

服務 02



心理諮商 (身心健康諮商)

把一個人默默承受的心情，交給一個可以安心訴說的地方。



Supra Mentor Co., Ltd.

兩類容易被忽略的員工

帶病工作的員工

- 確診後失眠、情緒低落、持續焦慮，心情始終無處安放
- 不想讓家人擔心，因此始終無法說出真實的心情
- 照顧患病家人的照顧者本身，也早已身心俱疲

外派人員、外籍員工及其家屬

- 異鄉生活、育兒與夫妻關係的摩擦，與派駐本身的壓力交織在一起
- 隨行家屬(配偶・子女)在當地陷入孤立，整個家庭都變得不穩定
- 找不到能用母語談心的諮詢對象

我們的方案：由具備臨床經驗的多語言心理諮商師提供一對一諮商。針對外派家庭，我們也提供伴侶與家庭諮商服務。

服務概覽

- 由臨床心理師等具備真實臨床經驗的諮商師提供線上心理諮商。以每週或隔週的固定療程，慢慢將「此刻的心情」化為語言
- 採用認知行為療法、壓力管理等具科學依據的方法，涵蓋憂鬱、焦慮、適應障礙、神經多樣性、接納疾病等課題
- 除一對一外，也支援伴侶、家庭、團體等形式——外派家庭的課題（夫妻摩擦、隨行家屬的孤立、子女適應問題）皆可以家庭為單位處理
- 定期使用國際標準心理量表（PHQ-9、GAD-7、WHO-5）追蹤狀態，讓變化可視化

進行方式(範例)

1. 免費30分鐘諮詢

2. 狀態評估(心理量表)

3. 每週至隔週療程

4. 也支援家庭・伴侶形式

5. 讓康復過程可視化

來自使用者的心聲

“ 跟隨先生派駐已經兩年。語言不通，也沒有朋友，常常一整天都沒跟任何人說過一句話。遇到能用母語交談的諮商師，光是聽到她說『那一定很不容易吧』，就成了我康復的開始。

30多歲女性・外派隨行家屬(使用家庭諮商)

“ 過去一段可怕的經歷常常閃回，情緒不穩定時能有人傾聽。在說的過程中，我逐漸理清了自己究竟在害怕什麼。最有幫助的是，我獲得了具體的自我照護方法，也學會了如何與身邊的人溝通。

30多歲女性・腦腫瘤治療中・全職員工

※為保護隱私，以下故事係根據多個真實案例重新整理而成，不代表特定個人。

專業團隊，以及我們對品質的堅持



由誰來陪伴您

- 由臨床心理師等具備真實臨床經驗的諮商師負責
- 日語・英語・中文・西班牙語・烏克蘭語多語言諮商團隊
- 如需診斷或藥物治療，將適當轉介至醫療機構，嚴格區分各自的角色分工



品質保障機制

- 定期使用PHQ-9、GAD-7、WHO-5等量表追蹤，絕不止步於「感覺好像變好了」
- 以契約保證不被評判、秘密受到保護的安全空間
- 首次療程滿意保證7日內全額退款)

多語言，讓支持真正送達

支援日語、英語、中文(繁體／簡體)、西班牙語、烏克蘭語。心理支持的深度，往往取決於是否能用母語表達。不經翻譯轉述，我們希望原原本本接住每個人的話語。

AI × 真人的結合 — 療程之間也不遺漏



專屬AI夥伴

- 基於ICF認證的癌症旅程教練體系所做的「心理狀態檢測」，將為您生成專屬的AI夥伴
- 對話越多，它就越了解您、不斷進化，並帶來日常自我照護的建議
- 不放過情緒的每一次起伏，成為通往下一次療程的橋梁



真人提供的免費支持

- 免費文字諮詢與免費30分鐘視訊諮詢，皆由真人協調員對應，而非AI
- 每次療程後，諮商師都會送上記錄與回顧，確保支持不中斷
- 狀態不佳的日子，也可靈活調整形式（僅語音・文字訊息等）

療程之外的168小時（整整7天）該如何度過，才是讓諮商真正發揮效果的關鍵。AI夥伴的日常自我照護建議，加上真人免費文字諮詢，共同支撐著通往下一次療程之前「獨自一人的夜晚」。

值得信賴

信賴的背景



國際合作

將源自美國UCSF腦腫瘤中心的生存關懷計畫在地化並提供，具備實際合作經驗



獲獎紀錄

榮獲AYA癌症醫療與支援研討會「AYA活動獎勵獎」



學會發表

於國際腫瘤支持治療學會 (MASCC) 發表海報2次，並於AYA癌症醫療與支援研討會學術大會上就生存關懷計畫進行發表



獲得推薦

Susan Chang博士 (UCSF腦腫瘤中心 腦神經腫瘤科主任) / Shariann Tom (國際教練聯盟ICF認證機構Cancer Journey Institute執行長) / 荒木篤實先生 (VELTRA株式會社 創辦人兼董事)

開始使用

從一項服務開始也沒問題

企業與團體客戶

- 不需要一次導入全部5項服務，單一服務也可獨立導入
- 適用範圍、使用上限、報告形式皆可個別設計（報價免費）
- 使用方式匿名。人資部門僅收到匿名彙總報告

個人客戶

- 可先從免費30分鐘視訊諮詢或免費文字諮詢開始（皆由真人對應）
- 即使還不確定哪項服務適合自己，也歡迎先聊聊看
- 首次療程若不滿意，提供7日內全額退款保證

歡迎先聊聊看。

info@supramentor.net | <https://supramentor.net> | 線上服務・全球可用・嚴格保密