

出國報告（出國類別：考察）

考察心理健康業務推動經驗計畫

服務機構：教育部學生事務及特殊教育司

姓名職稱：吳司長林輝

派赴國家：日本東京

出國日期：114年5月14日至114年5月21日

報告日期：114年7月16日

摘要

隨著我國高等教育政策日益重視學生心理健康議題，尤其在少子化、社會變遷與全球化挑戰下，學生所面對的壓力與困境愈加複雜。教育部(以下簡稱本部)於 114 年 5 月 14 日至 5 月 21 日組團前往日本東京，進行「大專校院學生心理健康與支持體系」之考察，共計 20 名成員參與。本次考察行程涵蓋：日本文部科學省、東京大學等 6 所大學、日本學生相談學會、慈濟日本分會及臺灣留日東京同學會，了解學生在地的支持需求與實際狀況。透過實際交流座談及設施參訪，本團與日本學界及實務工作者深入交換制度經驗與合作可能，全面了解其心理健康支持體系的規劃與實務操作。此次考察成果，將作為本部未來研擬大專校院心理健康政策、建構支持體系、培育人才與拓展國際合作之重要參考依據，協助我國因應學生心理健康服務日益多元與專業化之發展需求。

目次

壹、前言-----	3
貳、考察行程及考察人員-----	5
參、考察過程-----	7
肆、綜合心得感想與建議-----	77
伍、總結展望-----	85

壹、前言

一、緣起

隨著臺灣高等教育政策的發展，學生心理健康議題日益受到重視，學業壓力、就業競爭等因素，使大學生面臨的心理壓力顯著增加。政府與教育機構開始加強相關政策的推動，鼓勵校園內舉辦各類心理健康促進活動，如辦理心理健康講座、工作坊，以提升學生的心理素質。

臺灣的大學在推動心理健康支持方面採取了多項措施，許多學校建立了專業的輔導系統和心理健康教育課程，以幫助學生應對各種問題。雖然各校之間的資源配置和實施效果存在差異，但這也為學校提供了改進的機會。隨著對心理健康的重視日益增加，未來有望見到更全面和均衡的支持措施，進一步提升學生的心理福祉。日本與臺灣比鄰，日本政府和教育機構對心理健康的重視程度高，資源投入相對穩定，積極應對學生可能面臨的心理壓力問題，鼓勵學生及時反映，並提供多樣化的支援和資源窗口。日本的大學通常設有專業的心理輔導團隊，並且建立了良好的轉介系統，能有效協助學生應對心理健康問題，因此日本在這一方面的經驗可作為臺灣良好的借鑒。

在政策推動、資源配置和專業人員的分工合作等方面，臺灣仍有提升空間。此次訪問計劃旨在透過參訪日本大學及相關機構，深入了解其在校園心理健康、社工與心理師合作，以及精神疾病學生與醫療體系間的銜接等相關經驗。作為臺灣未來在大學心理健康發展中的重要參考，透過了解日本的系統化心理健康教育，建立更完善的心理健康服務體系，為學生的學習與生活提供更堅實的保障。

二、考察目的

本次考察團擬參訪日本大學及相關實務機構，瞭解其在校園心理健康促進、專業分工合作與支持機制等實務運作，特別關注有特殊心理健康需求學生之支持措施與其與醫療系統的銜接方式，期能作為臺灣未來政策與實務發展之參考。

簡述考察目標如下：

- (一)了解政策背景：了解日本在高等教育中促進大學生校園心理健康的政策背景及推動情形。
- (二)探討分工與合作：日本校內社工師與心理師之間的分工及合作模式。
- (三)了解大學與醫療系統之間的合作模式：探討校園內精神疾病學生如何與醫療系統合作，支持其心理健康。

貳、考察行程及考察人員

一、考察行程

考察期間：2025 年 5 月 14 日至 5 月 21 日		
日期	行程	地址
5/14 (三)	臺北松山 (TSA) - 東京羽田 (HND) (華航 CI220)	
5/15 (四)	文部學省 (在日本臺灣流協會)	東京都港區六本木 3 丁目 16 番 33 號青葉六本木大樓 7 樓
	慶應義塾大學 (日吉校區)	神奈川県横浜市港北區日吉 4-4-1
5/16 (五)	國立大學法人御茶水女子大學	東京都文京區大塚 2-1-1
	日本藥科大學學生課 (埼玉校區)	埼玉県北足立郡伊奈町小室 10281
5/17 (六)	慈濟東京分會日本分會 與金澤工業大學	東京都新宿區大久保 1-2-16
	報告撰寫討論	
5/18 (日)	臺灣留日東京同學會	
	報告撰寫討論	
5/19 (一)	東京大學 (本郷校區)	東京都文京區本郷 7-3-1
	筑波大學 (筑波校區)	茨城県筑波市天王台 1 丁目
5/20 (二)	日本學生相談學會 (在大正大學)	東京都豊島區西巢鴨 3-20-1
	早稻田大學 (戸山校區)	東京都新宿區戸山 1-24-1
5/21 (三)	東京羽田 (HND) - 臺北松山 (TSA) (華航 CI221)	

二、考察人員

	單位	職稱	姓名
教育部			
1	學生事務及特殊教育司	司長	吳林輝
2	學生事務及特殊教育司	科長	楊奕愷
3	學生事務及特殊教育司	專員	蔡維濬
慈濟大學			
4	醫學科學研究所/校長室	教授/校長	劉怡均
5	教育研究所/副校長室	教授/副校長	何繼琪
6	藥學系/學生事務處	教授/ 學生事務長	牛江山
7	經營管理學系/全球事務處	副教授/ 全球事務長	郭又銘
8	人類發展與心理學系/學生諮商中心	助理教授/主任	莫少依
9	全球事務處	組員	胡庭萱
10	秘書處	組員	葉延盈
教育部大專校院學生事務工作協調聯絡中心			
11	實踐大學餐飲管理學系/學生事務處	副教授/學務長	張宏生
12	龍華科技大學電子工程系/學生事務處	副教授/學務長	王延年
13	國立中興大學農藝學系/學生事務處	教授/學務長	楊靜瑩
14	國立成功大學生物科技與產業科學系/ 學生事務處	教授/學務長	洪良宜
教育部輔導工作協調諮詢中心			
15	東吳大學健康暨諮商中心	主任	王佳玲
16	國立臺北商業大學財政稅務系/ 心理諮商組	副教授/組長	石雅惠
17	國立雲林科技大學技術及職業教育研究所/ 諮商輔導中心	教授/主任	陳斐娟
18	國立高雄師範大學諮商心理與復健諮商研 究所/學生輔導中心	教授/主任	卓紋君
顧問及翻譯			
19	百年國際商務有限公司	總經理	薛美玉
20	百年國際商務有限公司	口譯	田中亜依

叁、考察過程

一、日本文部科學省

(一) 座談時間：2025 年 5 月 15 日上午 9 時 30 分至 11 時 30 分

(二) 座談地點：公益財團法人日本臺灣交流協會（東京都港區六本木
3 丁目 16 番 33 號 7 樓）

(三) 日方與會代表

1. 文部科學省高等教育局學生支援課：奧井雅博課長補佐、馬場亮介股長、小島尚子科員
2. 東京科學大學保健管理中心：安宅勝弘教授
3. 東京大學相談支援研究開發中心：高野明教授

(四) 參訪過程概述

考察團與日方代表首先交換名片並相互致意。文部科學省由奧井課長補佐代表致歡迎詞，我方則由教育部吳林輝司長與慈濟大學劉怡均校長致謝，並簡要說明本次考察重點。

隨後，文部科學省由奧井課長補佐、馬場股長及小島科員依訪談提綱依序說明重點，並邀請東京科學大學安宅教授與東京大學高野教授，針對大學學生輔導實務進行補充。

會中，我方針對諸多議題進一步詢問，包括大學設置精神科醫師、心理健康問卷納入學生健康檢查、以及將教職員與家屬納入諮商對象等，皆獲日方詳細回應。

此外，日方對我國立法明定「每 900 名學生設置 1 位專業輔導人員」表示驚訝，兩位大學教授亦表示羨慕，期盼文部科學省能在預算與人力資源上進一步支持大學端作。

(五) 座談內容重點摘要

1. 大學心理健康資源普及，惟服務模式因校制宜

多數日本大學設有保健管理中心或學生諮商室，並聘有精神科醫師提供精神醫療服務。部分學校提供免費或自費用藥，服務內容與模式依各校規模與資源有所差異。諮商師與

精神科醫師間維持緊密合作，部分小型學校甚至設於同一建物內，有利業務協同與聯繫。

2. 學生主動求助比例偏低，諮商資源配置差距明顯

日本大學的心理諮商服務以學生主動求助為主，惟受文化影響，實際使用者僅約占學生總數 5%。約九成大學設有諮商師，國立或規模較大者人力較充足。然而，相關法令並未明訂諮商師設置基準，多數學校諮商師與學生比為 1:1,500 至 1:2,000，遠高於臺灣規範，日方對臺灣每 900 名學生設置 1 位輔導人員的標準表示高度肯定。

3. 健康檢查與新生教育融入心理健康導向

學生健康檢查時，學校會實施涵蓋心理健康的問卷調查，以早期發掘潛在輔導需求者。部分大學亦於新生報到時，安排課程介紹諮商資源，並提供線上預約系統，以利學生熟悉服務並降低求助門檻。

4. 諮商服務對象涵蓋師生與眷屬，建構多元支持網絡

日本大學心理諮商服務以學生為主體，若學生無法親自前往，其教師、朋友或家人（保護者）亦可協助代為諮詢。多所大學亦提供教職員心理諮商，並舉辦相關培訓課程，使師長能及早發現需要協助的學生並進行適當轉介。學界普遍認為，教職員的心理健康亦對學生輔導成效具有正面影響。

5. 面對多元議題，建構跨部門合作機制

大學輔導議題日益複雜，除需因應國際學生需求提供多語言服務外，亦關注 LGBTQ+ 學生心理健康議題。對於風險較高的個案，需與醫療體系合作；若涉及自傷、暴力、違法打工等特殊情況，則需視個案與警方、律師、社工等專業單位合作處理。

6. 身心障礙學生合理調整服務法制化

文部科學省自 2024 年 4 月施行《障害者歧視解消法》，規定公私立大學均須提供合理調整服務，協助身心障礙學生

順利就學。相關措施需仰賴各校經驗交流，並透過平台共同研商與精進。

7. 政策推動與專業支援並重

除法規與政策指引外，文部科學省亦借重「一般社團法人日本學生相談學會」協助推動實務發展，包含：研發心理健康教育課程（目前以醫學院學生試辦，效果良好）、為教師與行政主管規劃培訓課程、以及與地方政府合作開發預防輕生教材等，有助於提升各校專業人力與輔導品質。

（六）心得與建議

本次赴日考察透過與文部科學省及日本頂尖大學之交流，得以深入了解日本高等教育體系中對學生心理健康的政策思維與實務運作。整體觀之，日本大學在資源布建與跨專業整合方面具高度彈性，然亦面臨文化與體制上的挑戰。對照臺灣現行制度，雙方各具優勢與可精進之處，相關觀察與建議如下：

1. 制度彈性與基準設置之權衡

日本並無明確法律規範大學應設置心理師或社工師之比例，導致各校資源配置存在顯著差異，部分學校人力相對不足。然而此亦反映制度上的彈性，使學校得依其規模、學生特性與地區需求調整服務模式。相較之下，臺灣自 2022 年起立法明定大專校院每 900 名學生需設置 1 名專業輔導人員，此一制度設計雖保障學生基本心理健康服務權益，亦獲日方高度肯定，但同時也使部分學校面臨人力補足與預算壓力。未來可考慮在維持最低服務基準下，適度開放多元服務形式與跨專業合作，以提升彈性與實務效能。

2. 文化因素對心理服務使用率之影響

日方坦言學生主動求助比例偏低，約僅佔學生總數 5%，此與日本社會普遍羞於表達困擾、重視隱私之文化有關。臺灣亦面臨類似情況，尤其在男性學生、理工科系或國際學生族群中更為明顯。日方透過健檢問卷、新生教育、友師制度等方式促進早期辨識與服務銜接，此為我國推動主動關懷機

制可借鏡之處。建議強化健康檢查與心理普篩之整合設計，並透過線上資源、低門檻管道與多語化服務，提升學生接觸與接受輔導的意願。

3. 精神醫療與諮商輔導資源整合

日本多數大學設有精神科醫師，且與校內心理師協同運作，形成醫療與輔導並行模式，對於需跨專業處理之高風險個案，尤具成效。臺灣目前精神科醫療資源主要由校外醫療機構支援，與校內諮商中心整合度有限。建議持續推動校園精神醫療支持服務，強化轉介機制與跨單位協作網絡，並評估設置駐校醫療人員或定期巡診之可行性。

4. 諮商服務對象擴展與系統性視角

日本部分大學將教職員與學生家屬納入心理健康支持體系，形成以學生為核心、環境支持為輔的全人關懷模式。此理念對於促進學生輔導成效、提升校園支持氛圍具有積極意義。臺灣雖已有零星學校為教職員提供諮商資源，但尚未制度化，建議未來可試辦教職員心理健康促進方案，並鼓勵學校在親職教育中加入心理健康議題，以拓展服務影響層面。

5. 應對多元議題之跨部門協作機制

面對自傷、暴力、非法打工、LGBTQ+、國際學生適應等多樣議題，日本大學普遍重視校內外協作機制，並依個案需求連結醫療、社福、法律等多方資源。臺灣亦逐步建置校安通報、三級輔導與學生關懷系統，但面對高風險或複雜個案，實務仍存在資源斷點與權責釐清之困難。建議強化跨部門合作指引與標準作業流程，並推動跨領域人才培訓，以提升整體應變能力。

6. 強化政策支持與專業團體連結

日本文部科學省透過與學生相談學會合作，支援學校方案發展、課程研發及人員培訓，展現政府與專業團體間良好互補關係。臺灣目前亦有台灣輔導與諮商學會、諮商心理學會、諮商心理師公會全國聯合會等組織參與政策倡議，未來

可進一步強化與民間團體、學校的夥伴關係，共同發展本土化教材、實務培力與研究推動機制，促進整體輔導專業的永續發展。

（七）結語

本次考察不僅深化對日本大學心理健康政策與實務之理解，更促進雙方在高等教育心理健康領域之交流與相互學習。日本制度強調彈性自主與跨專業整合，臺灣則具備明確制度保障與人力配置基準。未來我國應持續強化制度規範與實務現場間之有效連結，兼顧基準保障與彈性因應，並以學生需求為核心，建構全人關懷、前瞻創新、可近便民之高等教育心理健康支持體系。

