

## 社團法人新竹市諮商心理師公會

### ◆ 組織宗旨

本會成立於2007年，以聯合新竹市諮商專業工作人員、執行及發展諮商心理專業服務、維護會員權益及增進共同利益，促進民眾心理健康為宗旨。

### ◆ 服務對象與服務內容

會員：

1. 入退會申請與核發相關證明文件
2. 轉發相關機構徵才與教育訓練訊息
3. 心理師執業登記換證委託與諮詢
4. 辦理諮商工作者在職專業訓練研習
5. 提供諮商心理師相關法規諮詢
6. 不定期舉辦會員聯繫活動

社區民眾：

1. 提供民眾諮商服務資源的諮詢，並協助諮商服務資訊轉發、資源轉介
2. 不定期舉辦心理健康推廣講座與相關活動，促進社區心理健康提升

機關團體：

1. 與竹苗相關系所、各學輔中心合辦心理衛生推廣活動與專業進修課程
2. 受理其他機構之委託案件服務
3. 受理機關團體申請合作演講、成長團體、電影欣賞等相關活動



社團法人  
新竹市諮商心理師公會  
Hsinchu Counseling Psychologist Association

新竹市諮商心理師公會陪伴您  
一同走過生命幽谷，開創新的生命視野。



## 認識諮商心理師



在人生旅途中，每個人不免會遇到困境與挑戰，若因應得宜，則可順利通過考驗；但若適應不良，找不到面對與調適方法，可能會造成情緒困擾，甚而影響生理及生活作息。

生活遭遇自己無法面對的挫折時，除了親友相伴，諮商心理師可以協助您進一步瞭解自己所遭遇的問題，提升自我覺察能力，來改善問題和困境。

### ◆ 誰是合格的諮商心理師？

依法須有相關學系的碩士學位，完成一年全職實習，通過國家考試，取得證書，持有心理師執照才能夠稱為諮商心理師，並能從事諮商心理業務。

### ◆ 合格諮商心理師在哪裡？

1. **社區：**可洽詢社區心理衛生中心、社福機構、醫療院所。
2. **職場：**可至企業內人力資源單位，進行員工個別諮商。
3. **校園：**可洽詢大專校院諮商中心或各縣市學諮中心。

您也可至本公會網頁查詢相關專長的諮商心理師。



### ◆ 諮商心理師的服務主題、項目形式

服務主題：

- 一、**自我類：**自我探索、生涯議題、學業效能、專注力、時間管理。
- 二、**關係類：**兩性情感、同志情感、性別議題、家庭關係經營、親子溝通教養、人際關係、性議題。
- 三、**情緒類：**憂鬱焦慮、壓力調適、創傷失落、失眠、情緒管理、挫折調適、環境適應。

或是您有任何想探討的主題，都歡迎與諮商心理師進行討論。

服務項目：心理諮商、心理諮詢、心理衡鑑、心理健康相關主題活動帶領。

服務形式：視需要採用個別、團體、伴侶或家庭方式實施。

## 認識心理諮商



### ◆ 心理諮商是什麼？

心理諮商是諮商心理師運用心理學的專業知識及技能，幫助一個人由迷惑、掙扎的人生困境中，一步步將問題釐清，找到面對問題的力量，並進而發展出處理的方法。

在諮商歷程中，最常見的是運用

一對一談話的方式，其他也可能搭配藝術媒材，演劇、遊戲治療…等。

若對象為伴侶或家庭，則也可能同時多人進行晤談。

### ◆ 心理諮商的時間與收費方式

諮商的次數會隨個人要探討的議題以及心理狀況而調整，一般來說每週1次，每次約為50分鐘，期間由數週到數月不等。費用每次約為1,200-4,800，實際收費會依不同諮商師及是否有相關補助而調整。

伴侶與家庭諮商則通常每次約80至100分鐘，心理衡鑑則視情形而定。費用每次約為2,400-4,800，實際收費會依不同諮商師及是否有相關補助而調整。

### ◆ 心理諮商是保密的嗎？

諮商過程中一切談話內容及您的個人資料都是保密的，只有在特殊狀況下才可能打破這個保密原則，包含

1. 出現危及自己或他人生命的情況
2. 涉及法律責任及法律規定必須通報事項

而其他時候您在諮商中留下的資料都是以極機密的方式處理與保管的。

※如有其他關於心理諮商的疑問，歡迎至本公會網頁查詢相關資訊，或來電洽詢。

