

# 教育部教師諮商輔導支持中心 教師個別諮商輔導服務指南

親愛的教師夥伴好：

我們是教育部教師諮商輔導支持中心，為協助轄屬教師在遇到工作或生活挑戰時，獲得心理專業的協助，特別規劃一對一的個別諮商服務，教師每人每年將可申請至多六次，每次諮商時間為50分鐘。本服務指南能協助您瞭解如何使用此項服務，分別以「諮商前」、「諮商中」、「諮商後」與「其他」四個部分，說明您如何做可讓這項個別諮商服務帶給您最大的幫助。

## 我需要諮商嗎？

如果您覺得最近…

- (1) 睡眠與飲食品質長期不良
- (2) 生活與工作已受嚴重影響
- (3) 嘗試其他方法都無法解決
- (4) 沒有信任的人能給予協助

請撥打諮詢專線，或上官網申請個別諮商服務，我們將主動瞭解狀況，安排適合的支持資源。

## 我需要做什麼準備呢？

邀請您想想，您對諮商有什麼期待呢？想透過這六次諮商獲得什麼幫助？

我們瞭解後，將以e-mail提供服務同意書，請您於二日內親簽確認並回傳。

提醒您，服務同意書正本請於第一次諮商時繳交給心理師。

## 迎接第一次諮商

希望您能安心迎接諮商，建議先整理想談主題並提前20分鐘出席，填寫相關資料。

提醒您，請攜帶身分證明文件確認身分，並將服務同意書正本交予心理師。

## 投入每一次諮商

諮商前，請記得簽到，作為投入晤談的準備。

諮商中，請如實地表達您內心的感受與想法，並將想談的困擾與心理師分享與討論。

諮商後，建議您思考過程中的轉變與收穫，並嘗試運用於生活中。

## 我們重視您的回饋

您的回饋將成為我們優化的力量，為持續提供 高品質個別諮商服務，邀請您每次諮商後上線 填寫服務回饋問卷。

## 您可以在這裡找到我們

諮詢專線：02-2321-1785

電子郵件：tcare\_co@ntnu.edu.tw

官方網站：請掃描右上方QRcode

粉絲專頁：教育部教師諮商輔導支持中心



## 如果您在離島或偏遠地區

我們瞭解您的地區較不方便使用個別諮商服務，必要時您可申請視訊諮商服務，並請留意下列事項，確保穩定且妥善的個別諮商品質。

第一次諮商仍須與心理師進行現場諮商。

心理師將與您討論視訊諮商相關規範，及雙方通訊設備、場地、進行方式與時間。其他流程皆比照現場諮商原則辦理。





教育部教師諮商輔導支持中心

# 教師個別諮商輔導服務Q&A

## 1.申請此服務，我會被其他人知道嗎？

不用擔心！

您是直接向我們申請而無需透過學校或他人，我們也不會提供任何形式的證明與診斷書。此外，在法律與中心的規範下，專業人員皆有遵守保密之責任。



## 2.申請此服務，會影響我的工作考核嗎？

完全不會！

教育部已訂立辦法保障教師，不會因為您接受服務，在工作、成績考核及其他相關權益受到差別待遇的對待，我們將盡全力保障您安心地使用本服務。

## 3.申請此服務，代表我是有問題的人嗎？

並非如此！

申請此服務代表您正積極面對自己的挑戰、願意主動尋找資源；透過個別諮商幫助自己，能以新的方式面對困境，相信每個人都需要安排時間沉澱心情，才会有充足的力量迎接更精彩的生活。

## 4.進行個別諮商的過程中，我可以向心理師請假嗎？

我們希望您能共同維護這項資源，若有請假或改約時段的需求，請至少於二十四小時前告知心理師，如您無故失約、當天臨時請假或遲到十五分鐘以上達兩次，本中心將終止您今年剩餘之服務次數。

此外，您的出席情況仍須遵守心理師服務機構的相關規定。



若有相關問題，歡迎來電詢問

**(02)2321-1785**

(一起幫我)



## 6.誰可以申請中心的個別諮商服務？

- 1.我們的服務對象包含教育部國教署主管之高級中等以下學校專任教師及代理教師，代理教師以其代理期間為限；前開學校校長得準用本要點規定。
- 2.我們鼓勵能以預防的心情、及早使用本服務，如前述教師具下列情事之一者，應依各該法規規定辦理，中心將暫不提供本服務，以確保個別諮商資源被妥善運用。
  - 經學校性別平等教育委員會調查屬實之校園性別事件行為人。
  - 經防制校園霸凌因應小組調查屬實之校園霸凌事件行為人。
  - 進入解聘、不續聘或終局停聘處理程序中之教師。

## 5.我會在哪裡以及和誰進行個別諮商呢？

我們將與全臺各地專業且具豐富資歷的心理師合作，並依照您的所在地與相關需求安排固定的諮商地點，為了保護您的隱私，地點並非是您的服務學校，而是各地合格的心理諮商機構。