（八）照片記錄



參訪團與日方代表合影留念



雙方代表交換名片



吳林輝司長致詞感謝並進行提問交流

二、慶應義塾大學

（一）座談時間：2025 年 5 月 15 日下午 2 時 30 分至 4 時 30 分

（二）座談地點：慶應義塾大學日吉校區（〒223-8521 神奈川縣橫濱市港北區日吉 4-4-1）

（三）日方與會代表

1. 三田學生部：森口充子課長
2. 日吉學生部：関優梨香課長
3. 協生環境推進室（障礙學生支援室）：山本晴道課長
4. 學生相談室室長：横田惠理子副教授
5. 學生相談室：中村麻里子助理諮商師
6. 學生相談室：高橋翠里助理諮商師
7. 學生相談室：浅野理佳助理諮商師
8. 學生相談室：高岡文子外國學生專責諮商師

（四）參訪過程概述

考察團於 2025 年 5 月 15 日下午前往位於神奈川縣之慶應義塾大學日吉校區進行交流訪問。該校創立於 1858 年，為日本歷史最悠久之私立大學之一，創辦人福澤諭吉倡導自由平等與知識普及理念，並強調「獨立自尊」與「協生共學」為核心教育精神，此理念至今深植於校園文化之中。

當日交流由雙方名片交換展開，隨即由慶應義塾大學相關負責人介紹學生輔導制度及心理健康支援政策，充分展現該校對學生人格養成及人際關係經營之重視。慈濟大學劉怡均校長代表臺灣考察團回應致謝，並闡述慈濟大學之輔導理念與證嚴上人創校精神。雙方透過簡報說明與問答互動，就學生心理支援、性別平權、多元包容等議題進行深入交流。

會談結束後，日方特別安排考察團實地參訪學生相談室，觀摩其心理支援設施配置。慶應義塾大學設置之「平靜空間」給予考察團深刻印象，該空間設計溫馨且具安定感，提供學生於輔導人員陪伴下調適情緒，協助其重拾內在平衡。另設有四間沙遊治療室，作為非語言心理療癒空間，透過象徵性物件協助學生表達情緒與處理創傷經驗，展現深具支持性之心理介入模式。

慶應義塾大學結合完善制度與人文關懷，除重視學生心理健康外，亦積極回應社會對多元共融之期待。考察團對其細緻的輔導體系與服務品質表達高度肯定，認為其實務經驗對臺灣高等教育推動學生心理健康工作具重要參考價值。

（五）座談內容重點摘要

本次考察團拜訪慶應義塾大學，深入了解該校在學生心理健康支援與特殊教育輔導方面之體系建構與實務運作。慶應義塾作為日本歷史悠久且兼具現代前瞻性之高等教育機構，在面對龐大學生規模與多校區分布之挑戰下，展現出結構嚴謹、理念鮮明且服務細緻之特色。以下內容依據座談交流成果，分八個面向進行詳細說明。

1. 學校規模與人力配置之挑戰與因應

慶應義塾大學目前擁有約 33,500 名學生，其中包含 28,000 名大學部學生、5,000 名研究所學生，以及約 2,200 名外籍學生。如此龐大之學生數量，對學生心理健康服務構成顯著挑戰。為此，學校於學生相談室編制 15 位專任心理師及 12 位兼任教師，主要分布於三田、日吉、矢上及信濃町四個校區，負責為全校六個校區學生提供服務。日方表示，為

平衡有限人力與龐大服務需求，其他校區雖無專任心理師駐點，但設有可提供支援之非諮商師人員，並輔以線上服務系統強化服務廣度與效率。

2. 學生相談室之功能與服務對象

學生相談室服務對象不僅限於學生，亦包含家長與教職員，特別是在面對學生問題時提供必要之諮詢與協助。依日方說明，學生諮詢議題中約五成與心理健康相關，如情緒困擾、焦慮及壓力管理；其餘則涵蓋人際關係、學習挑戰以及生涯規劃等面向。學生相談室不僅是解決問題之場所，更肩負心理健康促進與預防教育之重任，於問題發生前即提供支持與資源。

3. 與保健管理中心之協力機制

慶應義塾大學建立完善之跨單位合作機制，尤其在心理諮商與醫療支援方面表現突出。當心理師判斷學生需要接受精神科診療時，會透過介紹信轉介至校內保健管理中心之精神科醫師。雙方透過密切協作，持續追蹤學生狀況，確保個案獲得適切醫療與心理支持。此外，學生環境推進室則負責針對學生學習上之特殊需求提供配合與協助，形成跨處室整合之支援網絡。

4. 身心障礙學生支援制度與融合教育實踐

2022 年慶應義塾大學於日吉校區設立「障礙學生支援室」，專門服務精神障礙及發展障礙學生。該機構推行「ASK IN 支援」模式，積極納入學生成為支援網絡之一環，並實施通用禮儀（Universal Manner）培訓，使支援者能掌握具體知識與適當態度。此融合教育實踐強調教職員、學生與當事

人之合作，體現慶應義塾「協生」之核心理念，促進校園多元共融。

5. 協生環境與性別平等推進

慶應義塾大學高度重視「協生」(coexistence)精神，致力營造多元共融之校園文化。透過 BREEZE 計畫(慶應 Breeze 計畫係該校為支持女性學生身體健康而設立之關懷項目)，校方於女性洗手間提供免費衛生用品，並設置平靜空間，提供給對環境敏感或情緒起伏之學生使用。此外，學校舉辦涵蓋身體知識、性別認同與健康議題之講座，並透過 SOPI 專案，為多元性別學生提供專屬支持工作坊，展現積極推動性別平等與多元性之具體作為。慶應大學醫院亦與健康中心合作成立「男女身體健康諮詢角」，為師生提供專家諮詢、健康講座及多元健康促進服務，致力打造包容且關懷身心之校園環境。

6. 心理健康教育與團體活動推動

慶應相談室不僅提供個別心理諮商服務，更積極推廣心理健康教育。每年定期舉辦五至六場團體活動，包含時間管理、溝通技巧等主題，並結合箱庭療法等體驗課程。線上講座曾吸引超過 180 名學生參與，反映學生之高度需求。新生開學時會獲得相關心理健康資料，而教職員亦有專屬研習機會，以提升全校對心理健康議題之敏感度與應對能力。

7. 多校區整合與數位化服務機制

面對六個校區分布與人力有限之實際狀況，慶應實施「初診面談必須實體，後續諮詢可線上」之混合式服務模式。此制度使學生能跨校區使用四個主要校區之學生相談室，並透

過線上系統彈性預約及持續追蹤，特別在疫情期間展現其必要性與實用性，保障心理健康服務之可及性與連續性。

8. 多層次支持與學生參與機制

慶應義塾大學建立多層次支援體系，除專任心理諮商師外，亦透過兼任教師與同儕支援網絡提供初步學習及生活協助。學生可透過申請參與志願服務，接受培訓後成為支援者，推動校園內「共學共助」文化。此制度不僅深化學生間互助關係，亦有助減輕專業人力負擔，強化整體心理健康氛圍。

（六）心得與建議

本次參訪慶應義塾大學，深刻體會該校在理念貫徹、組織協調與實務推動上展現之高度整合與創新精神。以下分八項提出具體心得與建議，期望對臺灣高等教育學生支援體系建設有所助益：

1. 落實理念與制度之一貫性

慶應義塾大學以「獨立自尊」與「協生共學」作為核心理念，自創校以來持續於教學、支援服務、空間設計與員工培訓中具體落實。此種理念與制度環環相扣之實踐模式，值得臺灣借鏡。我方在建構學生支持系統時，也應強化校級層面理念之整合與縱向連結，避免制度與實務脫節。

2. 強化跨單位協作與功能分工

該校心理師、精神科醫師與學生事務人員形成明確分工並建立高度互信之合作網絡，能迅速因應學生心理變化與需求。此種機制有助降低資訊不流通與服務重疊問題，臺灣校園可仿效其作法，促成跨處室協同合作，提升服務效率與品質。

3. 建立融合教育之實務平台

將身心障礙學生納入校園共生體系，推行通用禮儀課程並推動學生參與支援，為融合教育提供實務範本。我方亦可推動由學生主導之輔助平台，提升全校對特殊需求學生之敏感度及行動力，深化融合教育之校園文化。

4. 推動學生參與之志願機制

透過培訓使學生投入志願支援，不僅強化人際理解，亦創造自助助人之學習經驗。臺灣可擴大同儕支持系統之發展，作為專業諮商資源之延伸，同時紓解專業人力壓力。

5. 導入預防導向之心理健康策略

慶應大學學生相談室重視預防與教育功能，持續透過講座、資料及教師研習推廣心理健康意識。臺灣高校也應強化教師心理狀況辨識與初步介入能力，建立常態化心理健康教育活動。

6. 因應大型校園之數位化服務整合

面對多校區分布之挑戰，慶應「初診實體、後續線上」之混合服務模式兼顧彈性與效率。臺灣亦可設置區域性服務中心，搭配數位預約與追蹤系統，提升服務可及性。

7. 落實性別平權與多元共融之空間設計

將性別平權與身心多元需求融入空間規劃與活動設計，提供平靜空間、免費衛生用品及多元性別講座。臺灣高等教育雖逐步推進性別教育，但在具體支持措施上仍有不足，可參考該校作法，深化實務層面之支持。

8. 建構系統性專業發展機制

該校重視專業人員持續培力與跨領域合作能力養成，並定期檢視服務品質與成效。由此可見，加速推動各大專校院建置專業督導制度，強化學生輔導人員之專業知能，並落實定期服務成效評估，作為持續精進心理健康支持體系之依據，實屬當務之急。

（七）結語

本次前往慶應義塾大學之交流訪問，為我方深入理解日本高等教育心理健康與學生支持體系提供寶貴契機。透過實地參訪與深入座談，考察團得以全面掌握該校在面對龐大學生人數、校區分散與需求多樣等挑戰下，如何整合理念、制度與專業人力，建構出一套具前瞻性、彈性與關懷兼備之學生支持架構。

慶應義塾大學不僅體現「協生」與「獨立」之核心精神，更展現其對多元性別、身心障礙、情緒困擾等議題之細緻回應與實質作為。從「平靜空間」設置到學生參與式支援系統，皆展現制度化與人性化兼具之輔導理念。特別值得一提的是，該校重視預防性心理教育、推動性別平權、建立融合教育平台，以及有效運用數位技術突破空間限制等作法，皆為當前高等教育面對變動社會與人口多樣化之重要因應方向。

在參訪過程中，我方亦深刻感受到該校將學生視為主體、支持者與共學者之教育態度，展現高度尊重與信任之教育觀。其跨單位協作、以學生為中心之支持系統，為臺灣高等教育深化心理健康政策及推動普及輔導體制提供可資參考之重要藍本。

(八) 照片記錄



參訪團與日方代表於慶應義塾大學日吉校區合影留念



慶應義塾大學日吉校區設有障礙學生支援室，專責協助精神及發展障礙學生

圖為障礙學生支援室外觀



成功大學洪良宜學務長及東吳大學王佳玲主任代表提問

三、御茶水女子大學

(一) 座談時間：2025 年 5 月 16 日上午 9 時至 11 時 30 分

(二) 座談地點：御茶水女子大學（東京都文京區大塚 2-1-1）

(三) 日方與會代表

1. 理事兼副校長（教育改革與招生考試改革）：曹基哲教授
2. 理事兼副校長（國際交流）：石井 Kuntz 昌子教授
3. 學生相談室：池田麻由子講師

(四) 參訪過程概述

本次參訪交流於該校本館第一會議室進行，由兩位副校長及學生相談講師熱情接待。踏入小而美之校園，兩旁整齊排列銀杏樹夾道，通往後方國中部與高中部教室，大學部主建築則位於正前方。交流會議室位於主建築二樓，從廳堂兩側對稱樓梯拾級而上，樓梯間窗戶裝飾巴洛克風格藝術裝置，一邊描繪白天粉紅櫻花之雅致，另一邊呈現夜晚櫻花之風姿，整體氛圍典雅秀麗。

首先由雙方進行名片交換，接著由石井副校長代表日方致詞歡迎，並由曹基哲副校長簡報學校概況，詳述御茶水女子大學之歷史沿革、教育特色、學生組成與學術研究發展方向，讓臺灣訪問團對該校有全面初步認識。隨後由慈濟大學劉怡均校長代表臺灣考察團，介紹本次隨行之學務長與學生事務主管，並以慈濟大學為例，說明臺灣在學生事務、心理健康支援、輔導諮商、特殊教育服務等領域之發展實況與挑戰，使日方能進一步理解臺灣在相關領域之實務運作。

在第一階段介紹結束後，因行程安排，石井副校長提前離席，由曹基哲副校長接手主持後續問答與交流環節。本場交流由實踐大學學務長擔任主持，確保議程順暢推進。問答部分首先由吳林

輝司長提問，聚焦於御茶水女子大學學生心理健康支援與輔導體系之構成與運作；其次由高雄師範大學學生輔導中心卓紋君主任提出問題，特別關注特殊教育學生之支持策略與校內協調機制；最後則由東吳大學健康暨諮商中心王佳玲主任針對跨部門合作及資源整合之實務作法進行詢問。

日方由兩位副校長回覆我方依據訪談提綱所提出之問題，池田講師則特別就心理健康議題逐一補充說明，使整體交流更為深入。雖因校方安排未能實地參訪學生相談室空間，但雙方在互動中展現高度熱忱與專業態度，分享諸多寶貴經驗與見解。最後雙方互贈紀念品以表友好，並進行合影留念。

此次參訪在富有人文氣息之空間氛圍中圓滿完成，深化臺日雙方對彼此學務體系與學生心理健康支援制度之理解。

（五）座談內容重點摘要

本次於御茶水女子大學進行之座談，聚焦於心理健康與特殊教育支援之制度設計與實務運作，透過訪問團與日方之深入問答交流，展現雙方對高等教育心理健康與多元支持政策之高度重視與反思能力。

1. 心理健康服務之挑戰與發展規劃

針對心理健康業務推動現況，日方回應，儘管校內已有保健管理中心與學生相談室共同提供心理支援，但由於「教職員心理素養之不足」，使得初期辨識與轉介工作具備挑戰。因此，校方預計於 2025 學年度起邀請多位不同背景專家到校辦理系列講座，包含壓力管理、多元性別理解、心理衛生知能等面向，並擬於 2026 年度進行全校性問卷調查，針對學生

