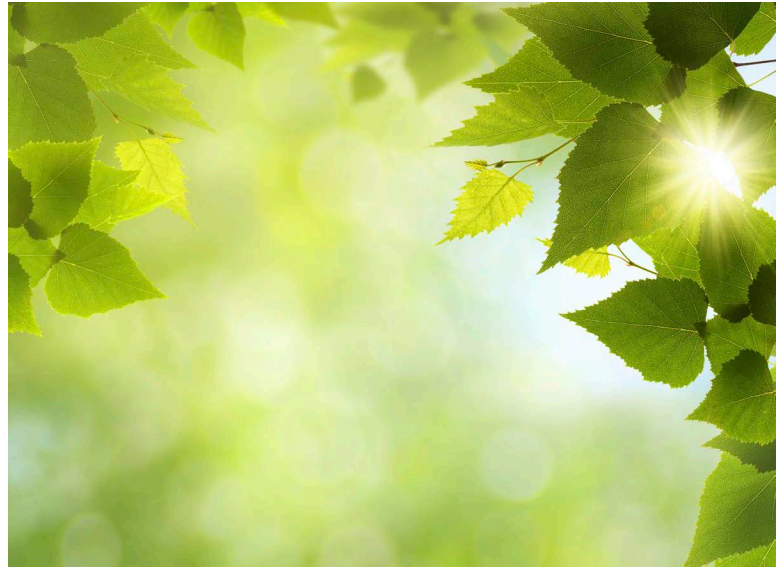


# 员工援助计划 (EAP)

## 提供咨询和指导， 助您在事业和家庭 上取得双丰收



### 什么是员工援助计划？

员工援助计划 (Employee Assistance Program, 简称 EAP) 也称为雪城大学教职员协助计划 (Syracuse University Faculty and Staff Assistance Program), 这是一种自愿参加并且具有保密性的服务, 向合格的员工及其家属提供, 帮助他们面对人生中的挑战。EAP 是一项非常有用的资源, 可以帮助发现和解决许多工作场所、家庭、社会、经济和心理健康问题。我们的 EAP 服务能够对工作环境以及员工和家人的身心幸福产生积极的影响。

### 资格、费用和保密性

教职员协助计划和工作生活资源均通过盛心阳光服务公司 (Chestnut Global Partners, 简称CGP) 提供给雪城大学在北京驻外地点的全职员工以及其被抚养人。这些通过盛心阳光提供的服务和资源是由雇主提供, 雇主可能随时终止, 且不对员工做出任何补偿。所有服务均保密, 但若发生当地法律规定必须举报之事项, 比如说当事人有自残或伤害他人的倾向时则不在此限。服务完全免费。

### EAP 如何提供帮助

我们大多数人在家人、朋友、邻居或宗教领袖的支持下可以做到最好。但是今天, 向受过训练的专业人士吐露心声是非常常见的情况。在需要额外帮助时, 可能难以找到相关资源, 并且费用高昂。

