

## Appendix C

### Lay-Counselor consent form, Group 2, (4-7-8 breathing)-Arabic

عربي – 2 المجموعة النازحين، مخيمات في الغيرمتمخصصين الاشخاص مشروع في المشاركة على الموافقة

متخصص الغير المهني المستشار عزيزي

تقر أنت. النازحين مخيمات في الغيرمتمخصصين الاشخاص مشروع في المشاركة على توافق فإنك النموذج، هذا على التوقيع خلال من

4-7-8. التنفس أسلوب باسم يعرف تدخل إجراء على تدريب بأنك

مخيمات في يعشن اللائي النساء لدى الصدمة عن الناجم الإجهاد أعراض من الحد حول معلومات جمع إلى الدراسة هذه تهدف النازحين.

ستقدمها التي التنفس تدخلات 4-7-8 لتلقي الموافقة نماذج على ووقعن المخيم هذا في يعشن اللواتي النساء تطوعت

به الشعور في يرغبون شيء ؛ يزعجهم قد شيء في التفكير منهم تطلب سوف. المشاركين مع فردي أساس على ستلتقي مجموعتك في

يمكنهم لكن ، الذاكرة أو المزعجة المشاعر عن ثالتحد منهم يُطلب لن. الانزعاج أو الغضب أو القلق أو الاكتئاب من أقل بدرجة التحدث

حتى والزفير السابع العد عند النفس واحتباس مرات، اربع للاستنشاق معه تعمل الذي المشارك ستوجه. ذلك اختاروا إذا يزعجهم عما

مشكلته في التفكير أثناء الثامن العد

المخصص العدد لتدوين نموذجًا إعطاؤك سيتم. العلاج أيام في ويحتاج يريد كما المشارك مع الوقت من الكثير قضاء يمكنك للمشاركين ،

الشخصية الانزعاج ووحدات (ذلك إلى وما ، والغضب ، والاكتئاب ، القلق) عليها العمل تم التي والمشكلة ، يقضيه الذي والوقت

طلاب قبل من العامة والصحة للمشاركين نفسية الصدمة أعراض تقييم سيتم. 4-7-8 التنفس تدخل وبعد قبل بهم الخاصة الدراسات

علاجاتهم بعد أشهر وثلاثة التنفس، علاجات من واحد أسبوع وبعد تي اف والتي 4-7-8 علاج قبل كرميان جامعة في العليا

سيحتاج الدراسة، من للانسحاب. الأسباب إبداء إلى الحاجة دون وقت أي في الدراسة هذه من الانسحاب من المشاركون سيتمكن

ز07510371046 على بها الاتصال طريق عن سعدي بيكا الدكتورة إخبار إلى ببساطة المشارك

في المشاركة نتيجة سلبية فعل ردود أي هناك كانت إذا ، ذلك ومع. الدراسة هذه في المشاركة نتيجة سلبية آثار أي حدوث نتوقع لا

بذلك سعدي الدكتور بإبلاغ وستقوم ، المشاركون أحد عنها يبلغ قد سلبية تجارب أي به تسجل نموذجًا إعطاؤك فسيتم ، الدراسة

بالحزن يشعرون تجعلهن قد التي الماضية أو الحالية التجارب تذكر ، الدراسة هذه في المشاركات النساء لها تتعرض التي المخاطر تشمل

أعراض من يعانون قد أنهم هي ، الدراسة هذه في المشاركات النساء على عودت التي الفوائد. التدخلات أو التقييمات أثناء الاستياء أو

العامة الصحية والفوائد الصدمة تقلص

التاريخ \_\_\_\_\_ الاسم \_\_\_\_\_

التوقيع \_\_\_\_\_