壓力來源、諮詢使用經驗與未滿足需求進行全面盤點，以作為未來制度調整之依據。

2. 性別多元與跨性別學生之支持措施

自 2020 學年度起接納心理傾向為女性之跨性別學生後，御茶水女子大學即著手改進校園設施與文化氛圍，包括設置無性別廁所、開放宿舍入住彈性，並強化教職員之多元性別意識訓練。日方表示，此制度轉型源於學生實際需求與社會平權責任之雙重考量，亦反映該校作為女性高等教育先驅所肩負之社會示範角色。

3. 特殊教育支援機制與個別化協調

針對特殊教育支持系統，日方說明校內設有「身心障礙學生支援委員會」與專責協調員，負責整合教學單位與校外資源，制定符合學生需求之學習與生活支持計畫。服務範疇包含資訊輔具提供、溝通協助、成績評量調整、考試時間延長等。相關調整皆須經學生同意，並依據醫療診斷或評估意見提供彈性安排。

4. 危機事件應變與夜間支援

針對危機處理流程，日方回應，白天由保健管理中心進行即時應對，夜間雖無常駐服務，但學校網站及新生手冊均公告鄰近可接應之醫療院所，並提供危機熱線資訊。校內亦設有跨單位聯繫機制，必要時可由指導教師與相關行政單位共同應變，形成即時反應之網絡。

5. 宿舍與生活支援設計

日方介紹宿舍制度，包括校內宿舍約可容納 450 人，另設有兩座研究生宿舍及教師宿舍。校外宿舍由指導教師常駐，

強調生活教育功能與共同生活經驗之培養，而校內宿舍則較為自由，供學生依據生活習慣選擇。此安排有助照顧多元背景與需求之學生，亦強化學校支持學生自我管理與成長之理念。

6. 性平教育與女性領導力養成

在性別平等教育與情感教育方面，御茶水女子大學透過「性別研究室」、「成功女性典範門」等象徵與制度實踐，深化女性領導力之培養。所有大學學生皆可修習心理諮商、人際溝通等發展性課程，並將其納入通識教育體系，以培養跨領域思考與心理素養。

（六）心得與建議

透過本次與御茶水女子大學之交流，可觀察到該校在推動校園心理健康、多元包容與特殊教育支援上之策略。以下為本次考察後之幾點觀察與建議：

1. 推動教職員心理素養之系統性培訓

面對教職員心理知能不足之問題，御茶水女子大學規劃系列講座與全校問卷調查，我方可參考其由問題導向到制度改革之邏輯，建立教職員心理教育訓練制度，不僅限於初任培訓，更需納入在職持續進修模組，提升識別、陪伴與轉介之實務能力。

2. 建立支持跨性別學生之校園結構

御茶水女子大學作為女子學府，能勇於接納跨性別學生並實際調整基礎設施與管理制度，展現其對多元性別之尊重與實踐精神。此舉不僅具教育推動之意義，亦提供我方發展之重要參考。各大專校院除積極增設性別友善空間外，亦應

同步強化「隱性課程」之設計與實踐，並系統性推動教師性別素養之培力課程，俾以全面營造多元、包容且具支持性的校園環境。

3. 特殊教育支援之精緻化與個案協調機制

日方強調以學生為中心之個別化支持規劃，不僅設置專責人員，更透過制度性委員會進行審議與督導。此架構有助兼顧效率與合法性，值得借鏡。各大專校院可依校務規模設置特殊教育支援協調平台，整合教務、學務等相關單位資源，強化跨單位協作機制，並明確教師責任分工與合理調整之申請作業流程，以提升特殊教育學生之學習權益保障與支持服務效能。

4. 建立危機支援之社區連結網絡

該校雖無夜間常駐專業人員，但透過建立明確之社區醫療資源連結與危機處理流程，確保學生於緊急狀況下能獲得適切協助。各大專校院可參考此模式，強化與鄰近醫療院所之合作機制，建置完善之校園危機應變手冊，並定期檢視與更新相關聯繫資訊與處遇流程，以提升面對學生心理健康危機事件之即時應處能力與整體應變效能。

5. 性別教育與領導力培養之整合

該校將性別教育與女性領導力培養融入通識教育體系，透過課程與象徵空間營造，深化學生性別意識與自我認同。各大專校院可參考此整合性作法，將性別教育、情感教育與心理健康促進有機結合，納入課程規劃與校園活動設計，系統性培育學生自我認同、情緒管理與人際互動能力，進而促進其全人發展。

（七）結語

御茶水女子大學作為日本僅存之國立女子大學之一，於創校150週年之際，展現其在心理健康、多元性別與特殊教育支持上之高度自覺與制度創新。此次訪問讓臺灣代表團深刻感受到該校雖規模不大，卻能結合教育理念與實務策略，營造兼具支持性與前瞻性之學習環境。

面對心理健康議題，該校透過規劃教職員培訓與全校問卷調查，積極回應現行資源與素養落差；性別議題方面，則勇於接納跨性別學生，展現對多元包容之實踐力；在特殊教育領域，透過個別化支持與跨部門協調，提供具彈性與尊重之服務；即便夜間無專責人力，仍運用社區資源與連結，維持基本危機應對能力。

整體而言，御茶水女子大學以其鮮明理念、穩健制度與細緻作法，為高等教育心理健康與多元支持提供典範。此次交流深化彼此理解，亦為臺日未來持續合作與制度對話開啟新的契機。該校之經驗提醒我們，推動學生心理健康與多元支持工作，不僅需要完善之制度設計，更需要教育理念之深化與校園文化之轉型，方能真正實現以學生為中心之全人教育目標。

(八) 照片記錄



考察團與日方代表於御茶水女子大學優美的校園合影留念



曹基哲副校長透過簡報介紹御茶水女子大學



御茶水女子大學保健管理中心外觀及內部

四、日本藥科大學

（一）座談時間：2025 年 5 月 16 日下午 2 時 30 分至 4 時 30 分

（二）座談地點：日本藥科大學埼玉校區（〒362-0806 埼玉縣北足立
郡伊奈町小室 10281）

（三）日方與會代表

1. 校長：福井次矢醫師
2. 副校長兼國際學術交流委員會委員長：新井一郎教授
3. 學生相談輔導員：村本崇光輔導員
4. 庶務課、國際學術交流委員會（中日語）：Houyan 委員
5. 學生課：土屋翔太郎

（四）參訪過程概述

本次參訪由日本藥科大學代表率先簡介學校整體概況與心理健康支援體系。該校隸屬都築學園集團，設有六年制藥學部、四年制醫療科學部及研究所，學生總數約 2,600 人。學校教育理念強調融合西洋醫學與東洋醫學之統合醫療特色。在心理健康支持方面，學校近年持續擴充人力配置，逐步建立由心理師、護理師、校醫及教職員共同組成之多元支援網絡，以因應學生日益多樣且複雜之心理及學業適應需求。

日方簡報結束後，由慈濟大學劉怡均校長進行回應簡報，詳細介紹該校心理健康推動之制度架構與具體實踐，包括教職員培訓、心理諮詢服務流程、人力配置原則以及危機應對機制。劉校長強調跨部門合作與全校參與之重要性，並分享多年來逐步完善學生身心支持體系之經驗，展現慈濟大學在心理健康領域之深厚基礎與發展方向。

接著由教育部吳林輝司長針對制度實務提出多項重點提問，內容包含：學校在何種情況會主動聯絡學生家長、教職員是否納入為心理服務對象、學生離校後是否仍持續提供諮詢支持，以及新增心理師之人力規劃與考量。村本輔導員回應，凡學生面臨自殺風險、表達希望校方協助聯繫，或家長主動聯絡時，學校皆會啟動聯繫機制。教職員及其家庭成員亦可申請心理支援；離校學生可在一年內持續接受心理諮詢，以協助復學或社會適應。增聘女性心理師主要考量性別友善及學生偏好，進一步提升服務效能與可近性。

日本藥科大學新井副校長補充說明學生特徵，指出多數藥學部學生來自醫師或藥劑師家庭，家長期望甚高；學生入學時普遍學力基礎薄弱，入校後需快速補強以應付國家考試，壓力沉重，導致潛在心理問題容易浮現。雙方充分交流制度架構與實務經驗後，訪問團進行校園參訪，重點參觀學生諮詢中心與健康支援相關設施。參訪過程中，工作人員詳細介紹諮詢室之運作流程、跨部門協作機制，以及心理健康推動中之具體作法。訪問團成員就服務細節與運作挑戰提出多項問題，現場氣氛熱絡且具建設性。透過實地參觀，訪問團對日本藥科大學心理健康支持體系之整體功能與專業服務有更深刻理解，雙方亦表達未來持續交流與合作之高度意願。

（五）座談內容重點摘要

本次考察與日本藥科大學進行之座談，聚焦於學生心理健康支援體系之組織設計、人力配置、服務方式、跨部門協作機制及特殊情境應對等多項核心議題。藉由該校副校長及輔導員等人員

之詳盡說明，得以了解其心理健康支持系統之運作特色與發展脈絡，重點如下：

1. 心理健康支援體系之人力配置與擴充策略

起初，全校僅由村本輔導員一人支援學生心理健康，面對約 2,600 名學生，承受極大服務壓力。自三年前增聘一名女性心理師後，兩人共同分擔 1,300 名學生之服務需求，逐漸達到基本支援標準。增聘女性諮商師之考量除因應服務量上升外，更重視性別配對之敏感性，讓學生能更安心選擇適合之對象進行諮詢。

2. 諮詢服務對象與申請流程

諮詢服務涵蓋學生、教職員與學生家長，並採線上申請制度。自疫情後導入該制度以來，申請便利性大幅提升，使整體服務量較疫情前成長 1.5 倍。學生可自行預約外，亦可由導師、校醫、護理師等轉介。年度諮詢次數約 340 人次，服務 77 位學生，顯示高壓學習環境下，學生對心理支持之實際需求。

3. 特殊問題與學生心理健康特徵

藥學部六年制學生面對國家考試壓力，成為心理困擾主因。部分學生本身即帶有過往創傷經驗，在壓力下，易出現情緒崩潰與自傷傾向。此外，該校學生多來自醫師或藥劑師家庭，承受家庭期望壓力，加上入學時學力基礎相對薄弱，需於短時間內快速提升以應付專業課程與國家考試，形成多重壓力源。

4. 危機處理與家長支援機制

學校針對自殺風險或家庭衝突等狀況，會主動或經學生同意與家長聯繫。雖尊重學生意願，但於生命安全等高風險情境下，亦會突破同意原則以確保安全。輔導員常扮演學生與家長間溝通橋梁，特別是在學生無法獨自表達想法時，由專業人員代為傳達，協助雙方理解與溝通。

5. 教職員諮詢服務與合作模式

教職員不僅可為自身心理健康尋求諮詢，亦常為指導學生之問題尋求專業協助。學校鼓勵跨部門合作，避免單一教師承擔過重壓力，並設立即時線上會議與健康工作小組，讓心理師、護理師與學生事務主管等可共同商討處遇對策，展現高度整合性。

6. 身心障礙學生合理調整制度

學校設有專責委員會處理合理調整，協助身心障礙學生公平參與課程與生活。服務涵蓋精神疾患與發展障礙等領域，但仍需平衡專業訓練標準，如藥劑師資格培育要求。透過調整上課形式、考試時間與環境，強調尊重學生多樣性與專業養成兼顧之原則。

7. 畢業後一年內之心理支援服務

日本藥科大學對已退學或畢業學生仍提供一年內心理支援。此舉不僅出自對學生持續關懷，更因許多離校學生心理適應仍具困難，學校願意作為過渡支持系統，協助其轉銜至職場或其他學校，展現教育機構對學生生涯全程關懷之責任承擔。

（六）心得與建議

針對日本藥科大學心理健康支援制度之實地觀察，綜合歸納如下心得與建議，冀供臺灣大學推動類似體系之參考：

1. 以學生需求為核心之人力擴編策略

該校從僅聘一名心理師開始，隨需求提升逐步擴編，並納入性別配對考量，展現以學生福祉為導向之調整機制。臺灣有學生輔導法規範校園人力配置標準，惟部分學校仍面臨實際聘用困難，未來可考慮在維持最低服務基準下，適度開放多元服務形式與跨專業合作，或可採「彈性編制＋漸進擴張」策略，依學校規模與學生特性逐步補足所需人力。

2. 導入畢業後持續支持之過渡機制

對於因病休學或退學之學生，該校提供一年過渡支援，展現持續關懷。此項制度對於降低學生中途休退學率、提升再入學或復學意願具有效益。臺灣目前多數學校於學生離校即終止服務，未來可嘗試試辦「畢業（退學）後心理續接服務」，特別針對中輟生設計重返校園之過渡方案。

3. 建立教職員心理健康與教育諮詢雙軌系統

該校心理師亦提供教職員心理支持與學生輔導諮詢雙軌服務，有助提升教師對心理議題之敏感度與應對力。臺灣校園教師心理健康近年亦成關注焦點，限於職場壓力層面，若增設「教職員心理諮詢專窗」，並搭配學生議題處理之專業督導機制，或可提升教師支持學生之信心與能力。

4. 合理調整制度須與專業資格兼容並存

在面對發展障礙與心理障礙學生需求時，該校強調「合理調整不等於放寬資格」，堅守藥劑師養成品質。此種平衡

態度值得臺灣專業科系借鏡，未來在提供個別化協助之同時，以「能力支持」取代「結果補償」，並建立透明之調整審查流程，兼顧學生權益與職業倫理。

5. 專業教育脈絡下之心理健康特殊需求回應

該校針對藥學專業學生之特殊壓力源（國家考試、家庭期望、學力差距等），發展出具針對性之支持策略。臺灣各專業領域大學可效仿，依其學生特性，發展專業導向之心理健康促進方案，而非僅採用一般性輔導模式，以提升服務之適切性與有效性。

（七）結語

本次對日本藥科大學心理健康支援體系之實地訪查，不僅深化對藥學專業教育背景下學生心理困境之理解，亦呈現一所中型專業大學在有限資源下，如何逐步建構出具備高度整合性與實務導向之心理支援網絡。從單一諮商人員孤軍奮戰，到擴充人力、建立健康小組、連結校外醫療機構，以及納入身心障礙調整與教職員支援等面向，皆顯示其系統性思維與穩健發展步調。

