

專業倫理識讀(一)

心理師可以和個案談戀愛或發生性關係嗎？

2025.12

在民眾心理健康意識抬頭，與政府方案推動下，心理諮商是面對人生挑戰或困境時的可用資源。有效的心理諮商，除了仰賴心理治療理論方法，更根本的是「專業倫理」。這是心理師務必要遵守的工作原則，更是對個案的保障。我們將推出『給民眾的心理話系列』，邀請大家認識專業關係的樣貌，也認識個案的權益。

就從許多人好奇的第一個問題開始：

心理師可以和個案談戀愛或發生性關係嗎？

專業倫理的明確答案：不可以。

在心理諮商領域，有一條全球一致的專業底線：心理師不能在治療期間與個案談戀愛或發生性關係。

這不是灰色地帶，而是 100% 的明確禁止。

有些人可能會問：「如果雙方有好感、甚至是個案主動呢？」

答案仍然是否定的。

因為這樣的關係包含權力不對等，容易造成情感剝削與嚴重傷害，即使當事人同意，也無法降低風險，更不能被正當化。

為什麼被嚴格禁止？

心理諮商建立在「專業、信任與安全」的基礎上。

一旦心理師同時扮演「治療者」與「情人」，就會產生複雜的多重關係，帶來以下風險：

1. 當事人的脆弱性容易被利用

多數人是在情緒低落、生活困難或感到孤立時尋求諮商，在這種情境下，心理師握有明顯的專業與權力優勢。若此時發展親密關係，個案可能陷入混亂、自責或羞愧，甚至遭受更深的心理創傷。

2. 破壞治療界線，讓治療失焦

情感介入後，心理師無法保持客觀判斷，治療焦點可能從「協助個案」轉為「維持私人關係」，讓治療失焦甚至失效。

3. 傷害可能持續多年

研究顯示，與治療師產生親密關係的個案，往往在關係結束後出現：自責與羞愧、被背叛感、無法再信任心理師或他人、情緒與人際創傷惡化，這些影響可能延續多年，也可能使個案不敢再尋求心理協助。

國際倫理規範怎麼說？

美國諮商學會 ACA

- A.5.a：禁止諮商師與現任個案及其親友建立情愛或性關係。
- A.5.b：結束治療後 5 年內仍禁止；5 年後若要交往，需證明不會造成傷害。

美國心理學會 APA

- 10.06：禁止與治療中的當事人及其重要他人發生性接觸。
- 10.07：禁止對曾有性接觸的人提供治療。
- 10.08：治療結束後至少兩年內不得發展情感或性關係。

雖然部分倫理規範提及「2～5 年後可考量」，但國際共識仍是：心理師原則上不應與過往個案交往。

此外，各國倫理規範也禁止心理師對學生、受督者、病患等進行情感或性剝削。

心理師也會被告白嗎？會心動嗎？

心理師在工作中可能遇到個案的告白、曖昧投射，甚至自己也可能產生情感。但真正的專業在於：心理師必須辨識並處理這些情緒，並確保界線清晰。維持安全界線是心理師的基本責任。

如果你在諮商中感到不舒服 … …

若你曾在諮商中覺得：心理師的互動過於親暱、被性暗示、被不適當觸碰、被心理師邀請曖昧，**請記住：這不是你的錯。**

你有權利拒絕、尋求協助、向機構或心理師公會反應或申訴。