

Сургууль сурах он жилүүд сэтгэлд амаргүй байж болно. Энэ талаар ярилцъя.

Гэрийн даалгавар, дээрэлхүүлэх, үе тэнгийнхний дарамт шахалт, дүн, сошиал медиа. Зарим өдөр энэ бүх зүйл ядаргаатай мэт санагдаж болно. Яг ийм л үед хэн нэгэнтэй энэ талаар ярилцвал үнэхээр үр дүнтэй байж болно. Мэдээж гэр бүлийнхэн, найз нөхөдтэйгөө ярилцаж болох боловч та таньдаг хүнтэйгээ ярилцмааргүй байвал хэнд хандах вэ?

Ийм л үед **Сургуулийн тусламжийн утас** тусалдаг.

Сургуулийн тусламжийн утас бол бусдыг хэрхэн сонсож, зөв асуултаа асууж, зөвлөгөө өгөхөө мэддэг сэтгэцийн эрүүл мэндийн эмч мэргэжилтэнтэй сурагч, тэдний гэр бүлийг холбож өгдөг үнэ төлбөргүй, нууцыг хадгалсан үйлчилгээ юм. Та, танай гэр бүлийнхэн энэ үйлчилгээ 24 цагийн турш авах боломжтой.



Тусламж хэрэгтэй юу? Бидэнтэй холбогдоорой.

Залгахын тулд хэн ч Cigna компанийн үйлчлүүлэгч байх албагүй. Хэрэв та сургуульд сурдаг эсвэл сургуульд сурдаг хүүхэдтэй **Сургуулийн тусламжийн утсыг танд зориулан бий болгосон юм.**

Сургуулийн тусламжийн утас:

833-MeCigna
(833.632.4462)

Бид хоногийн 24 цаг, долоо хоногийн 7 өдөр, жилийн 365 хоног ажилладаг.



ҮНЭ ТӨЛБӨРГҮЙ.

Танаас ямар ч төлбөр авахгүй тусламж үзүүлнэ. Өөр яриагүй.



НУУЦ

Бид таны нууцыг задруулахгүй. Та овог, нэрээ хэлэх ч шаардлагагүй.



МЭРГЭЖЛИЙН

Сэтгэцийн эрүүл мэндийн мэргэшсэн, туршлагатай эмчтэй ярилцаарай.





Танд юу
тохиолдож байгааг
бид ойлгож байна.
Одоо бид
таны дуудлагад
хариу өгнө.

Тиймээс бид зүгээр сонсоод суудаггүй. Сурагч, тэдний гэр бүлд өнөөдөр ямар хүндрэл бэрхшээл тулгарч байгааг ойлгохын тулд бид бас судалгаа шинжилгээ хийсэн.

Ачааг ганцаараа битгий үүрээрэй. Тусламж авах олон шалтгаан бий. Зарим нь түгээмэл, зарим нь илүү ноцтой. Аль нь ч байлаа хэрэв та эсвэл танай гэр бүлийн хэн нэгэнд дараах зүйл тулгарсан бол бидэнтэй өнөөдөр ярилцаарай.

- > Сэтгэл түгших
- > Сэтгэл гутрах
- > Хүчирхийлэл
- > Хооллох эмгэг
- > Дээрэлхүүлэх
- > Өөрийгөө гэмтээх
- > Хамаарал
- > Үе тэнгийнхний дарамт шахалт
- > Амиа хорлох бодол төрөх
- > эсвэл өөр бусад асуудал



Сэтгэцийн эрүүл мэндийн аливаа асуудлаар **Сургуулийн тусламжийн утас уруу залгаарай: 833-MeCigna (833.632.4462)**

14-өөс доош насны хүмүүс Сургуулийн тусламжийн албатай холбоо барихын тулд эцэг эх/асран хамгаалагчаас амаар зөвшөөрөл авах хэрэгтэй.

Together, all the way.®



Тухайн орон нутаг, хөтөлбөрийн төрлөөс бүтээгдэхүүний олноор хамаарах бөгөөд өөрчлөгдөж болно. Бүлгийн бүх даатгал, хөнгөлөлтийн хөтөлбөрт тусгай нөхцөл, хязгаарлалт, хөнгөлөлтийн хасалт, хүчинтэй байж эсвэл цуцалж болзошгүй даатгалын нөхцөл үйлчилж болно. Даатгалын төлбөр, дэлгэрэнгүй мэдээллийг авахаар Cigna компанийн төлөөлөгчтэй холбоо барина уу. Cigna компанийн бүх бүтээгдэхүүн, үйлчилгээг Cigna Corporation, Life Insurance Company of North America, Cigna Life Insurance Company of New York (Нью-Йорк, НИ) компани эсвэл тэдгээрийн салбар, нэгжээр дамжуулан үзүүлдэг. Журмын маягт: TL-004700 бусад.

952551MN 09/20 © Cigna. Зарим агуулгыг лицензийн дагуу толилуулав.