特別值得肯定的是，該校對藥學部學生高度壓力與心理風險之敏感應對，並非停留於個案輔導層次，而是透過部門協作、機制建置、資訊共享與倫理彈性（如家長聯繫原則）等策略，構築出符合實情之整體照顧系統。此外，其對學生退學或畢業後提供一年之心理續接服務，更展現教育機構對學生生涯全程關懷之道德承擔。

日本藥科大學雖非頂尖大型綜合大學，但其心理支援體系之靈活性、務實性與倫理反思，對臺灣高等教育特別是專業學群中推動學生心理健康工作，具有重要示範意義。該校經驗提醒我們，

專業教育領域之心理健康支援需要更細緻之需求分析與客製化服務設計，方能真正回應學生之特殊困境與挑戰。未來若能進一步深化與該校之學術交流與實務觀摩，將有助於我國在危機預防、服務延伸與校內協作等層面之精進與創新。

(八) 照片記錄



考察團與日方代表於日本藥科大學校園合影留念



慈濟大學劉怡均校長代表介紹臺灣
大專校院輔導人員 1：900 配置現況

針對藥學部學生高度壓力與心理風
險之因應，已超越個案輔導層次，透
過部門協作、制度建置與資訊共享，
形塑整體照顧體系，並在倫理原則上
保有彈性（圖為宣導海報之一）

五、金澤工業大學

(一) 座談時間：2025 年 5 月 17 日上午 10 時 30 分至下午 1 時

(二) 座談地點：臺灣佛教慈濟慈善事業基金會日本分會（〒169-0072
東京都新宿區大久保 1-2-16）

(三) 日方與會代表

1. 慈濟日本分會：林真子副執行長
2. 慈濟日本分會：蘇美菁副執行長
3. 慈濟日本分會：小野雅子副執行長
4. 臺北駐日經濟文化代表處教育組：黃冠超組長
5. 金澤工業大學大學事務局學務部就學支援室：竹村啓右課長
6. 金澤工業大學資金局：澤田勝宏局長

(四) 參訪過程概述

由於無法前往金澤工業大學校園實地參訪，特別安排該校學務部就學支援課課長與資金局局長於東京與臺灣本部考察團會面，座談地點位於日本慈濟分會，由慈濟志工協助籌備與接待。

本次交流由慈濟日本分會協助安排，座談前由慈濟志工親自準備素食午齋，展現溫馨人文精神。會中，金澤工業大學竹村課長詳述 2024 年能登半島地震後之學生安否確認、避難所設置、學業與經濟支援、心理輔導與慈濟基金會援助實例等面向。此外，臺北駐日經濟文化代表處教育組黃冠超組長亦出席參與，肯定臺日教育交流成果。雖未能親自參訪校園，透過周到安排與雙方真誠互動，考察團深入理解日本大學在災後如何全方位支持學生。

(五) 座談內容重點摘要

1. 災後迅速應對與校園防災體系啟動

金澤工業大學於 2024 年元旦地震發生當下，即啟動校內防災應變機制，於短時間內完成校園損壞狀況之初步評估。儘管圖書館書架倒塌、部分天花板損毀、商品散落等，校舍整體結構仍穩固無需停課。學校主動開設體育館為臨時避難所，接納約三十名居民避難，並由職員與市公所協力維持秩序，展現社區連結與即時應對能力。

2. 學生安否確認與受災家庭支持

地震隔日，學校以電子郵件確認全體學生安危，並針對來自能登地區之學生加強追蹤。確認無學生死亡後，校方進一步瞭解其家庭狀況，提供心理及經濟支援準備。此舉反映學校重視每一位學生之身心與家庭狀況，並強調即時追蹤機制之必要性。

3. 多層次災後心理健康支持

校內設有學習諮詢室與心理諮詢中心，分別針對生活適應與心理健康議題提供支援。災後前來求助者數量明顯上升，學校迅速增加人力與資源應對，協助學生處理災後創傷壓力、家庭失能與未來不確定性等心理議題，確保學生能於安全感中重返學習生活。

4. 彈性學業與入學考試配套措施

針對無法如期返校之學生，學校設置特殊課程處理機制，延長畢業論文與研究報告之提交時程，亦對入學考生提供第二場次考試機會，展現教育體制對災後個別需求之包容與調整彈性，充分體現教育機構在特殊情境下之人性化考量與制度靈活性。

5. 災後志工與教育回饋行動

學生組織自發前往災區支援清理與搬運工作，並協助臨時移居之國中小學生進行課業輔導。透過實地行動深化學生公民意識與社會責任，亦將災後教育轉化為學生社會參與與人道關懷之重要機會，實踐做中學之教育理念。

6. 資訊共享系統與三方合作機制

學校導入類似醫院電子病歷之學生支援系統，教師可記錄與追蹤學生狀況並與其他教職員及家長共享資訊，形成「教職員—家長—學生」三位一體之支持網絡。此制度確保問題學生不被忽略，並於校內外關係人間達成即時溝通與協作，提升整體支援效能。

7. 跨國援助經驗與情感轉化

來自慈濟基金會之見舞金與關懷行動深深感動學生與校方。2024 年 7 月舉行之捐贈儀式中，學生親自與志工互動，許多人首度認識到來自國外之無私援助並非理所當然，進一步激發感恩與回饋社會之意識。此舉亦深刻體現災害時期跨國人道連結之重要性與教育價值。

8. 澤田局長之教育理念分享

資金局澤田局長強調，教育之本質應培養具有互助精神與全球公民視野之下一代。他以 311 東日本大地震後訪問臺灣表達感謝為例，呼籲跨國災後協力應成為教育之行動教材，災害雖無情，人間應有情，教育必須回應此份人道價值，培養學生之國際視野與人文關懷。

（六）心得與建議

1. 災難時刻之即時應變體系值得借鏡

金澤工業大學能在地震發生數小時內完成初步校園安全評估並開設避難所，展現其校安體系之成熟與靈活。校方與地方政府之橫向協作、高度主動之應對節奏，提供我方在未來面對天然災害或突發事件時整合校內資源之寶貴參考。

2. 教育制度之彈性展現對學生之同理

針對受災同學，學校延長畢業與研究繳交時程、增設入學考試場次等彈性措施，展現其教育制度對個別處境之高度包容性。我方亦可效仿研擬災後學生學籍處理標準作業流程，減少學生在突發情境中所承受之制度性壓力，並建立相關配套措施以保障學生受教權益。

3. 災後教育與社會參與之結合

該校將災後重建轉化為學生社會參與之教育機會，透過志工服務深化公民意識與社會責任。臺灣部分學校如慈濟大學已有施行，此模式應大力推廣，將危機事件轉化為品格教育與生命教育之實踐場域，培養學生面對逆境之韌性與助人精神。

（七）結語

本次於慈濟日本分會會所與金澤工業大學之交流，對於其在能登半島地震後展現之快速應變、以學生為本之支援體系，以及與地方社區與國際團體（如慈濟基金會）攜手合作之實例，考察團深感敬佩。該校將災害視為教育之延伸場域，透過危機中之實踐與反思，建立一套涵蓋身心健康、學業彈性、經濟援助與心理重建之多層次支持機制，展現其教育體系之厚實與前瞻。

此外，其資訊共享系統與教職員橫向合作機制，充分發揮支持網絡之力量，使學生不因災難而中斷學習與生活之重建，實為

我方可借鏡之制度設計。特別值得一提的是，該校將國際援助視為災後教育的一環，藉由慈濟基金會之實地參與與學生互動，引導學生思考感恩、回饋與全球責任意識，使災後之心理療癒與生命教育同步進行，形成具有人文關懷與國際視野之教育實踐。

該校之經驗提醒我們，教育機構在面對突發災難時，不僅需要完善之應變機制與支援系統，更應將危機轉化為教育契機，培養學生之韌性、同理心與社會責任感。未來我方在推動校園心理健康與災後支援政策時，可更積極強化跨部門合作、完善資料系統建置、提升教職員災後支持能力，並思考如何將災難應變納入教育體制內部之常態準備與價值導向。金澤工業大學之經驗提供深具啟發性之參照與行動方向，值得我方持續關注與學習。

（八）照片記錄



竹村啓右課長簡報說明能登地震後的學生安置與各項支援措施。

六、臺灣留日東京同學會

(一) 座談時間：2025 年 5 月 18 日上午 11 時至 12 時 30 分

(二) 交流地點：XEX TOKYO/Salvatore Cuomo Bros (東京都千代田區丸之內 1-9-1 大丸東京 13 樓)

(三) 學生與會代表

1. 臺灣留日東京同學會：陳益鵬會長 (早稻田大學政治經濟學部)
2. 臺灣留日東京同學會：彭守謙副會長 (早稻田大學國際教養學部)
3. 臺灣留日東京同學會媒體組：林亮瑩組員 (慶應義塾大學媒體設計研究科)
4. 臺灣留日東京同學會媒體組：鄭鈞嘉組員 (早稻田大學政治經濟學部)
5. 臺灣留日東京同學會活動組：陳維格組長 (慶應義塾大學法務研究科)
6. 臺灣留日東京同學會活動組：高聖宜組員 (早稻田大學政治經濟學部)
7. 法政大學臺灣留學生會：李沛穎會長 (法政大學經營學部經營學科)
8. 東海大學臺灣留學生會：黃智裕會長 (東海大學國際學部國際學科)
9. 立教大學臺灣留學生會：陳沐凡會長 (立教大學院商業設計研究科)

（四）參訪過程概述

考察團於上午 10 時 40 分準時集合，步行前往大丸百貨 13 樓餐廳，與臺灣留日東京同學會之學生代表進行交流。為促進深入互動，活動採分組進行，考察團成員分別與一至兩位學生共桌，藉由輕鬆氛圍，了解同學在所屬大學之課業學習與生活適應情形，並就各校對國際學生之生活照顧與輔導支持措施，聽取其實際經驗與觀察，作為後續政策規劃與服務機制參考依據。

（五）交流內容重點摘要

1. 臺灣留日東京同學會之組織功能與運作實態

臺灣留日東京同學會係日本關東地區各大學臺灣留學生會之聯合組織，歷史悠久、運作穩健，旨在促進留學生彼此間之聯繫與互助，並協助成員因應異地求學之生活挑戰。學生會定期辦理迎新、節慶聚會、就業與租屋資訊分享等活動，亦為初到日本之留學生提供實用生活指引與心理支持，為在日臺灣學生之重要支柱。

2. 留學生在學與生活適應經驗

交流座談採小組方式進行，考察團與同學會幹部進行面對面互動。以早稻田大學政治經濟學部陳益鵬會長所述：「本會已有三十多年歷史，是許多留學生在異地最堅強的後盾。無論是生活、旅遊、打工、就業，只要有問題，就能在學生會找到答案。」足見該會在協助新生融入生活方面發揮積極作用。

就學習與校園生活面向而言，部分同學就讀於全英文授課之國際專班，班上學生構成多元，惟與本地日本學生實質互動機會有限，留學生間之情誼與支持網絡遂顯重要。考察

團亦留意到，部分學生主要學習支援來自系辦，而非學校統籌之學生事務單位。儘管學校會發出提醒，告知學生若有需要可向相談室求助，但實際上學生對學校提供之心理健康支援、生活適應活動等內容，普遍了解有限。

3. 留學生住宿與經濟壓力現況

住宿安排方面，大學部學生多選擇學校國際宿舍，宿舍中設有舍監與資深學長姐提供生活建議。研究所學生則多選擇自行租屋，然在日租屋流程繁複，須透過仲介公司進行，且常須支付不予退還之保證金，加重學生經濟負擔。此亦反映出日本的大學雖提供學術支持與學籍管理，然對生活面之實質支援仍有強化空間。

4. 心理健康支援之認知與盲點

雖多數學生表示若有重大問題，會嘗試向學校求助，然而對學校提供之心理健康照顧制度仍感陌生，未能充分知悉學校舉辦之心理健康促進活動或情緒支持資源。由此可見，目前心理健康支援資訊之傳遞效果仍待加強，尤其針對語言不同之國際學生群體。此外，學生普遍反映對校內諮商資源之存在雖有基本認知，但對於如何申請、服務內容為何、是否提供多語言支援等細節較不清楚，顯示資訊傳達與可及性仍有改善空間。

（六）心得與建議

1. 強化國際學生心理健康支援體制之可及性與可視性

本次交流過程中，多位學生坦言對學校是否提供針對留學生之心理健康支援服務認識不深，且實際使用經驗有限，顯示資訊揭露與溝通機制尚有落差。因此，建議我國各大專

校院主動提供多語言且具文化敏感性的心理健康資源說明，強化導師、舍監及相關行政單位對國際學生心理需求之識別與轉介能力，落實心理健康服務涵蓋全體學生之整體思維，彰顯推動校園多元文化支持與包容環境之重要性。

2. 支援留學生生活面之務實措施

租屋經驗顯示非學校宿舍外之生活適應挑戰，包含語言溝通、制度不熟悉及額外財務負擔。建議大學可與地方政府、仲介單位合作，提供專為國際學生設計之租屋協助平台，減少資訊不對稱與被收取不合理費用之風險。此外，生活面向若能與心理健康支持連結，將有助於建構整體性照顧系統。

3. 肯認並擴大學生自治組織之角色

臺灣留日東京同學會作為留學生間重要情感與資源支持平台，展現高度自主性與運作韌性。其對新生引導、活動策劃、互助支援具有無可替代之功能。建議學校端應將學生自治組織納入國際學生支持系統之合作夥伴，提供制度性支持，例如活動場地、經費補助、顧問制度等，促進官民合作，共同構建完善之留學生支持模式。

4. 促進國際專班學生與在地學生之融合機制

部分學生反映國際專班與本地學生交流有限，學習與生活圈相對封閉。因此，大學應思考如何推動完善的融合機制，不僅有助國際學生更好融入校園生活，亦能促進本地學生國際視野之拓展。

5. 強化心理健康資源之資訊傳達與服務整合

學生對校內心理健康資源認知有限之現象，提醒我們在推動國際學生支援時，應特別注重資訊傳達之有效性與服務

之可及性。建議各校建立專門針對國際學生之心理健康資源介紹機制，包括多語言宣導資料、文化適應工作坊、同儕支持團體等，並透過多元管道如新生訓練、宿舍活動、學生會合作等主動觸及學生。

