# First Choice Health™

Healthy Employees. Healthy Companies.™

# កម្មវិធីជំនួយនិយោជិក

## (Employee Assistance Program - EAP)

www.FirstChoiceEAP.com
(800) 777-4114

Cambodian

# តើ EAP ជាអ្វី?

First Choice Health
ផ្តល់ជូននូវកម្មវិធីជំនួយនិយោជិក ដល់អ្នក និងគ្រួសារអ្នក ។ សេវកម្ម ពិក គឺមិនអស់ប្រាក់ឡើយ, ហើយ ងាយស្រួលនិងជាការសំងាត់ ។ កម្មវិធី ពិក ជួយដល់ប្តីឬប្រពន្ធ ឬដៃគូរស់នៅជាមួយ និងកូនក្នុងបន្ទុកដែលមានសិទ្ធិ ។

EAP រួមមានការជួបជាមួយគ្រូពេទ្យជំនាញខាង សុខភាពផ្លូវចិត្ត ដើម្បីពិនិត្យពិគ្រោះអំពីការបារម្ភ ទាក់ទងនឹងផ្លូវចិត្ត, អាកប្បកិរិយា, គ្រួសារ, ទំនាក់ទំនងប្តីប្រពន្ធ និង សុខភាពផ្លូវចិត្ត ឬការញៀនថ្នាំ ។

- ការតានតឹងចិត្ត និងការថប់បារម្ភ
- សញ្ញានៃជំងឺធ្លាក់ទឹកចិត្ត
- ប្តីប្រពន្ធនិងទំនាក់ទំនងស្នេហា
- ការបារម្ភអំពីការមើលថែកូននិងគ្រួសារ
- ការតមមិនប្រព្រឹត្ត
- ការពិគ្រោះផ្នែកច្បាប់និងហិរញ្ញវត្ថុ
- បញ្ហាសុរា/ថ្នាំញៀន
- ការសំរុះសំរួលផ្ទាល់ខ្លួន/គ្រួសារ
- ការទំនាក់ទំនងគ្នា
- ការផ្លាស់ប្តូរ និងអន្តរកាលនៃជីវិត
- ការទប់ចិត្ត
- ការដោះស្រាយវិបត្តិ
- បញ្ហាក្នុងការគេង
- ទុក្ខសោកនិងការបាត់បង់
- ជំលោះក្នុងការងារ
- បញ្ហាល្បែងស៊ីសង
- ការពិគ្រោះអំពីការមើលថែមនុស្សចាស់និងកូនក្មេង

សូមទាក់យើងខ 24 ម៉ោងក្នុងមួយថ្ងៃ ទី 7 ថ្ងៃក្នុងមួយអាទិត្យ ។ www.FirstChoiceEAP.com

# ការពិនិត្យ និងការបញ្ជូន

ការពិនិត្យនិងការបញ្ជូន គឺមានន័យថាអ្នកឲ្យឱវាទម្នាក់នឹងជួបអ្នកដើម្បី កំណត់ដើមហេតុនៃការបារម្ភរបស់អ្នក ហើយធ្វើការដោះស្រាយបញ្ហានោះ ក្នុងពេលដែល EAP អាចធ្វើបាន ។ អ្នកឲ្យឱវាទក៏នឹង ផ្តល់យោបល់ផងដែរ អំពីតំលៃនៃការព្យាបាលក្រោយការពិនិត្យ ពិកដើម្បីឆ្លើយតបទៅនឹងស្ថានភាព របស់អ្នក ។

អ្នកអាចទាក់ទង EAP 24 ម៉ោងក្នុងមួយថ្ងៃ 7 ថ្ងៃក្នុងមួយអាទិត្យ ។ ពេលអ្នកទូរស័ព្ទមក អ្នកកាន់ ទូរស័ព្ទផ្នែកអតិថិជននឹងស្វាគមន៍អ្នក ហើយរង់ចាំឆ្លើយនឹងសំនួរអ្នក, តម្រូវការរបស់អ្នក, និងអ្វីៗ ដែលអ្នក ចង់បាន, ហើយអ្នកឲ្យឱវាទផ្នែកជំងឺផ្លូវចិត្តម្នាក់ គឺតែងតែនៅទីនោះ ជាស្រេចដើម្បីនិយាយជាមួយអ្នក ឬសមាជិកគ្រួសារអ្នក ។

