

108 年度高雄市那瑪夏區衛生所免費心理諮詢門診時間表

高醫精神科醫師李柏翰	每月一次(依高醫支援門診時間-於當月底公告下個月門診時間)
心理諮商師	依本區個案需求(另行通知)
心理諮詢	護理長李秀花每星期二、四 上午 09:00-11:30
安心協談	呼頌牧師每星期三 上午 09:00-11:30

1. 聯絡窗口 護理長李秀花 聯絡電話 07-6701142 傳真 07-6701368 手機 0919769666

2. 本所提供安靜安全的心理諮商環境(單獨空間重視個人隱私及個資)

3. 若需要心理諮商師協助可與護理長聯絡安排

看：觀察，觀察自殺危險性，注意他有沒有與平常不同。

聽：傾聽，訓練聆聽技巧，做一個好的傾聽者。

轉：轉念，學習轉念及正向思考技巧，在傾聽完心中苦水後，如何個個擊破、換個念頭。

牽：牽起人際網絡，建構幸福捕手安全網，給予支持和陪伴。

走：嘿皮(Happy) 人生齊步走，給予人生的其他選擇、選頂，協助規劃新的方向、尋找新的生命重心。