6. 鼓勵臺灣學生珍惜交流機會，培養國際移動力

此次交流展現臺灣學生在日本留學之自主性、適應力與責任感，令人深感欣慰。留學經驗不僅是專業進修，更是人格與生命經驗之重要累積。各大專校院應持續鼓勵學生把握國際交流機會，以期建立臺灣青年立足世界之基礎。

（七）結語

透過本次與臺灣留日東京同學會之交流，考察團得以從第一線學生實際經驗出發，深入了解臺灣學生於日本大學就學期間所面臨之挑戰與需求。無論是課業學習、語言適應、住宿安排、心理健康、跨文化互動，乃至校園資源之取得與運用，各層面皆顯示國際學生在異地求學時之高度複雜性與多元需求。

學生們普遍展現高度自主性與責任感，並透過臺灣留日東京同學會建立穩固互助網絡，形成實質而溫暖之支撐系統。該會之運作模式與學生參與熱忱，亦反映學生自治組織在留學生支援體系中不可或缺之關鍵角色。

另一方面，交流中亦可察覺學校對國際學生心理健康、生活支持之資訊傳遞與實質服務尚存不足，特別是在語言與文化差異情境下，容易使學生錯失必要協助機會。此現象提示我方在推動國際學生交流及高等教育國際化之際，應重視異文化中之心理照顧與制度適應課題。

此次座談提供寶貴經驗與啟示，不僅有助於理解日本各大學國際學生支持現況，亦為我國推動境外學生輔導工作提供重要參考。未來可思考如何深化國際學生支持策略，並強化與海外臺灣學生社群之連結與合作，提升整體留學服務之品質與韌性，進而使每一位遠赴海外學習的學生，皆能安心成長、自在生活，真正實踐留學初衷與夢想。

（八）照片記錄



考察團與臺灣留日東京同學會幹部代表合影留念



臺灣留日東京同學會與考察團師長分享在日生活，師長給予勉勵

七、東京大學

（一）座談時間：2025 年 5 月 19 日上午 9 時至 11 時

（二）座談地點：東京大學本鄉校區（東京都文京區本鄉 7-3-1）

（三）日方與會代表

1. 副校長兼相談支援研究開發中心、執行役：佐藤岩夫中心長
2. 相談支援研究開發中心：高野明副中心長
3. 綜合窓口：渡邊慶一郎室長
4. 留學生支援室：大西晶子教授
5. 精神保健支援室：大島紀人室長

（四）參訪過程概述

考察團於東京大學本鄉校區進行參訪，由學生支援研究開發中心熱情接待，行程涵蓋校園實地參觀、簡報交流與雙向討論三大環節。

首先，考察團實地走訪該校五個主要學生支援窗口，包括綜合窗口、學生相談所、精神保健支援室、溝通支援室與留學生支援室，深入了解各單位服務內容、專業分工與人力配置，並觀察其整合式、多語言支援體系之運作情形。

接續由佐藤副校長致詞及高野教授簡報說明東京大學學生心理健康支援體系之發展脈絡、整併策略與政策願景。考察團則由慈濟大學劉怡均校長簡介學生輔導三級制度，並補充實務推動經驗。

最後，進行雙向交流座談，由慈濟大學主責提問，針對危機應對、人力配置、留學生支援與國際認證等議題深入討論，雙方互動熱絡，為後續合作與持續交流奠定良好基礎。

（五）座談內容重點摘要

1. 學生支援研究開發中心之整合與功能強化

東京大學自 2008 年設立學生支援網絡本部以來，即致力於整合校內各種學生支援資源。2019 年進一步升格為學生支援研究開發中心，此中心不僅承襲原有支援架構，並透過組織整併與功能擴充，統一管理原先分屬不同單位之五個支援窗口，包括學生相談所、精神保健支援室、溝通支援室、障礙學生支援室與留學生支援室，形成兼具多元功能與高效率之一站式學生支援平台。該中心設置後，透過跨專業人力整合與高頻率部門間協作會議，確保個案處理之即時性與資源配置之最佳化。此外，2024 年 4 月新設立之校園幸福感推進部門」更進一步體現該中心從問題解決導向進化至幸福感提升導向之理念轉型，反映該校在校園心理健康推動上之前瞻性與創新精神。

2. 學生心理健康需求之增長與服務應變

根據東京大學提供之數據，其學生心理諮詢量自過去十五年來增長約 1.4 倍，顯示學生心理健康議題重要性日益提高。此增長並非單純反映學生總量提升，而是與問題複雜化、慢性化與深層化有關。中心指出，目前學生面臨之困擾往往涉及多重層面，如家庭關係、學術壓力、人際互動與職涯焦慮，需仰賴跨部門與各專業團隊共同處理。諮詢需求增加亦驅使該中心積極發展創新服務，包括主動外展活動、團體工作坊與以藝術、動物輔助為媒介之活動設計，成功吸引學生參與並提升諮詢服務之可近性。值得一提的是，東京大學對教職員培訓之重視，每年提供約 2,000 人次相關教育課程，

強化全校心理健康守門人角色，以系統性方式建構支持網絡。

3. 留學生心理支援制度與多語服務實踐

東京大學學生人數中約有 5,000 位留學生，其中文化背景與語言多元，心理支援需求亦相對複雜。為因應此情況，該校設有專責之留學生支援室，由行政人員與心理師協同合作，提供包含日語、英語與中文之多語言服務，特別針對來自中國大陸與臺灣地區學生配置中文服務人力，目前包含一位專任教師與一位兼職行政人員。交流中，東京大學亦指出，留學生常見問題多為學習與文化適應困難，而非嚴重心理疾患，因此留學生支援以諮詢導向為主。留學生支援室與校內其他窗口同樣設有明確轉介機制，當學生需求超出初階支援時，得以順利銜接至心理諮詢或精神醫療資源，形成連貫之支援體系。雙方就此議題深入交換經驗，特別強調語言與文化敏感性對國際學生支持品質之關鍵性。

4. 危機處理與校內外支援網絡構築

東京大學之危機應對機制具備高完整性與前瞻性。該中心設有危機管理委員會，並定期進行災害應變、防範訓練、AED 操作與感染控制等模擬演練，以確保於學生自傷、自殺、精神急性發作或其他突發事件時可迅速因應。在校內資源方面，該校設有針對騷擾、身心障礙與健康促進等多樣窗口，彼此分工協作並保持密切聯繫。面對需要校外介入之情況，如自傷風險或法律問題時，東京大學則透過建立穩定之外部協力體系包含警方、醫療機構等，實現橫向聯繫之暢通無阻。

此種內外並重、預防與處置兼備之危機管理模式，提供寶貴經驗供我方日後強化學校危機處理能力之參考。

5. 服務品質認證與自我檢視機制

東京大學的學生相談所通過 International Accreditation of Counseling Services (IACS) 之品質認證，顯示其服務符合國際標準，且具備持續自我檢視與改善機制。東京大學方指出，透過認證制度，能促使中心進行制度化內部評估，不僅有助確保服務品質，亦提升學校高層對支援工作之重視度，進一步強化人力與預算支持。臺灣代表中亦有委員為 IACS 成員，雙方基於此共同背景展開深入討論，並表示希望未來於留學生支援、跨文化心理服務與品質保證制度等方面展開更具體合作。此項經驗說明，國際認證除有形象與制度意義外，亦為提升校內組織能動性與策略發展之重要驅力。

(六) 心得與建議

1. 整合式學生支援架構與跨部門協作機制值得借鏡

東京大學自 2008 年起即設立學生支援網絡本部，至 2019 年更進一步轉型為相談支援研究開發中心，整合原有五個不同窗口，形成一站式支援體系，包括學生相談所、精神保健支援室、溝通支援室、障礙學生支援室與留學生支援室。此整合不僅提升服務效率，亦促進跨專業合作，避免學生在不同單位間奔波，能更快速獲得適切資源。各支援單位間透過定期會議、案例討論及明確轉介流程，實現真正之多專業團隊合作，形成涵蓋心理、醫療、教育與生活面向之支持網絡。臺灣的大學可進一步朝向一站式學生支援體系的普及與深化

邁進，以整合校內心理諮商、特殊教育、精神健康、國際學生服務等多元資源，提升回應學生需求的整體效能。透過跨單位協作與資訊整合，學生在面對各類挑戰時，能更快速且順利地獲得所需協助，不僅減少重複轉介與訊息落差，也強化支持的連續性與完整性，營造更友善、貼心的學習環境。

2. 預防教育與教職員培訓體系之深化與制度化

東京大學之學生心理健康體系，不僅重視事後諮商與介入，更將預防教育作為支援策略核心，展現其深具前瞻性之理念。該中心每年針對新生、研究生及特定需求群體開設心理健康教育課程，年均參與學生超過 650 人；同時更大規模推動教職員培訓，每年有高達 2,000 名教職員接受心理健康相關基礎知能與應對技巧訓練。

臺灣部分大學已開始推動教職員心理健康研習，展現對支持學生的重視。未來可由制度化的知能訓練架構，將心理健康課程納入教師研習與新進培訓，並發展分級模組，強化教職員的支持角色，進一步擴大校園心理健康網絡。

3. 多語系與文化敏感性支援體系之建構與強化

東京大學對國際學生心理健康支持展現高度重視與細緻規劃，建立兼顧語言與文化差異之多語系支援體系。該校設有專責之留學生支援室，聘有可使用日語、英語及中文之專業人員，提供多語系諮詢與諮商服務。東京大學強調文化敏感之諮詢模式，並透過跨部門合作機制進行適時轉介。校園國際化為我國大專校院強化之重要發展方向，逐步推動強化留學生心理支持之策略，包括優先於外籍生集中校園配置中

英雙語諮詢人力、開設跨文化心理支持培訓課程，並建構跨單位協作平台，整合國際與心理資源，發展多層次支持網絡。

4. 國際認證與品質保證機制之建立

東京大學通過國際專業諮商 IACS 認證，不僅提升服務品質，更強化校內對心理健康工作的重視與策略整合。國際認證可成為推動制度優化與能動發展的重要契機。建議我國大專校院積極申請國際認證、建立品質保證機制，並強化與國際專業組織連結，以提升服務專業性與國際競爭力。

（七）結語

本次東京大學學生心理健康支援系統之參訪考察，充分展現其在組織架構、多元專業人力配置、預防教育、危機管理、一站式整合服務及留學生跨文化支援等多方面之優異實踐。東京大學依據校園需求，積極推動心理健康之制度化與專業化，並強調跨部門合作與校內外資源整合，為學生提供全面且即時之支持服務，值得我國高等教育機構深切借鏡。

透過雙方深入交流與對話，我們不僅理解東京大學心理健康支援之成功經驗，亦看見雙方制度之異同與互補之處。尤其在多語言支援、危機應對及專業品質保證等層面，彼此經驗分享促進相互啟發與合作之可能性。該校經驗提醒我們，建構完善之學生心理健康支援體系，需要系統性思維、跨專業整合與持續創新，方能真正回應現代大學生多元且複雜之心理健康需求。

未來，臺灣學校可依據自身校情，結合國際先進做法，持續優化心理健康服務體系，提升學生整體福祉與學習成效。此次考察成果將成為我國推動學生心理健康工作之寶貴參考，並期待未

來在教育交流與專業合作中，共同推動校園心理健康之持續進步
與創新。

(八) 照片記錄



東京大學校園設施普遍採用英日雙語標示，營造友善且多語共融的學習環境



考察團參訪東京大學設施，圖為該中心國際認證 IACS 證書展示

八、筑波大學

(一) 座談時間：2025 年 5 月 19 日下午 3 時 30 分至 5 時 30 分

(二) 座談地點：筑波大學筑波校區（茨城縣筑波市天王台 1 丁目 1 番地 1 號）

(三) 日方與會代表

1. 學生相談室室長：杉江征教授
2. 學生相談室：水野雅之副教授
3. 學生相談室：慶野遙香助教
4. 學生相談室：北原祐理助教
5. 國際交流支援室室長：野村名可男教授
6. 留學生相談室：安婷婷助教
7. 學生交流課：五十嵐千惠子課長
8. 人力培力推進局：長山慎太郎助教
9. 人力培力推進局：橫井美緒助教
10. 人力培力推進局：森千夏助教
11. 人力培力推進局：芝崎文子研究員
12. 學生生活課：小野健一課長
13. 學生生活課：廣田專員

(四) 參訪過程概述

筑波大學的考察主要活動場域設於該校學生廣場 1D 棟北側 3 樓會議室。本次參訪由筑波大學學生支援系統相關主要單位共同接待，活動伊始由雙方與會成員進行簡要自我介紹與名片交換，隨後由校方代表針對筑波大學之學生心理健康支援制度進行簡報說明。

簡報結束後，考察團依序參訪校內多處與學生心理健康與多元支援相關設施，包含：學生相談室、同儕支援室、綜合相談櫃台、T-Act 推進室、國際交流支援室、無障礙支援團隊

（Accessibility Support Team）、人力培力推進局（Bureau of Human Empowerment, BHE）以及圖書館等，過程中由各單位專責人員分別導覽與說明實務運作情形。

設施參訪結束後，雙方回到會議室進行座談交流。首先由慈濟大學劉怡均校長代表簡要分享臺灣大專校院於推動學生心理健康業務之制度沿革與近期發展，隨後由臺灣考察團提出多項提問，雙方圍繞學生心理健康支持體制、國際學生之心理適應與輔導、多元文化與融合教育支援、合理調整制度實施、同儕支持模式等議題展開深度對話。

值得一提的是，筑波大學本次接待安排周全，除簡報與設施參訪外，並有學生相談室、國際交流支援室、人力培力推進局等共 13 位實務工作人員全程參與。其在導覽與交流過程中展現高度專業與熱誠，針對各項細節提供豐富實例與資料，使本次參訪收穫甚豐，對參訪團瞭解日本學生心理健康支援實務、制度整合機制及學生主體發展策略等皆有所啟發與借鏡。

（五）座談內容重點摘要

1. 整合性學生支援體系之構築與運作

筑波大學透過學生支援中心包含學生相談室、學生生活支援室、國際交流支援室與保健管理中心、人力賦能推進局等單位共同構築橫向整合支援體系。各單位按學生需求分類設置，提供針對性之心理諮商、健康照護、生活輔導及合理調整支援。校方強調支援網絡之建立需兼顧系所支援小組與

