**第1章 前言**

**1-1 背景介紹**

在現代社會，人們越來越重視心理健康。心理健康問題在學生中尤其普遍，許多學生在學業和生活壓力下，可能面臨各種各樣的心理和情感問題，例如焦慮、抑鬱、壓力、學業和人際關係等。這些問題如果沒有得到及時有效的解決，可能會對學生的身心健康和學業成績造成負面影響。

本校學生事務處心理諮商組提供心理健康支持服務，例如諮商協助、講座活動等。然而，對於學生來說，往往需要花費較長的時間等待預約，且可能存在其他因素造成的障礙，例如學生在求助時的緊張和恥辱感。此外，由於學校心理諮商組的資源有限，有些學生可能需要等待很長時間才能得到相應的支持和幫助。

因此，我們認為打造一個便利、快速、易於使用的諮商協助預約系統是非常有必要的。這樣可以幫助學生更快地得到需要的幫助和支持，縮短學生等待時間，同時也可以幫助學校更好地管理諮商協助服務的資源，以更好地滿足學生的需求。

**1-2 動機**

首先，提供諮商協助預約系統的動機是為了解決學生面臨的心理健康問題。如前所述，學生在學業和生活壓力下很容易遭受心理和情感問題的困擾。透過提供便利、快速、易於使用的諮商協助預約服務，學生可以更快地得到需要的幫助和支持，從而更好地應對他們所面臨的挑戰。

其次，提供這樣的服務可以幫助學校更好地管理諮商協助服務的資源。學校的諮商協助服務通常資源有限，且學生需要等待較長的時間才能得到支持和幫助。透過提供預約服務，學校可以更好地管理諮商資源，優化服務安排，減少學生等待時間，更好地滿足學生的需求。

最後，提供這樣的服務也可以幫助學校建立更良好的心理健康支持體系。通過提供快速方便的諮商協助預約服務，學校可以表達對學生心理健康的關注和支持，提高學生對學校心理健康支持體系的信任感和參與度，進一步推動學校心理健康教育和支持的發展。

**1-3 系統目的與目標**

**1-4 預期成果**

首先，透過提供方便、快速、易於使用的諮商協助預約系統，學校可以更好地解決學生的心理健康問題。學生可以更快地得到需要的幫助和支持，提高他們的心理健康水平，進而更好地應對學業和生活中的挑戰。

其次，預期這樣的服務可以幫助學校更好地管理諮商協助服務的資源。透過預約服務，學校可以優化諮商資源的分配，減少學生等待時間，提高服務效率和質量，進而提高學生對學校心理健康支持體系的信任感和滿意度。

最後，透過提供這樣的服務，可以進一步推動學校心理健康教育和支持的發展。學校可以通過這個服務建立更良好的心理健康支持體系，提高學生和教師對心理健康的認識和重視，進而促進學校整體文化的轉變。在長期的發展中，這樣的服務可以成為學校心理健康支持體系中的重要組成部分，對提高學校心理健康水平和學生全面發展具有積極的促進作用。