

## EAP 關懷服務 ~

若您想瞭解自己的身心壓力指數，或是目前遭遇到壓力、焦慮或疲勞等狀況，除了可以直接連絡 EAP 專線諮詢困擾議題，也邀請您填寫以下連結之身心健康評量問卷，以便 EAP 專業服務人員可以了解您的情形。

臺東縣政府員工身心健康評量 <https://forms.gle/yfBVzSzd5WwnHy1h8>

或以手機掃描右方 QR code 填答：



請放心，所有問卷填答內容都會由 EAP 心理師進行專業判讀與解析。臺東縣政府關心每位工作夥伴的身心健康，鼓勵同仁能撥冗填答。倘評量分析若顯示同仁的壓力指數過高，將會由 EAP 心理師聯絡關懷以及邀請您做紓壓諮詢，為同仁分憂解惑。