中心單位之縱向聯繫，並定期召開之學生支援組織聯絡會，統籌全校支援政策方向，以促進跨部門協調，來因應日趨多元之學生需求。

2. 特殊教育支援制度與設施配置

針對視覺、聽覺與肢體障礙學生，筑波大學設立專屬支援設施，並由修讀相關課程、具備基礎訓練之 Peer Tutor 提供即時課堂支援。聽障學生服務內容包括攜帶電腦即時筆記、手語翻譯等；視障學生則可使用擴視機、點字設備及語音輔助系統；肢障學生可申請可調式桌椅與自動門等設施進入教室使用。此外，學校具備專業教師資源，承擔特殊教育師資養成與政策協助之功能，是日本特殊教育研究與實務重鎮，與臺灣亦可就師資交流、設施優化及政策研究等方向深化合作。

3. 學生自主發展與 Peer Support 系統

筑波大學強調學生主體性，推動 T-act 專案（Tsukuba Action Project）與 Peer Support 兩大學生自發參與機制。前者鼓勵學生發想短期創意行動方案，由教職員提供資源與技術支持，強化自信與自我效能感；後者為由學生自主管理之經驗分享與諮詢服務，設有固定空間並開設培訓課程。Peer Support 並非以問題解決為導向，而是營造學習共同體氛圍，提升學生參與與歸屬感。其強調由下而上、非指令式推動，顯示日本高等教育對學生自主性之尊重與制度性保障。

4. 人力賦能推進局之合理調整機制

人力賦能推進局（BHE）於 2023 年設立，以「每個人都不同個體」為基點，設有性別、無障礙、其他議題等三支支援小組。BHE 之運作模式不依附特定弱勢標籤，而是以具體個案作為調整契機，與系所導師、學務單位進行協調。其與學生相談室、國際交流支援室定期會議溝通，並可召開臨時會議處理緊急案件，展現高度機動性與個別化支援特色，對臺灣在推動融合教育與校內無障礙支援政策上頗具參考價值。

5. 國際學生支援與多語服務整合

筑波大學國際交流支援室負責全校國際學生與海外派遣業務，該室重國際性的日常，具備可提供日、中、英、粵語諮商之心理師與國際學生顧問，採事先預約制以因應人力限制。此外，ASK US DESK 由通過訓練之日本學生擔任值班人員，協助回答日常問題。住宿方面，國際學生與日本學生共住，有助文化交流與歸屬感建構。惟面對學生總量成長，預計將達 4,000-5,000 人，當前支援模式已顯捉襟見肘，校方正積極評估轉型可能。

6. 災後支援經驗與學生韌性培育

面對 311 地震，筑波大學未訴諸傳統心理介入，而是結合學生主動性，設立網站提供生活物資資訊，並鼓勵學生自組志工隊參與社區支援。由於參與行動，學生減輕創傷症狀，其忙到沒時間害怕之回應，顯現非臨床型災後介入之價值。該經驗與地震後慈濟大學之學生參與模式不謀而合，兩方共享行動導向復原力理念，具備雙邊災後心理支援交流合作之潛力與基礎。

7. 校園設施設計與國際化氛圍營造

筑波大學校園為 50 年前遷校所建，主張都市設計與大學共生理念，校內設有人工湖與多處綠地，學園祭活動常於此舉辦富創意活動，展現高度自由與開放氛圍。宿舍設計亦強化多元文化共融。圖書館、學生支援空間與 Peer Support 場域之設計皆具機能與親和性，形成適合自主學習、交流與多語使用之環境，整體展現對學生全人發展之空間支持理念，為我國校園空間重構與學習共同體推動提供具體參照。

（六）心得與建議

1. 橫向整合與縱向協調兼具之支援架構，展現體制韌性

筑波大學展現優異的學生支援整合能力，透過橫向連結專業資源與縱向強化導師協作，建構全校性支持網絡。雙向架構促進資源靈活調度與部門協同，有效回應學生多元需求。我方可借鏡其經驗，推動跨單位定期協作平台，健全轉介與協調機制，強化體制應變與持續支持能力。

2. 以自主與參與為核心，開展預防性心理健康新方向

筑波大學除提供多語與跨文化的臨床諮詢服務外，更重視學生主體感的建構。透過 Peer Support 與 T-Act Project，鼓勵學生從受助者轉化為參與者與貢獻者，降低心理健康汙名，營造安全、有歸屬感的校園氛圍。其強調重視過程與參與之理念，讓心理支持自然融入日常。此一經驗顯示，心理健康支持不應僅限於專業介入，更應重視關係建立與實質參與之過程，作為落實全人關懷與營造支持性校園文化之重要途徑。未來應持續強化專業服務，同時發展學生主導的社群平台，深化自主性與連結感，即是深層的預防策略。

3. 多元主體協調機制，推動合理調整制度深化融合教育實踐

筑波大學於 2023 年設立人力賦能推進局，整合原有性別、障礙、文化等多元議題，對所有有特殊需求之學生進行調整協商，改變以往單一障別劃分與官僚性轉介流程。BHE 不僅依需求調整學習、考試、校園設施等，同時建立跨單位之快速溝通與會議機制，並以學生主體為溝通核心。此制度打破傳統以身心障礙為主軸之標籤分類，轉而以需求導向作為思考框架，真正落實融合教育精神。對照目前我國大專校院特殊教育資源中心多以行政單位定位，自主調整權限有限之現況，建議可參考日本筑波大學之實務模式，設置具跨單位協作功能之「調整協商平台」或「多元賦能辦公室」，並賦予其正式組織地位與穩定資源，促使校園合理調整措施由符合法律義務之執行，進一步轉化為促進多元共融與支持文化之核心機制。

4. 非臨床型災後支援經驗突顯學生行動力與復原力之正向循環

筑波大學於 311 大地震後，以不干擾學生日常為原則，並創造學生參與式支援機會，例如建立生活物資網站、學生自發參與地區災後志工等。學生因參與而轉化情緒，產生忙到來不及難過之敘事轉變，顯示災後支持不必侷限於心理師介入，亦可透過行動培養自身復原力。此種非臨床型災後支援與慈濟大學鼓勵學生協助社區之模式類似，值得進一步深化雙方交流。此一災後學生參與經驗，透過與日本學校共同合作編製學生災後行動手冊，促進國際經驗之共享，並有助於災害韌性內涵之教學化與制度化推展，強化學生在面對突發事件時之自我應變能力與公共責任意識。

5. 以國際學生為契機強化多語多文化支援體系

筑波大學以國際化為校務核心政策之一，國際學生比例已超過一成，因此國際交流支援室提供英文、中文多語等心理諮詢服務，並與教職員共同發展多語資訊平台、生活支援制度。其強調國際性日常化，將留學生視為校園文化更新之契機，並以日本學生參與支援如 ASK US DESK 等方式，達到雙向理解與成長。對比臺灣多數大學之國際學生服務仍偏重行政與生涯領域，我方或可參考筑波大學作法，於校內推動國際學生心理服務專案，培養具語言能力與文化敏感度之人力，並建立外語心理師之儲備與交流平台，達成真正之國際化支持。

6. 空間設計與學習環境之整體規劃

筑波大學在校園空間設計上充分體現對學生全人發展之重視，從人工湖泊之自然環境到各類支援空間之親和性設計，皆展現其環境即教育之理念。特別是圖書館與學生支援空間之多功能整合設計，不僅提供學習資源，更營造出有利於自主學習與同儕交流之氛圍。在進行校園空間規劃時，大學亦可參考筑波大學之經驗，將心理健康支援、多元文化交流、無障礙環境等概念融入空間設計中，創造更具包容性與支持性之學習環境。

（七）結語

筑波大學之學生支援體系展示以學生為本、整合多元資源、促進主體發展之理念，其橫向整合、縱向協調、合理調整、多語支援與災後行動等制度設計皆展現高度前瞻性與在地實踐力。該校經驗特別值得關注之處在於，其不僅建構完善之專業支援網絡，

更重視學生主體性之培養與社群參與感之提升，形成預防性心理健康促進之創新模式。

此外，筑波大學在面對多元學生需求時所展現之彈性與創新能力，從人力賦能推進局之設立到災後支援之非傳統做法，皆反映其對教育本質之深度思考與實踐勇氣。特別是其將差異視為個性而非問題之理念轉換，為融合教育提供具體可行之實踐路徑。

筑波大學的案例顯示，建構有效的學生心理健康支持體系，不僅仰賴專業資源，更需教育理念創新與校園文化轉型。透過持續深化國際交流與互學合作，有望共同打造更具韌性與多元性的學生支持網絡，促進學生心理健康與全人發展。

(八) 照片記錄



筑波大學以學生為核心，推動 T-act 與 Peer Support 自主參與機制

左圖為學生支援窗口，右為 Peer Support 海報



筑波大學橫向整合與縱向協調兼具之支援架構，展現體制韌性

圖為學生支援中心外觀及內部

九、日本學生相談學會及大正大學

(一) 座談時間：2025 年 5 月 20 日上午 9 時至 11 時 30 分

(二) 座談地點：大正大學（東京都豐島區西巢鴨 3-20-1）

(三) 日方與會代表

1. 理事長：東京大學高野明教授
2. 副理事長兼事務局長：大正大學田附 Aeka 副教授
3. 委員長：岐阜大學堀田亮副教授（線上參與）
4. 震災後學生心理健康輔導支援分享：金澤大學足立由美教授
（線上參與）
5. 震災後學生心理健康輔導支援分享：金澤工業大學山上史野
教授（線上參與）

(四) 參訪過程概述

本次與日本學生相談學會之交流安排於大正大學舉行，該學會理事長高野明教授親自主持，亦為高野教授第三次以不同身份接待來考察團，顯示其對臺日交流之高度重視。本次座談亦邀請岐阜大學、金澤大學與金澤工業大學等三校師長線上參與，針對能登半島地震後之災後心理健康支援進行分享與討論。

日本學生相談學會自 1987 年設立以來，以推動大學學生心理健康支援之制度化、專業化為宗旨，除積極參與政策討論外，亦透過學術年會、指引編撰、資格認證與各類培訓機制，持續提升學生支援從業人員之實務能量。會中多位理監事代表就學會歷史、組織架構、人力組成、會員訓練制度等面向進行詳細簡報，並針對日本心理健康支援之發展脈絡、學生相談制度與諮商專業之法律定位，提出具體案例與政策背景。

座談後段聚焦於能登大地震後，金澤地區各大學如何結合教職員、心理師與校內外資源，進行災後學生心理照護之整合實踐。臺灣代表團則就災害應變、學會間合作、諮商專業界線與大學教職員角色等多項議題提出交流與提問，互動熱絡，對彼此制度發展與實務運作獲得深刻理解。

座談結束後，由大正大學田附 Aeka 副教授親自導覽校內學生心理支援設施，包含臨床心理學系教學區、附設諮商機構、學生閱覽與學術研究空間，及位於校園一隅之宗教文化設施。過程中，代表團對大學心理師訓練流程、公認心理師與臨床心理師之課程設計，以及心理諮商空間之功能設計與服務對象，皆有深入觀察與討論。雙方更進一步就諮商專業與醫療行為之界線展開制度性對話，對比臺日諮商制度在法制設計、資格認證與服務範疇上之差異。

（五）座談內容重點摘要

1. 組織架構與會員組成

日本學生相談學會成立於 1987 年，是以個人會員為主之專業學術團體。組織架構包括理事長、副理事長及事務局長，並設置理事會與監事會以維持專業水準。會員多為來自各大學之心理諮商工作者、教育人員及學生支援專業人士，學會強調會員個人專業成長與跨校交流，而非以學校機構為單位之會員制度。目前會員數約 800 餘人，涵蓋全國各大專校院心理健康支援從業人員。

2. 主要活動與專業培育

學會每年舉辦全國性學術大會與會員聚會，為會員及外部教職員提供培訓課程，持續推動學生心理健康相關知識與

技能之提升。學會負責大學輔導人員及學生諮商人員資格認定工作，並發行學術期刊《學生相談研究》及專業指引。2010 年首度發行《學生相談手冊》，2020 年進行更新，作為業界標準與實務參考。此外，學會每年舉辦秋季研修會，參與人數達 350 人以上，開放全國教職員參加，促進專業交流與實務提升。

3. 政策參與與指引制定

學會積極參與文部科學省等政府機關政策制定，協助修訂學生心理健康相關法規及政策，會員常任政府各委員會成員。2000 年學會參與推動從教師中心到學生中心之學生支援轉型，影響深遠。學會制定之指引於 2013 年首次發布，計劃於 2025 年 5 月推出改訂版，為日本各大學提供操作標準。此外，學會亦參與推動 2017 年公認心理師法之立法過程，為大學心理健康專業人員法制化奠定基礎。

4. 大學間合作與資訊共享機制

學會推動跨校合作，定期（每兩年）進行學生相談單位調查，發布針對自殺預防、發展障礙學生支援等專題指引。疫情期間迅速推動線上諮商指導方針，為各大學提供實務操作準則。學會建立資訊共享平台，促進各校經驗交流與最佳實務案例分享，特別在處理複雜個案或危機事件時，提供跨校諮詢與支援機制。

5. 多層次學生支援架構

學會倡導學生支援須涵蓋全校層面，分為三大支援層級：普及性之全體學生支援包括心理健康教育與預防宣導、導師及指導教授之持續關懷，以及專業學生相談機構之深入介入。

各層級強調協同合作與資訊流通，確保學生獲得適切支援。此外，學會提出學生生活循環概念，依據新生入學、適應期、畢業準備與畢業後等四階段，因應不同心理健康需求。

6. 災後心理支援實務經驗

能登半島地震後，金澤工業大學與金澤大學均迅速成立心理支援團隊，提供緊急及長期心理關懷。金澤工業大學除提供個別諮商外，將心理健康教育納入必修課程，推廣壓力管理與心理避難訓練。金澤大學 Keypad 團隊整合公認心理師、臨床心理師、醫師、護理師及校園輔導員等多專業人員，展開個別諮商、團體活動與健康促進工作，強調「寄り添う」（陪伴）之精神。兩校經驗顯示，災後心理支援需要長期規劃與跨專業合作，並重視學生主體性與復原力培養。

7. 課程設計與專業團隊交流

針對金澤工業大學「實踐幸福感」必修課程，課程為一學期制，每週一次，共 15 週，內容涵蓋心理測驗、正向心理學練習、溝通技巧與自我覺察，強調實務操作與學生參與。該課程採小班制教學，結合理論與實務，並定期評估學習成效。雙方就心理師資格制度差異進行深入討論，了解日本諮商不視為醫療行為，法規相對寬鬆，惟仍強調專業倫理與持續督導之重要性。

