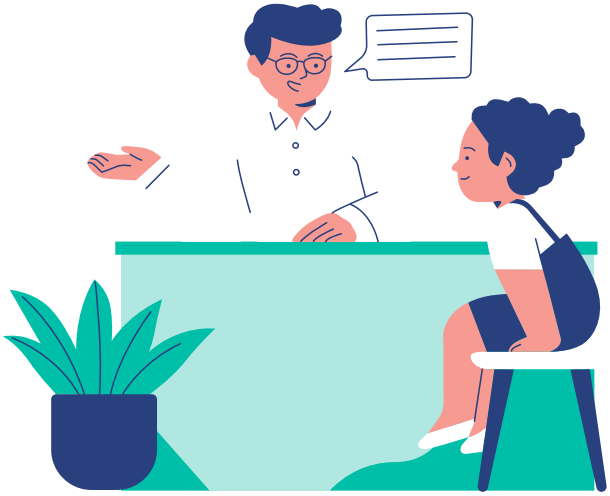
作何期望：心理健康服務

心理健康服務如何幫助兒童、青少年和家庭?

心理健康服務，包括咨詢和心理治療，可幫助人們改善情緒、心理和社交健康。透過客戶與其心理健康專家之間的治療關係，心理健康服務還可促進個人成長和改變。





有多個學科專注於與兒童和家庭合作，服務於他們的心理健康。作為 OAP 核心臨床服務之一，心理健康服務必須由受監管的專業人員提供，包括社工、心理學家、心理治療師和心理健康護士。

心理健康專業人員提供哪些服務?

輔導和心理治療，涉及評估和治療同時發生的心理社會和情緒挑戰，例如焦慮、憂鬱和情緒失調。客戶和治療師共同探索各種體驗，確定優勢和需求，並討論解決方案和應對策略。

心理健康專業人員經常與許多其他服務提供者合作，幫助個人和家庭實現他們的目標。通常，心理健康專業人員也會確保這些服務提供者進行有效溝通並合作。

誰可以提供心理健康服務?

社工可以為家庭提供若干種不同的服務。他們可以為您的孩子提供個人/家庭/團體輔導，以解決焦慮和其他併發病症的問題。他們可以協調服務，以確保團隊成員就服務/目標進行協作和溝通，並且可以幫助家庭申請適當的資金支持。



心理學家也可以提供多種服務來幫助家庭。他們可以提供自閉症和併發症狀的診斷和治療、心理教育和家長輔導，並且他們可以將服務委託給在其監督下的其他支持性專業人員，例如心理測量師和心理助理。



心理治療師可提供個人輔導，以改變兒童或青少年的思考、感覺、行為和社會功能。他們還提供家庭輔導，作為更大家庭系統的一部分為兒童提供支持。

心理健康護理師幫助家庭進行藥物管理，提供促進自我保健和健康生活方式的心理教育，並監測相關的健康問題，例如睡眠問題和便秘。

家庭如何獲得心理健康服務?

心理健康服務可以是公立的，也可以是私人的。學校、社區健康團隊和醫院、兒童心理健康機構以及兒童治療中心和網路都有公共資助的心理健康專業人員。私人收費診所、機構和診所也提供此類服務。



在選擇心理健康服務提供者時，選擇有資格的提供者非常重要。雖然安大略省沒有集中的心理健康專業人員名單，但是有心理學家、心理治療師、社會工作者和心理健康護士的相關監管協會，可以作為您的起點。您也可以聯絡您的社區和跨專業團隊，以了解您所在地區的有資格的服務提供者。

了解提供者是否具有治療自閉症兒童和青少年的背景或實踐範圍也是同樣重要的。選擇心理健康服務提供者時要問的兩個問題是：「您以前曾治療過自閉症兒童嗎？」以及「您接受過自閉症方面的專門培訓嗎？」。

請了解，對您孩子的心理健康提供支持是團隊協作的過程；您的心理健康服務提供者是您的治療夥伴，希望幫助您在治療計畫中發揮積極作用。由您提出問題、自我倡導和參與，對充分利用心理健康服務是至關重要的，以確保獲得對您的孩子和家庭最有益的學習體驗。



有關自閉症社區的更多資訊、資源和服務，請造訪 autismontario.com