



مسرد مصطلحات خدمات الصحة النفسية

ENGLISH	ARABIC
33. Psychologist: A professional that can help you develop healthy coping and problem-solving skills. People with anxiety and depression will often be referred to a psychologist. Psychologists seek to build a relationship of trust so you will feel safe in sharing your thoughts and feelings. A psychologist cannot prescribe medications.	33. الأخصائي النفسي: هو أخصائي يمكنه تقديم المساعدة لتطوير مهارات صحية لمواجهة المشكلات وحلها. وغالبًا ما تتم إحالة الناس الذين يعانون من القلق والاكتئاب لأخصائي نفسي. ويسعى الأخصائيون النفسيون إلى ترسيخ علاقة قوامها الثقة لكي تشعر بالأمان في مشاركة أفكارك ومشاعرك معهم. ولا يمكن للأخصائي النفسي أن يصف الأدوية.
34. Psychosocial: An approach that looks at you in the context of your social environment. It looks at how the combination of social environment and psychological factors affect your physical and mental health.	34. النهج النفسي الاجتماعي: هو نهج ينظر إليك في سياق بيئتك الاجتماعية. وينظر إلى الطريقة التي تؤثر بها على صحتك البدنية والنفسية من خلال مزيج من البيئة الاجتماعية والعوامل النفسية.
35. Referral: A letter from your doctor to a specialist asking for an appointment for you. If the referral is to a specialist in a public hospital, the hospital will contact you to make an appointment. If it is to a private specialist, you will need to make the appointment yourself.	35. الإحالة: هو خطاب من طبيبك إلى طبيب أخصائي يطلب فيه تحديد موعد لك. إذا كانت الإحالة إلى أخصائي في مستشفى عام، ستتصل بك المستشفى لتحديد الموعد. وإذا كانت إلى أخصائي خاص، ستحتاج إلى تحديد الموعد بنفسك.
36. Rehabilitation: The action of helping you go back to health or normal life through training and therapy, for instance after an illness or an operation.	36. إعادة التأهيل: هو الإجراء الذي يهدف إلى مساعدتك على استعادة صحتك أو حياتك الطبيعية من خلال التدريب أو العلاج، كما يحدث بعد المرض أو العملية الجراحية.
37. Respite: Short-term rest for carers. During respite, you will be looked after by someone else than your usual carer.	37. الرعاية البديلة: هي فترة استراحة لمقدمي الرعاية. أثناء فترة الرعاية البديلة سيعتني بك شخص آخر غير مقدم رعايتك المعتاد.

مسرد مصطلحات خدمات الصحة النفسية

ENGLISH	ARABIC
38. Self-referral: Going straight to a service for help, without needing to go to a doctor or professional first (see also 'Referral').	38. الإحالة الذاتية: التوجه مباشرة إلى خدمة للحصول على المساعدة، دون الحاجة إلى زيارة طبيب أو أخصائي أولاً (انظر أيضاً "الإحالة").
39. Social and Emotional Wellbeing: This is about a person being resilient and feeling safe within themselves and connected with people.	39. الرفاه الاجتماعي والنفسي: يتعلق هذا الأمر بقدرة الشخص على التكيف والشعور بالأمان الداخلي والتواصل مع الآخرين.
40. Social Prescribing: This is about health professionals linking people to social activities considered to be helpful for their mental health. These activities may include volunteering, gardening, cooking, healthy eating advice and sports.	40. الإحالة الاجتماعية: يتعلق هذا الأمر بربط المتخصصين في الرعاية الصحية للأفراد بأنشطة اجتماعية تُعتبر مفيدة لصحتهم النفسية. قد تشمل هذه الأنشطة العمل التطوعي، والبستنة، والطهي، ونصائح التغذية الصحية، والرياضة.
41. Social Worker: Social workers can provide practical support, counselling, information and emotional support. Families, children, students, hospital patients or the elderly may all see a social worker. Social workers can help with problems such as homelessness, domestic violence, alcohol and drug addiction, sexual assault and child abuse. Social workers need a university degree to be able to practice.	41. موظف الخدمة الاجتماعية: بإمكان موظفي الخدمة الاجتماعية تقديم دعم عملي، واستشارة ومعلومات ودعم وجداني. قد يستشير أفراد العائلات أو الأطفال أو الطلاب أو مرضى المستشفيات أو المسنون موظف خدمة اجتماعية. بإمكان موظفي الخدمة الاجتماعية المساعدة بشأن مشكلات مثل التشرد والعنف المنزلي والإدمان على الكحوليات والمخدرات والاعتداء الجنسي وإساءة معاملة الأطفال. يحتاج موظفو الخدمة الاجتماعية شهادة جامعية لكي يتمكنوا من ممارسة مهنتهم.
42. Symptoms: A sign or indication of something, for instance an illness or other problem with your health.	42. الأعراض: هي إشارة أو دليل على شيء ما مثل المرض أو مشكلة أخرى تتعلق بصحتك.



مسرد مصطلحات خدمات الصحة النفسية

ENGLISH	ARABIC
43. Treatment: Medical care given for an illness or injury.	43. العلاج: رعاية طبية تُقدَّم عند المرض أو الإصابة.
44. Trauma-Informed Practice: This is about creating safe, supportive environments where people feel that they are listened to and respected. It includes professionals delivering care that does not make people re-live their trauma.	44. الممارسات المراعية للصدمات النفسية: تتمحور هذه الممارسات حول تهيئة بيئات آمنة وداعمة يشعر فيها الأفراد بأنهم مسموعون ومحترمون. وتشمل هذه الممارسات تقديم الرعاية من قبل متخصصين ولا يجعلهم يعيشون صدماتهم النفسية السابقة مرة ثانية.
45. Triage: The action of deciding the order in which patients will be treated, based on the urgency of their injuries or illness. Typically, the Emergency Department in a hospital has a 'triage nurse' who makes the decision of who needs to see a doctor most urgently.	45. تصنيف مرضى الطوارئ: هو الإجراء الذي يتم على أساسه تقرير الترتيب الذي ستتم به معالجة المرضى بناءً على الضرورة الملحة لإصابتهم أو مرضهم. عادةً، تكون "ممرضة تصنيف مرضى الطوارئ" في قسم الطوارئ في المستشفى هي من تقرر من الذي يعتبر في أمس الحاجة للكشف من قبل الطبيب بإلحاح أكثر.