8. 國際交流展望與未來合作

雙方明確表達持續深化合作意願，臺灣代表團期待借鑑日方經驗，提升國內學生心理健康支援體系。日本學生相談學會亦展現開放態度，願與臺灣學會在國際平台加強溝通與

交流，包括共同舉辦研討會、專業人員交流訪問、研究合作等，為亞洲區域心理健康服務建立合作典範。

9. 大正大學設施參訪與運作觀察

參訪團實地觀察大正大學臨床心理學科與附設心理諮商室，該校結合學科養成與社區服務，提供臨床心理師與公認心理師雙軌培育。心理諮商室設有個別諮商室、團體諮商室及觀察室，設備完善且注重隱私保護。圖書館規劃學習共享空間與分層閱覽區，展現學生學習需求多元化。校園內宗教建築設計體現文化意涵，成為精神支持之象徵，亦反映該校佛教背景對心理健康理念之影響。

（六）心得與建議

1. 強化跨校與跨領域整合學生心理健康支援體系

日本學生相談學會以個人會員為基礎，促進跨校合作與專業交流，為臺灣提供良好參考。我方應進一步強化大學間聯繫與資訊共享，推動專業認證與持續教育，並整合心理、教育與醫療等資源，提升服務效能與品質。

2. 推動多層次學生支援模式，完善全校學生照護網絡

學會推崇從全體學生支援到導師及專業諮商機構三層次結合之支援架構，切合不同學生需求。各大專校院應深化導師系統功能，結合專業諮商資源，建立完整轉介與追蹤機制。特別是面對多元文化及國際學生，必須注重多語言與文化敏感度，打造更貼近學生生活實況之支援方案。

3. 加強災後心理支援體系之整備與培訓

金澤工業大學與金澤大學在能登半島地震後迅速展開心理支援，展現卓越的危機應變與團隊協作能力。此經驗啟示學校心理健康部門應深化與政府及民間專業資源合作，完善

災後心理介入機制，並持續推動災害心理救援訓練，提升相關人員專業素養，確保災後心理照護的專業性與有效性。

4. 完善心理健康課程與學生正向心理發展推廣

金澤工業大學「實踐幸福感」課程強調自我覺察與正向心理學，為心理健康教育提供優良範例。臺灣也有大學已實行類似課程，將心理健康納入必修，運用多元教學強化學生自我管理與情緒調適，並結合追蹤與實務工作坊，提升學生面對壓力的韌性。

5. 促進國際交流與專業認證制度之相互理解

此次交流中雙方就心理師資格與諮商定義存在差異，凸顯跨國合作需以相互理解為前提。臺灣與日本可持續深化學術與專業對話，推動雙邊甚至區域性心理健康專業認證互認，促進專業人員流動與交流。國際合作亦可促進臺灣心理健康支援體系之國際化與多元化發展，提升整體服務品質。

6. 建立學會組織與政策參與機制

日本學生相談學會在政策制定中展現積極參與的良好典範。建議我國相關專業學會應持續提供良性建議與專業意見，積極參與政策對話及法規研修過程，發揮專業引領功能，協助建構符合在地需求且具前瞻性的心理健康支持制度，並與政府部門形成協作夥伴關係，共同提升校園心理健康服務之品質與效能。同時，也可透過定期調查與研究，更深入了解學生心理健康的趨勢與需求，持續優化服務品質。

7. 重視校園文化及精神支持設施之建設

大正大學參訪顯示校園不僅提供學術與諮商服務空間，還重視文化與精神層面之支持，如宗教建築與學習共享空間設計，提升學生心理安全感與歸屬感。在規劃校園心理健康設施時，若多考量多元文化背景及學生心理需求，必能打造具有人文關懷與社群連結之環境，促進學生全面發展。

（七）結語

此次參訪讓我們深刻認識在學生心理健康領域之功能與實務經驗。從個人會員制度到多層次支援架構，從災後心理關懷到持續培訓與政策參與，日本學生相談學會皆呈現系統性與前瞻性思維。此不僅是制度之展現，更是對學生生命全程支持之深刻承諾。

日本學生相談學會之經驗特別值得關注之處在於，其不僅建構完善之專業支援網絡，更重視政策參與與標準制定，形成由下而上與由上而下並重之發展模式。該學會透過跨校合作、專業培訓與政策倡議，有效提升全國大學心理健康支援之整體水準，其運作模式與成功經驗為我方相關工作提供重要參考。該學會在災後心理支援、專業人員培訓、政策參與等方面之創新實踐，亦為我方面對類似挑戰時提供寶貴借鏡。未來，持續深化雙方對話與交流，將是提升學生福祉與教育品質之重要契機，並有助於建立更具韌性與包容性之亞洲高等教育心理健康支援網絡。

（八）照片記錄



考察團與日本學生相談學會代表於大正大學合影留念



日本學生相談學會會長東京大學高野明教授介紹日本學生相談學會功能

此次為高野教授第三度與參考團交流



大正大學重視校園文化及精神支持設施之建設，提升學生心理安全感與歸屬感

十、早稻田大學

（一）座談時間：2025 年 5 月 20 日下午 2 時至 4 時

（二）座談地點：早稻田大學戶山校區（東京都新宿區戶冢町一丁目
104 番地）

（三）日方與會代表

1. 學生部事務部長兼職涯中心兼學生健康增進互助會理事長：
友金孝夫理事長
2. 學生部事務副部長兼保健中心長：大久保裕子事務長
3. 保健中心學生相談室：檜木啓二職員
4. 保健中心學生相談室：中川浩子職員
5. 學生生活課學生健康增進互助會：上野雅之職員
6. 學生生活課學生健康增進互助會：池内麻実職員

（四）參訪過程概述

考察團抵達早稻田大學後，受到校方熱烈且周到之接待。原本校方規劃由考察團中三位成員進行校園參訪，其餘成員則留守進行座談交流，但經過雙方簡短討論後，決定全體成員均以座談形式進行深度交流。

此次座談氛圍融洽，考察團成員積極提問，針對早稻田大學學生心理健康支援體系、諮商服務運作、危機管理及多元文化支援等核心議題展開深入探討。校方代表詳細分享其系統架構、諮商師配置與服務特色，尤其強調無次數限制之諮商服務與 24 小時線上諮商機制對學生身心健康之重要支持。

此外，雙方就學生心理健康挑戰、留學生支援及跨部門合作等實務經驗進行熱烈交流，增進雙方理解與合作意願，為未來學術與實務合作奠定堅實基礎。

（五）座談內容重點摘要

1. 保健中心身心健康支援體系架構與職能

早稻田大學保健中心專注於學生身心健康，主要分設心理諮商部門、診療部門與健康教育部門三大核心職能。心理諮商部門由二十四位專業諮商師組成，覆蓋早稻田校區及戶山、西早稻田、所澤三個分校區。診療部門則包含內科、精神科及身心內科醫師，提供多元醫療服務，並與校外醫療機構保持緊密合作。健康教育部門規劃「心與體的健康」系列課程，提升學生整體健康素養。

2. 心理諮商師專業分工與校區配置

早稻田大學之二十四位心理諮商師分為二位專任人員、六位上勤人員（五年任期）與十六位兼任人員。主校區每日約八位諮商師輪班，戶山校區與西早稻田、所澤校區亦依學生規模設置諮商人力。兼任諮商師彈性工作，部分具備多語能力，如兩位中文諮商師專責服務有語言需求之留學生。諮商師平均每日接案數約五至七件，專任人員因兼負行政與外展任務，實際個案量相對較少。

3. 無次數限制之實體諮商制度與長期追蹤

學生可不限次數接受實體諮商，配合個別需求安排諮商頻率，部分學生自大學一年級持續諮商至博士班，反映該制度重視長期關懷與深度輔導。此設計促進個案之持續跟進，提升心理健康服務成效，充分體現以學生為中心之服務理念。

4. 線上諮商作為實體服務之有效補充

為緩解繁忙季節諮商等候時間，早稻田大學與 Cotree 公司合作，提供二十四小時全年無休線上諮商服務，合計約全年三百五十次，每月約三十次免費服務。雖使用率約六成至七成，但該線上平台作為替代方案，確保學生在急需時可即時獲得心理支持。

5. 語言與文化適應支援之創新措施

針對不熟悉日語或英語之留學生，早稻田大學配備兩位能講中文之兼任諮商師，降低語言障礙，提升留學生心理支援之可近性。該作法展現學校對多元文化之重視及國際學生之關懷，值得借鏡。此外，學校亦積極培養具跨文化敏感度之諮商專業人員，以因應日益多元之學生背景。

6. 健康教育課程強化學生心理韌性與自我照護能力

保健中心推動「心與體的健康」課程，包含睡眠管理、性別平等、自殺防治、發展障礙等主題，分春、夏兩學期共十四堂課，修課學生可獲得正式學分。課程邀請校內外專家授課，注重理論與實務結合，有效提升學生心理健康意識與自我調適能力。此課程設計體現預防性心理健康促進之理念。

7. 危機管理流程嚴謹且人性化

當學生出現嚴重精神危機時，諮商中心會依專業倫理解除保密義務，立即聯絡學生所屬系所，並由系所職員陪同就醫。對留學生則積極聯繫家長，特別是亞洲鄰近國家，確保學生在校外亦能獲得支持。校內診療部門及諮商師密切合作，

提供轉診與醫療銜接服務，形成跨部門協力之危機應對體系。

8. 諮商師之多重角色與外展服務

專任諮商師除提供諮商外，負責行政管理、需求調查、緊急個案處理及系所協調，並每週兩次在校內七號館設置諮商攤位，為教職員提供心理支持與諮詢服務。此外展模式推廣心理健康文化，深化校園整體支持網絡，體現心理健康服務之全面性與主動性。

9. 現存挑戰與改進方向

隨著學生心理健康需求持續攀升，諮商人力及空間資源仍相對不足。尤其留學生緊急支援面臨家長難及時抵達之現實困難。學校持續尋求增強資源投入、擴大服務容量及提升跨文化支援效能，確保服務品質與即時性。此挑戰反映高等教育心理健康服務普遍面臨之資源配置問題。

（六）心得與建議

1. 構建彈性且無限次數之諮商服務有助長期心理關懷

早稻田大學之無次數限制實體諮商政策，充分尊重學生多樣且長期之心理需求，建立持續信任關係與個案穩定性。此制度應納入參考，突破既有諮商次數框架，推動個案長期追蹤與階段性介入，真正落實以學生為中心之服務理念。

2. 結合線上諮商與實體服務提升心理支持可及性

透過與外部線上平台合作，早稻田大學成功減少學生等候時間，提升服務彈性與全天候可用性。我方可以仿效引入類似機制，特別是疫情後線上心理健康服務成重要趨勢，可兼顧學生偏好及即時需求，形成實體與虛擬並重服務模式。

3. 多語種專業諮商師配置是國際化大學不可或缺的元素

早稻田大學中文兼任諮商師之設置有效解決留學生語言障礙，增進心理諮商服務之親和力與效果。顯示大專校院應強化外語專業諮商師之培育與聘任，並深化跨文化心理健康服務之廣度與深度，致力建立更具包容性與多元化之學生心理健康支持體系。

4. 跨部門合作與系所聯繫強化危機管理效能

早稻田大學危機處理模式強調諮商中心與學生系所之即時聯繫及家長溝通，有效建立多層支援網絡。完善危機通報與陪同就醫制度為我方可學習之項目，促進校內外整合資源，保障學生生命安全，並建立標準作業程序以提升應變效率。

5. 健康教育課程制度化推動學生自我保健能力

早稻田大學課程涵蓋心理健康多元面向，具備學分認證制度，提升學生參與動機與自我覺察。再次證明擴大健康教育課程覆蓋面非常重要，結合實務案例及專業講座，培養學生正確心理健康知識與應對策略，將預防性心理健康促進融入正式課程體系。

6. 持續擴增諮商資源與設施，應對心理需求增長

早稻田大學面臨資源瓶頸問題，反映高等教育中心理健康服務普遍挑戰。我方也應持續爭取經費，優化諮商空間配置，並引入更多心理健康專業人力，提升服務品質與可及性，建立可持續發展之支援體系。

（七）結語

早稻田大學在學生身心健康與心理諮商體系建設上展現高度專業與制度完整性。其無次數限制之實體諮商與 24 小時線上

服務，有效滿足學生多樣需求，縮短等候時間。針對留學生，設有中文諮商師突破語言障礙，提升國際學生支援品質。健康教育課程涵蓋多元主題，強化學生心理韌性與自我照護能力。

危機管理方面，早稻田大學結合跨部門協作與家長支持，確保精神健康緊急事件獲得即時處理。諮商師除個案輔導外，亦負責行政與教職員支援，推動校園心理健康全面發展。儘管面臨學生需求增加與資源有限之挑戰，早稻田大學持續擴充人力與設施，為我方提供重要借鏡。

該校經驗特別值得關注之處在於，其建構了從預防到治療、從個別到群體、從校內到校外之全方位心理健康支援體系。無次數限制之諮商政策體現對學生個別差異之尊重，線上諮商平台展現服務創新與彈性，多語言支援突顯國際化視野，而健康教育課程則反映預防導向之理念。

未來我方應結合多元服務模式與跨文化支援，完善危機應對機制，並持續投入資源提升服務品質與可及性。早稻田大學之經驗啟示我們，建構有效之學生心理健康支援體系，需要制度創新、資源投入與文化轉型並重，方能真正回應現代大學生複雜多元之心理健康需求，提升學生整體校園福祉。

(八) 照片記錄



考察團與早稻田大學代表合影留念



全體成員均以座談形式進行深度交流

肆、綜合心得感想與建議

一、綜合心得感想

本次赴日考察團透過與日本教育部門、頂尖大學及專業學會之密切交流，對日本高等教育學生心理健康支援體系獲得全面且深刻之理解。此行不僅達成原訂考察目標，更在多個層面超越預期，為我方推動學生心理健康工作提供珍貴之實務經驗與政策借鏡。

（一）制度架構與政策理念之深度理解

透過與文部科學省之座談交流，深入了解日本學生心理健康政策之頂層設計與實施架構。日本雖未如臺灣設有明確之法定人力配置標準，但其制度彈性與因校制宜之特色，反而展現出另一種政策智慧。各校依據自身規模、學生特性與地區資源，發展出多元化之服務模式，既保持專業水準，又能靈活因應實際需求。此種制度設計思維，提醒我方在追求標準化之同時，亦應保持必要之彈性空間，讓各校能在基本保障前提下，創新發展符合校情之支援模式。

