臺南 TAINAN CITY

臺南市教師諮商輔導與員工協助方案(EAP)

陪伴你安心前行，讓身心平衡



您並不孤單・我們都在您身邊

生活與工作中難免遇到壓力與挑戰，
適時尋求協助，是照顧自己與他人的重要力量。
臺南市教育局提供教師諮商輔導與公務人員員工協助方案，
陪伴您安心前行，重拾身心的平衡與能量。

臺南市教師諮商輔導

使用對象：本市教師及本局約聘專輔人員

個人諮商
情緒困擾、壓力調適、人際關係、自我探索等。

團體輔導與成長活動
主題團體、工作坊、減壓課程等。

校園支持與資源連結
與學校合作，提供班級、導師與學生相關輔導資源。

保密專業・安心諮詢
專業心理師提供保密服務，陪伴您面對挑戰。



臺南市員工協助方案(EAP)

使用對象：公務人員、約聘／約僱人員、職工（包含技工、工友、駕駛）、駐衛警、臨時人員

心理支持與諮商服務
情緒調適、壓力管理、憂鬱焦慮、工作倦怠等個人議題協助。

工作與生活平衡協助
人際溝通、家庭關係、親職教養、重大變故等。

管理諮詢與組織支持
領導管理、團隊溝通、職場衝突、組織變革等專業諮詢。

法律・財務・醫療等專業諮詢
提供法律、財務、稅務、醫療等專業諮詢服務。

安心專線・需要時，請撥打這些專線

安心專線	生命線協談專線	張老師專線
1925	1995	1980
24小時免付費	24小時服務	依各地服務時間
自殺防治諮詢安心專線	提供情緒支持與陪伴	提供心理諮詢與支持

臺南市教師諮商輔導及員工協助方案
教師諮商輔導與員工協助方案資訊（透過網路預約）

自殺防治網
提供您自我評估、求助資源與相關資訊（透過網路預約）

臺南市政府教育局 關心您