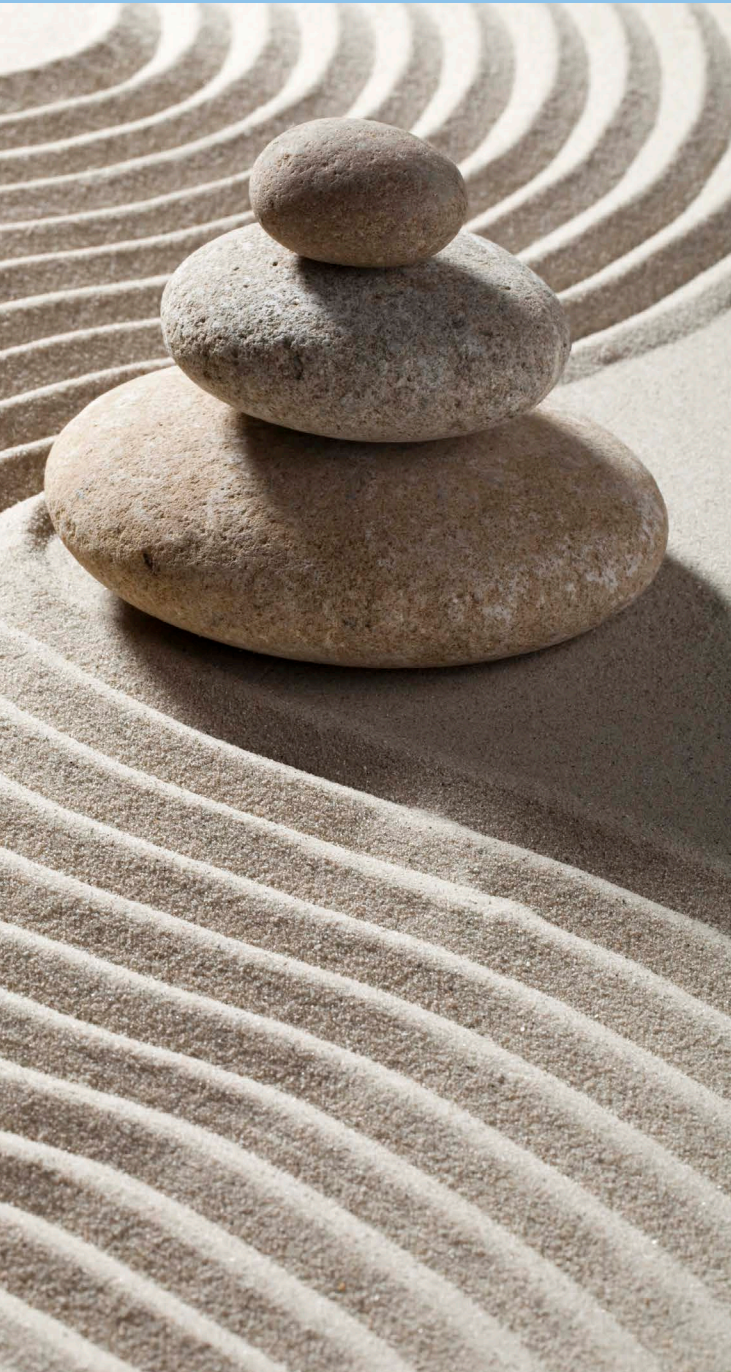
EAP 由受过培训的专业人士实施执行, 可帮助我们解决各种个人和工作场所中的问题。在需要额外的服务时, 他们将引导我们寻找适当的资源。获取这些服务非常简单。您只需直接电话联系本地的援助计划进行进行预约, 并通过电话或当面与相关专业人士沟通。



**SYRACUSE UNIVERSITY**

Faculty and Staff Assistance Program

# 员工援助计划 (EAP)



## 服务

部分 EAP 服务的可用性在不同地区有所差异。一般情况下，有关很多重要生活问题的 EAP 服务都可通过电话、面对面或在线方式提供，包括：

### 家庭问题

- 回答财务问题和担忧
- 法律问题
- 关于子女的问题
- 帮助处理家庭关系
- 帮助处理有关照顾生病或年迈的父母的父母的问题
- 工作与生活的平衡
- 压力

### 工作问题

- 回答有关工作的问题
- 适应变化
- 管理冲突
- 工作关系和沟通
- 职业指导 — 做最好的决定
- 如何管理工作压力

### 个人问题

- 压力管理
- 处理愤怒
- 如何关爱自我
- 情绪低落或沮丧时怎么办
- 解答有关心理健康的问题
- 解答有关吸烟或喝酒方面的问题
- 管理中年危机/顾虑

## 国家

访问号码

**800 810 6605**

**400 650 6605**

电子邮件：[syr@chestnut.org](mailto:syr@chestnut.org)  
[chestnutglobalpartners.org/syr](http://chestnutglobalpartners.org/syr)

**SYRACUSE UNIVERSITY**

Faculty and Staff Assistance Program