更值得注意的是，日本透過與專業學會合作，建立由下而上之政策形成機制。日本學生相談學會不僅參與政策制定，更透過專業指引、人員培訓與品質認證，形成政府政策與實務現場間之有效橋樑。此種官民協力模式，避免了政策與實務脫節之問題，確保政策制定能反映第一線需求，同時維持專業水準。

（二）整合性支援體系之創新實踐

本次參訪最令人印象深刻的發現，是日本各大學普遍建立整合性學生支援體系，打破傳統單位界線，形成跨專業、跨部門之協作網絡。東京大學之學生支援研究開發中心整合五個不同專業窗口，提供一站式服務；筑波大學透過人力賦能推進局，以需求

導向取代標籤分類；慶應義塾大學建立協生理念，將多元共融融入支援體系設計。這些創新實踐共同指向一個核心理念：學生心理健康支援不應侷限於狹義之心理諮商，而需建構涵蓋學習、生活、文化適應與全人發展之整體支持網絡。

特別值得關注的是，這些整合性體系並非簡單之組織合併，而是在保持專業分工基礎上，強化協調機制與資訊共享。各校皆設有定期會議制度，建立跨單位協作平台，並透過個案管理系統，確保服務之連續性與一致性。此種做法有效避免學生在不同單位間奔波，提升服務效率，更重要的是形成全校性之支持氛圍。

（三）學生主體性與社群參與之重視

另一個重要發現是日本大學對學生主體性之高度重視。筑波大學之 Peer Support 系統與 T-Act 專案，鼓勵學生從受助者轉變為參與者；慶應義塾大學之學生志工支援網絡，讓學生成為多元共融之推動者；金澤工業大學災後重建中，學生自發參與社區服務，展現行動療癒之力量。這些實踐共同展現一個重要理念：心理健康支援不應僅是專業人員對學生之單向輸入，更應激發學生內在動能，培養其自助助人之能力。

此種強調學生主體性之做法，不僅有效降低心理健康汙名，更在校園中營造互助共學之文化氛圍。學生透過參與支援工作，不僅獲得成就感與歸屬感，更培養同理心與社會責任感。此種由下而上之社群力量，往往比專業介入更能深入學生日常生活，形成持續性之支持網絡。

（四）多元文化與國際化視野之融入

隨著高等教育國際化進程，如何為不同文化背景學生提供適切支援，已成為重要課題。日本各大學在此方面展現豐富經驗，

從東京大學之多語言心理諮商服務，到御茶水女子大學之跨性別學生支援政策，從早稻田大學之中文諮商師配置，到筑波大學之國際性日常化理念，皆體現對多元差異之尊重與包容。

更重要的是，這些大學不將多元文化視為需要解決之問題，而是視為豐富校園文化之資源。透過國際學生與本地學生之互動交流，促進雙向理解與成長；透過不同文化背景學生之參與，豐富支援服務之內涵與方法。此種將多元化轉化為優勢之思維，值得我方在推動國際化過程中深度學習。

（五）災後心理支援之創新模式

金澤工業大學在能登半島地震後之應對經驗，為災後心理支援提供新的思考方向。該校未採用傳統之臨床心理介入模式，而是結合學生主動參與，透過建立資訊平台、組織志工服務等，讓學生在行動中獲得療癒。此種行動導向復原力模式，不僅有效減輕創傷症狀，更培養學生面對困境之韌性與社會參與能力。

筑波大學在 311 地震後之類似做法，進一步驗證此種模式之有效性。這些經驗提醒我們，災後心理支援不應僅聚焦於創傷治療，更應關注復原力培養與社會連結重建。透過讓受災者成為助人者，不僅促進個人復原，更強化社區凝聚力，形成正向循環。

（六）專業發展與品質保證之重視

日本各大學普遍重視專業人員之持續發展與服務品質提升。從東京大學通過國際認證，到日本學生相談學會之專業培訓體系，從各校之督導制度，到跨校經驗分享平台，皆展現對專業標準之堅持。特別是透過學會組織，建立同儕學習與相互支持網絡，不僅提升個別專業人員能力，更促進整體領域之發展。

此外，各校皆重視教職員之心理健康知能培訓，將心理健康支援視為全校性責任，而非僅是專業人員之工作。東京大學每年提供 2,000 人次教職員培訓，御茶水女子大學規劃系統性講座課程，皆體現此種全校參與之理念。此種做法有效擴大心理健康守門人網絡，提升早期發現與適時轉介之效能。

（七）預防導向與全人發展之理念實踐

本次參訪發現，日本各大學普遍從問題解決導向轉向預防促進導向，從症狀治療轉向全人發展。東京大學設立校園幸福感推進部門，金澤工業大學開設「實踐幸福感」必修課程，早稻田大學推動「心與體的健康」系列課程，皆體現此種理念轉變。

此種預防導向不僅體現在課程設計上，更融入校園文化建設中。從慶應義塾大學之平靜空間設置，到筑波大學之校園環境規劃，從各校之同儕支持網絡，到多元活動設計，皆在營造有利心理健康之校園生態系統。此種做法突破傳統將心理健康視為個人問題之框架，轉而關注環境因素與系統性影響。

（八）實務創新與技術應用之探索

面對學生需求增長與資源限制之挑戰，日本各大學積極探索創新服務模式。早稻田大學與線上平台合作，提供 24 小時諮商服務；各校普遍建立線上預約系統，提升服務便利性；慶應義塾大學發展混合式服務模式，兼顧不同校區需求。這些創新不僅提升服務效率，更拓展服務邊界，讓更多學生能獲得適切支援。

同時，各校亦重視傳統面對面服務之價值，在創新與傳統間尋求平衡。此種務實態度值得學習，提醒我們創新應以提升服務品質為目標，而非為創新而創新。

（九）文化傳承與現代創新之結合

大正大學之參訪展現宗教文化與現代心理學之結合，御茶水女子大學體現傳統女性教育與當代性別平權之融合，各校皆在文化傳承與現代創新間找到平衡點。此種做法不僅豐富心理健康支援之內涵，更增強學生之文化認同與歸屬感。

這些經驗提醒我們，推動心理健康工作不應忽視文化脈絡與在地特色。結合文化資源與現代專業，往往能產生更深層之療癒力量，也更能獲得師生認同與支持。

綜合檢視本次考察成果，可以肯定地說，此行不僅達成原訂目標，更在多個面向超越預期。我們不僅深入了解日本學生心理健康支援之制度架構與實務運作，更獲得豐富之創新理念與實踐經驗。透過與日本政府部門、大學及專業學會之多層次交流，建立良好合作關係，為未來持續交流奠定基礎。

更重要的是，此次考察促進我方對學生心理健康工作之深度反思。有效之心理健康支援不僅需要專業技術，更需要制度創新、文化建構與全校參與。從日本經驗中，我們看到制度彈性與專業堅持並重、個別化服務與系統性支援結合、傳統文化與現代創新融合之可能性。

展望未來，我們將以本次考察成果為基礎，結合我國實際國情與發展需求，推動學生心理健康支援體系之持續精進。透過政策創新、制度改革、文化建構與專業提升，努力建構更加完善、有效且具人文關懷之學生心理健康支援體系，真正實現以學生為中心之全人教育理念，促進每一位學生之身心健康與全面發展。

二、建議

本次赴日考察所獲得之深度觀察與實務經驗，顯示臺灣各大專校院應自校級戰略高度出發，系統性地檢視與規劃學生心理健康支援體系，並將其納入提升學校整體競爭力與教育品質之重要策略投資，促進校園身心健康環境之永續發展。以下從教學課程、研究發展及校務治理三個面向，提出具體建議。

（一）教學與課程面

臺灣各大專校院應積極推動心理健康教育之課程化與制度化，將學生心理健康服務由邊緣化之輔助角色轉型為核心教育內容，深化學生心理素養與自我調適能力，提升整體教育品質與校園福祉。參考金澤工業大學「實踐幸福感」必修課程及早稻田大學「心與體的健康」系列課程經驗，建議各校應依據學生特性及各專業領域之需求，設計階段性心理健康促進課程，循序漸進培育學生心理調適與自我關懷能力，促進其全人發展與學習成效提升。此類課程應融合正向心理學、壓力管理、人際溝通、文化適應等多元主題，採用體驗式學習與實務操作並重之教學方法，並納入正式學分體系，確保學生參與動機與學習成效。

同時，各校應強化教師心理健康知能培訓，建立常態化之教職員心理健康教育機制。參考東京大學每年提供 2,000 人次教職員培訓之做法，建議各校將心理健康基礎知能納入新進教師研習、導師培訓及在職進修課程中。特別是針對不同職能需求，設計分級培訓模組，包括心理困擾識別、初步介入技巧、危機處理流程及轉介機制等，讓每位教職員都能成為學生心理健康之守門人。

此外，各校應積極發展跨文化教學能力，因應國際化趨勢與多元學生需求。借鏡日本各大學之多語言支援經驗，建議培養具

備跨文化敏感度之教學人員，開發適合不同文化背景學生之教學方法與課程內容，並建立多語言學習支援機制，確保國際學生能獲得平等之教育機會與心理支持。

（二）研究與發展面

學生心理健康研究應視為重要學術發展領域，並建立跨領域研究合作平台。參考筑波大學人力賦能推進局之整合模式，各校或可成立學生心理健康研究中心或類似機構，整合心理學、教育學、社會學、醫學等不同領域專家，共同開展本土化研究。重點研究方向應包括：臺灣大學生心理健康現況與趨勢分析、不同族群學生心理需求特性、校園心理健康促進策略效果評估、危機預防與介入模式開發等。

同時，各校應積極推動國際合作研究，建立與日本、韓國等亞洲國家大學之長期研究夥伴關係。透過比較研究、聯合調查、人員交流等方式，深化對東亞文化脈絡下大學生心理健康議題之理解，並共同開發適合亞洲學生之心理健康促進模式。此種國際合作不僅能提升研究品質，更能建立學校之國際聲望與影響力。

各校亦應重視實務研究與成果轉化，建立研究與實務間之有效橋樑。建議設立實務導向之研究計畫，鼓勵研究人員與第一線諮商師、學務人員合作，開發具有實用價值之工具、方法與模式。同時建立研究成果轉化機制，將研究發現快速應用於實務工作中，形成研究與實務之良性循環。

（三）校務治理與行政面

各校應從治理結構層面進行革新，建立整合性學生支援體系。參考東京大學學生支援研究開發中心之一站式服務模式，建議各校成立校級學生支援統籌單位，整合原先分散於不同處室之心理

諮商、特殊教育、國際學生服務、健康促進等功能。此統籌單位應直接隸屬校長室或學務處，具有足夠權限協調各部門資源，並建立跨單位合作機制，確保服務之連續性與一致性。

在人力資源配置方面，各校應採取多元化策略，突破傳統單一專業人力模式。建議建立心理師、社工師、護理師、諮商師等多專業團隊，並培養具備跨領域能力之複合型人才。同時參考日本大學之彈性聘用制度，結合專任、兼任及志工等不同類型人力，建立可持續之人力資源體系。特別是在多語言服務方面，應積極培養或聘用具備外語能力之專業人員，提升國際學生服務品質。

各校應建立完善之品質保證機制，確保服務專業水準。建議參考東京大學通過國際認證之經驗，積極申請相關專業認證，建立定期評估與改善機制。同時建立服務滿意度調查、成效追蹤、同儕督導等品質管控措施，確保服務品質之持續提升。此外，應建立危機處理標準作業程序，明確各級人員職責與處理流程，提升緊急事件應變能力。

伍、總結展望

本次考察的最大收穫，在於透過實地觀察與深度座談，讓臺灣高等教育能更具體掌握國際間在心理健康政策推動上的多元實踐與策略樣貌。日本的經驗清楚展現出心理健康政策與學校治理、教育理念、文化敏感性、危機應變能力之間的高度連結，也凸顯心理健康不應只是單一專業的事務，而是整體高教體系中不可或缺的核心要素之一。

展望未來，臺灣高等教育心理健康政策的進化，不應侷限於硬體與人力的堆疊，而應從制度設計與價值文化的深層改革做起。我們應思考如何打造全人教育的支持性環境，將心理健康視為促進學生發展的基石，而非補救性工具；如何強化校園治理中的橫向整合與垂直協作，使所有教職員均能成為心理健康守門人；如何讓學生成為心理健康服務的參與者與創造者，而非被動接受者。

同時，鑑於疫情變遷、國際流動及科技革新等全球性挑戰日益嚴峻，高等教育心理健康支持系統須與時俱進，強化快速反應機制，擴展多元服務型態，並積極導入科技輔助工具，以提升整體服務效能與因應能力。積極推動跨國心理健康資源共享平台之建置、心理健康服務之數位轉型，以及跨境實習與國際認證制度之推廣，是未來心理健康支持體系與全球趨勢接軌之重要策略，有助拓展教育影響力並提升社會整體韌性。

心理健康政策的進展，並非一蹴可幾，而是一項長期耕耘的教育工程。我們必須以學生為中心、以整合為基礎、以文化為導向、以社群為支撐，持續推動心理健康制度的在地深化與國際連結，讓每一位學生在多變的學習與生活挑戰中，皆能獲得有溫度、有尊嚴、有專業的支持。

同時也應正面肯定臺灣在心理健康政策與制度發展上的既有基礎與努力。近年來，我方已積極推動三級輔導制度、設置專職心理師、建立校園危機處遇流程，並透過法定人力標準、校安通報制度及學生輔導法等規範，為

學生提供基本安全網。部分學校更逐步建構全校性心理支持文化，例如將心理素養、人文課程納入必修課程、推動心理健康週活動、設置心靈小棧與諮商推廣志工團，展現出與國際趨勢接軌的企圖與實踐能力。

此外，臺灣在心理健康與公共衛生整合方面亦展現創新作為，如結合健康檢查實施心理健康篩檢、與社區精神醫療網絡建立轉介合作機制等，在預防性照顧與醫療銜接方面逐步強化。這些成就不僅獲得本次日本夥伴的高度肯定，也顯示臺灣在資源有限下，持續努力突破挑戰、拓展學生服務的堅韌精神。

因此，未來推動高教心理健康政策改革時，宜在肯定現有基礎與成果的同時，持續深化橫向整合、強化文化敏感與國際連結，將臺灣打造為一個能在東亞乃至全球高教領域中發聲、共享與共學的心理健康典範。