

當心理師想被看見，我們可以怎麼做？

國際事務委員會羅明榮召集人

當諮詢心理師走進媒體與大眾視野，我們既有更多機會傳遞心理健康，也可能在無意間踏入倫理與法律界線。如何讓影響力不偏離倫理？法律的界線在哪？又該如何在對心理師高度期待的社會中，保持諮詢心理師的本位？本文試圖從諮詢專業的核心價值出發，思考諮詢心理師在公共空間的定位與責任。

一、從諮詢本質出發：慢、穩、準的專業價值

心理諮詢是一門協助案主理解自我、發展適應生活能力的專業，其核心特性在於「慢、穩、準」——慢於陪伴發展，穩於安全接納，準於通透討論。然而，隨著市場機制與媒體文化的快速變化，越來越多心理師被外部環境牽動，傾向追求「快、可見、立竿見影」。部分心理師開始經營自媒體、擔任代言人或開展副業，試圖以大眾化方式擴展影響力。

這樣的現象，引發了社會大眾、同行以及跨專業夥伴的多重回饋與討論。心理師陷入「社會影響力」與「專業倫理」之間的取捨，一不小心則偏離了諮詢的本位。

二、從國際視角看台灣，商品廣告是台灣的特殊現象

筆者身在全聯會國際事務組，與委員會成員探討多國心理師的商品廣告現象時（涵蓋歐美、韓國、新加坡、中國大陸、港澳及東南亞各地），發現台灣是唯一心理師跨足非心理職業內容進行商品推薦的國家，他國委員好奇台灣心理師商品代言之起因與倫理議題之探討。

多數委員們於他國職業之心理師普遍認為，推廣與心理專業無關的商品會削弱社會對諮詢的信任，甚至造成個案在治療室外不必要的投射，影響諮詢關係的穩定。心理師若能聚焦於心理健康、社會支持或教育推廣等議題，則更能兼顧專業與公共形象。例如：參與社會福利團體倡議、撰寫心理相關專欄、於媒體節目分享心理觀點，或進入機構帶領訓練等，皆為符合法規與倫理的實踐方式。

三、實作中養成倫理敏感度：從教育訓練談起

台灣心理師養成過程中，常可觀察到一種潛在的焦慮——對未來實務的不確定感，對經濟的擔心，老師擔心學生，學生擔心個案的無限循環，最後陷入文化二元真空，行為為擔心服務，偏離實務工作。筆者在美國接受研究所訓練的經驗中，注意到美國的訓練更強調「學術專業服務實務工作」的精神，教授在課程中安排著如何訓練學生發現實務問題、查找資料、發展思辨探討與運用於實務現場處理且檢討的歷程。這個養成的歷程幫助學生的更聚焦於實務面，讓諮詢專業並非空泛與模糊，找得到前人的脈絡，梳理自我的歷程，最後邁向整合與運用。

在社區諮商課程中，學生被訓練帶入商學院的思維，分析服務單位的對象與需求、資源網絡、諮商心理介入之定位，並練習開展的行動方案。透過這些實作，學生逐漸發展出個人專業定向。有人擅長系統溝通而走向個案管理，有人結合烹飪進行悲傷治療團體，有人協助非營利組織進行募款，變得是多元助人角色定位方式連結個案需求，不變的是納入倫理討論，包含計畫要編列預算都是需要練習的一環。老師與助教則在每個案例中，引導學生提升倫理敏感度，如：這個推廣活動花這麼高的預算，在偏鄉低收入戶的社區，看到過多的人為安排，若參與者不太知道怎麼自在參與時，心理師會如何運用這個狀態？

課堂中令筆者期待，透過同學們帶回社區機構五花八門的工作創意與歷程，課程討論總扣回倫理，不外乎「會對個案產生傷害嗎？」「我聽一個個案說那另外一個個案呢？」「我實在不知道怎麼辦時，可以真誠的表達求救嗎？」。

倫理敏感度不是單靠腦中知道，而是在真實互動中不斷練習、反思與內化的專業直覺，並同時建立起專業的防護資源網絡。

四、站在前輩的肩膀上，共同面對新時代議題

「若您在諮商工作中遇上倫理議題，您的下一步會是什麼？」

筆者在美國學習期間，每個實務課的老師們會選American Psychology Association(APA)和American Counseling Association(ACA)編撰的倫理法律實務相關書籍列入指定書籍，內容結合文獻與實務案件。實習課程中，老師會鼓勵大家學習「倫理兩難」困境思考練習與案例分析，如何在遇到倫理案件時，學會查找資料、支持同儕、建議擴張及收斂方向、倫理法律之職業資源等。學校幾個實習機構的最高主管，為該州豐富實務（需為合法該州諮商心理師督導）與學術經驗的教授，有時也會在危急或特殊案件時，同學們都很珍惜實況學習的機會，觀摩老師和資深實務經驗的學長姐進行倫理思考的梳理。理解諮商專業並關起門來做事，找到隊友一起慢慢磨練出來，一同面對當下的困境，真誠接納彼此的參與專業討論，為了無傷共好。

於此扣回主題，若心理師在進行非諮商專業相關廣告時，試著思考著這個商業推廣會對自身的個案工作產生什麼影響？會對同行在專業工作上的影響有哪些？接與不接商品廣告的兩難點是哪些？

五、公眾信任：從諮商專業走入大眾視聽

每位心理師都是諮商專業的守護者，隨著多變的大時代，大眾對心理諮詢的需求顯著增加。每一個諮商心理師成為諮商專業的門面，大眾透過心理師的工作認識諮商專業之定位。

心理師法第14條，諮商心理師業務範圍：

一、一般心理狀態與功能之心理衡鑑。

二、心理發展偏差與障礙之心理諮詢與心理治療。

三、認知、情緒或行為偏差與障礙之心理諮詢與心理治療。

四、社會適應偏差與障礙之心理諮商與心理治療。

五、精神官能症之心理諮商與心理治療。

六、其他經中央主管機關認可之諮商心理業務。

前項第五款之業務，應依醫師開具之診斷及照會或醫囑為之。

心理師可依據心理師法之業務範圍，執行心理專業知能推廣、心理衡鑑分享、身心健康相關等切入大眾環境，從法律位階看諮商心理師的基本認識起點，於此例幾點出發提供給各位同業先進參考。例如：面對青年自殺率上升的社會現象，心理師若願意分享不同世代的壓力與理解，促進社會溝通，即屬專業推廣的一部分。此類活動可透過線上講座、社區課程、出版書籍或媒體發表進行，其中若涉及個案內容，須事前取得同意並進行匿名化處理，以維護案主隱私與專業信任。

成為具有社會影響力的心理師，不在於曝光頻率，而在於以倫理「助人本位」的核心帶給大眾的信任度。當我們以誠實、穩健與尊重的態度走入公共視角，提供符合專業領域知能，心理專業便能在大眾心中建立起信任。

藉此機會感謝每位諮商心理師認真耕耘，打下今日大眾對諮商專業的信任，現在在台灣說到「心理師」多數民眾知道我們是誰，在法律與倫理對諮商心理定位的天秤上，珍惜著夥伴們培養起大眾對諮商心理的信任。唯有在堅守專業倫理與法律規範的基礎，共同思考前方新的挑戰，打造諮商專業穩定發展之路，才是心理師發會社會影響力的永續之道。

倫理

個案
利益

工作
倫理

專業
價值

專業討論空間

法律