

# 关于 Talkspace: 家长和监护人的常见问答集

学业压力、人际关系、朋友矛盾——青少年的生活可谓千头万绪。因此，纽约市通过新项目“NYC Teenspace”（纽约市青少年空间），为全市 13 至 17 岁的青少年**免费**提供 Talkspace 治疗师、心理健康资源等。

## 如何操作

- 您的青少年子女可访问 [talkspace.com/nyc](https://talkspace.com/nyc)，输入他们的出生日期和地址以获得资格。
- 他们要回答几个关于自己和治疗偏好的问题。
- 他们将输入一名家长或监护人的电子邮件地址，然后您会受到电子邮件并以此提供同意书。
- 根据青少年子女的困扰和治疗师的专长等因素，他们通常会在 24 小时内与治疗师实现匹配。
- 您的青少年子女每月可以接受一次实时视频治疗和无限次短信治疗。治疗师一般每周五天，每天都会回复。
- 您的青少年子女还可以通过 Talkspace Go 应用程序参加在线心理健康练习和互动课程。



## 常见问答集

### 谁有资格参加，费用是多少？

该计划面向任何 13 至 17 岁的 NYC 居民免费提供。

### Talkspace 的治疗师拥有执照和资格从事青少年工作吗？

Talkspace 的治疗师拥有社会工作、专业咨询、婚姻家庭治疗等方面的执业资格，并且都符合美国国家质量保证委员会 (National Committee for Quality Assurance, NCQA) 的资格标准。Talkspace 治疗师接受过与包括青少年在内的所有年龄段的个人打交道的培训，可以解决影响青少年的各种心理健康问题。

### 是否有讲除英语以外其他语言的治疗提供者？

Talkspace 的治疗师可以用 30 多种不同的语言提供治疗，并提供 120 种语言的翻译支持。

如果您的青少年需要讲除英语以外其他语言的治疗师或需要翻译支持，请联系我们的团队：

[help.talkspace.com/hc/en-us/requests/new](https://help.talkspace.com/hc/en-us/requests/new)。

### 是否需要家长同意？

除本州《心理卫生法》(Mental Hygiene Law) 规定的特殊情况外，法律规定必须征得家长（或法定监护人）的同意。您的青少年子女会被要求提供您作为家长/监护人的联系信息，Talkspace 会向您发送电子邮件，让您签署同意书。

### 我可以联系青少年的治疗提供者吗？

如果有紧急问题，家长/监护人可以随时联系治疗提供者；但是，未经您的青少年子女的同意，治疗提供者可能无法与您分享您的青少年子女的信息。您的青少年可以在 [help.talkspace.com/hc/en-us/article\\_attachments/11096705277723](https://help.talkspace.com/hc/en-us/article_attachments/11096705277723) 上填写《隐私和限制条例》(Privacy and Limitations) 表来表示同意，并将其通过电子邮件发送至 [recordrequest@talkspace.com](mailto:recordrequest@talkspace.com) 获得处理。

### 如何确保我的青少年的数据受到保护？

Talkspace 平台符合《健康保险可移植性和问责法案》(Health Insurance Portability and Accountability Act, HIPAA) 的要求。该法案是一部保护患者敏感健康资料的联邦法律。如需了解更多信息，请访问 [hhs.gov/hipaa/for-individuals/index.html](https://hhs.gov/hipaa/for-individuals/index.html)。客户数据在数据库中和从青少年的设备中来回传输时都经过加密。

### 青少年可以在 NYC Teenspace 注册多长时间？

该计划将持续运营到 2026 年 11 月。如果一名客户在此之前年满 18 岁，他们可以与治疗提供者合作至当年的 6 月 30 日，届时治疗提供者将与客户分享继续治疗的选择方案。

### 在线治疗有效吗？

研究表明，在治疗最常见的情绪和行为健康问题（例如：抑郁、焦虑、化学品依赖、压力、创伤后应激障碍 (Post-traumatic stress disorder, PTSD) 等）时，短信疗法可与传统疗法一样有效。

## 还有更多问题吗？

请访问 [talkspace.com/nyc](https://talkspace.com/nyc) 中的常见问答集全文。