

新異常：加拿大最新研究發現大專校院學生心理健康管理 面臨困難

駐加拿大代表處教育組

加拿大最近發表一項針對學生心理健康與校內心理諮詢資源普及性的調查研究，結果證實加國大專校院學生持續存在心理健康障礙的挑戰。「新異常：新冠疫情二年期間的學生心理健康」是由加拿大學生聯盟協會（Canadian Alliance of Student Associations，簡稱 CASA）委託加拿大心理健康委員會（Mental Health Commission of Canada，簡稱 MHCC）進行的一份調查研究。

該研究由 Abacus Data 研究機構執行，得出的結論是，儘管有二分之一的大專校院學生使用了學校的心理諮詢資源，但在使用該資源方面仍然存在重大障礙，包括等候時間、擔憂被汙名化以及保密問題等。

CASA 主席 Christian Fotang 表示：「疫情開始至今的兩年多期間，學生的心理健康問題愈發嚴重。隨著學生們準備重返實體課堂，支持學生的心理健康管理應該是首要之務。」

該研究發現，四分之三的學生受訪者報告說，他們的心理健康受到新冠疫情的負面影響，與 2021 年的情況相當。

研究還發現：

- 三分之一的學生表示，大專校院的心理諮詢服務不能滿足他們多樣化的需求
- 主要障礙包括等候時間、不知道如何使用服務以及服務品質，有四分之三的學生不知道如何使用校內心理諮詢服務
- 大部分學生的半數就學資金來自父母和個人儲蓄，只有 15% 的學生辦理學生貸款和獎助學金

聯邦政府在 2021 年有關負責心理健康和成癮議題部長之年度重要政綱中即明確表達為學生心理健康引入一項新預算的積極意圖，希望改善等候時間和增加心理健康護理人員。這些努力將在 2022 年展現到心理健康護理服務的效率和普及率上面。

MHCC 負責計畫案和重要項目的副執行長 Ed Mantler 強調，應該讓學生參與此類政策規劃：「作為世界上第一個大專校院學生心理健康和福祉標準的倡導者，正如標準指導原則中所述，我們呼籲有關單位在發展健康校園的每一個環節中，能夠利用每一個機會來讓學生有效地參與。」

撰稿人/譯稿人：陳怡君

資料來源：Canadian Alliance of Student Association, 「The New Abnormal: new study finds post-secondary students struggling to manage mental health」, Education News Canada , 2022 年 9 月 27 日。
<https://educationnewscanada.com/article/education/level/university/1/981387/the-new-abnormal-new-study-finds-post-secondary-students-struggling-to-manage-mental-health-.html>

