



Korean | 한국어

headspace에 대하여

소개

저희는 12세에서 25세 사이의 청소년/청년들과 그들의 가족들에게 무료로 서비스를 제공합니다.

저희는 센터에서 대면으로, 혹은 전화나 온라인으로 서비스를 제공합니다.

저희는 다음에 대해 지원합니다:



정신건강



신체 건강



일과 학업



알코올 및 기타 약물

저희가 도움을 드리는 방법

여러분의 웰빙과 정신건강을 돌보는 것은 신체 건강을 돌보는 것 만큼이나 중요합니다.

다음의 경우 여러분을 도울 수 있습니다:



학교나 직장에서 어려움을 겪음



어떤 코스를 선택해야 할 지, 어떠한 직업을 찾아야 할 지 잘 모름



스트레스를 자주 받거나 슬프거나 걱정이 많음



신체적 질환을 앓고 있음



식사나 수면에 문제가 있음

headspace 직원들은 여러분의 강점과 목표에 중점을 두고 어려운 시기에 있는 여러분을 도울 수 있습니다.

여러분의 가족 또한 환영합니다. 저희는 가족들이 여러분을 지원하도록 돕습니다.

첫 상담 전에 어떤 일이 생기나요

여러분의 첫 상담은 headspace가 여러분에게 적합한 곳인지 여러분 자신이 파악하기 위함입니다.

상담 약속을 잡고 싶으시면, 저희에게 전화하거나 이메일을 보내세요. 대면, 전화 혹은 화상 통화로 상담을 할 수 있습니다.

예약을 원하지 않으시면, 저희 센터 중 한 곳을 방문하실 수 있습니다. 그러면 가능한 빨리 저희가 여러분을 지원할 수 있는 사람을 찾아드릴 것입니다.

여러분과의 첫 상담 전에, 다음을 요청할 것입니다.



등록 양식 작성 및 세부사항 확인



간단한 온라인 설문조사 작성



headspace 직원에게 다음에 대해 이야기 해주십시오:

- 지금까지의 기분 상태
- 노력하고 싶은 목표

사생활 보호



저희 서비스는 비밀을 보장합니다. 이는 저희가 여러분의 개인 정보나 여러분이 한 말은 어느 누구와도 공유하지 않을 것이라는 의미입니다. 단, 저희가 여러분 정보 혹은 여러분의 말을 공유하는 경우는, 공유해도 좋다고 여러분이 허락했거나 누군가를 심각한 위험으로부터 보호해야 하는 경우입니다.

저희와 연결하는 방법

웹사이트 방문:

headspace.org.au

전화:

1800 650 890

근처의 headspace 센터 찾기:

headspace.org.au/online-and-phone-support/connect-with-us

온라인으로 저희와 연결하세요



headspace 전국 청소년 정신건강 재단은 호주 연방 보건부의 기금으로 운영됩니다.