ជាការងាយស្រួលសំរាប់កន្លែងដែលអ្នករស់នៅ អ្នកផ្តល់ការពិនិត្យ ក្នុងប្រព័ន្ធរបស់យើងគឺសុទ្ធសឹងជាអ្នកឲ្យឱវាទខាងផ្នែកជំងឺផ្លូវចិត្ត, ចិត្តវិទូរ, អ្នកកាន់កិច្ចការ សង្គមកិច្ច, គ្រូពេទ្យផ្នែកគ្រួសារនិងការរស់ នៅ រវាងប្តីប្រពន្ធ និងអ្នកជំនាញផ្នែកព្យាបាលការញៀនថ្នាំដែលមានអាជ្ញាប័ណ្ណត្រឹមត្រូវ ។

---

# សេវាកម្មជាលក្ខណៈសំងាត់

សេវាកម្ម EAP គឺជាការសំងាត់ និងជួយដល់អ្នកក្នុងការកំណត់បញ្ហា, ដោះស្រាយការរំខាន, យកឈ្នះការលំបាក, ធ្វើការផ្លាស់ប្តូរ និងរៀន បំណិតថ្មីៗ ។ បើគ្មាការស្នើ និងការយល់ព្រម ដោយមានហត្ថលេខា ពីអ្នកទេនោះ ពត៌មានអំពីអ្នកទាក់ទងមក ពិកនឹងមិនត្រូវបញ្ចេញឲ្យគេ ដឹងឡើយ លើកលែងតែច្បាប់មូលដ្ឋានឬច្បាប់រដ្ឋតម្រូវឲ្យធ្វើដូច្នោះ ។

កម្មវិធីជំនួយនិយោជិក
(Employee Assistance Program)
One Union Square
600 University Street, Suite 1400
Seattle, WA 98101
(800) 777-4114
www.FirstChoiceEAP.com

**24/7**
**(800) 777-4114**

# សេវា EAP
# នានាក្នុងប្រព័ន្ធអ៊ិនធើណិត

នៅលើទំព័រវិបសៃថ www.FirstChoiceEAP.com
អ្នកអាចអានសេចក្តី ណែនាំ
ឬដាក់ការណាត់ជួបក៏បាន ។
យើងមានវិធីពិនិត្យភាពងាយ
រងគ្រោះដោយសារតានតឹងចិត្ត, ការថប់បារម្ភ,
និងការធ្លាក់ ទឹកចិត្ត ។ អ្នកអាចប្រើវិធីជួបគ្នា
តាមប្រព័ន្ធអ៊ិនធើណិត (Online Conference)
ដើម្បីពិគ្រោះជាមួយ គ្រូពេទ្យជំនាញខាងផ្នែក
សុខភាពផ្លូវចិត្ត ឬមួយ អ្នកអាចអានអត្ថបទនា
នាក្នុងកម្រងព្រឹត្តិបត្រ របស់យើងក៏បាន ។

បញ្ជីរាយមុខងារស្វ័យបំរើនៃឿរក/
ឡិថេ *សៀរចេស រួមមានប្រធានបទ
នានា ចាប់ពីទារកភាព ទៅដល់វ័យជំទង់
រហូតដល់ពេញវ័យ និងការ
រស់នៅរបស់មនុស្សចាស់
ព្រមទាំងអ្វីៗទាំងអស់ ដែលកើតឡើង
នៅចន្លោះវ័យទាំងនោះ ។ នៅលើទំព័រវិបសៃថ៍
របស់ ពីក, គ្រាន់តែចុច ប៊ូតុងឿរក/ឡិថេ
*សៀរចេស ជាការស្រេច ។

សូមទូរស័ព្ទមកលេខ
**(800) 777-4114**
ដើម្បីឲ្យដឹងថា តើអ្នកមាន
សិទ្ធិទទួលសេវាកម្ម ផ្នែកជីវិត
ការងារ ឬយ៉ាងណា ។

ធនធាន ការងារ ជីវិត
ឈ្មោះអ្នកប្រើ: firstchoice
លេខសំងាត់: health2005