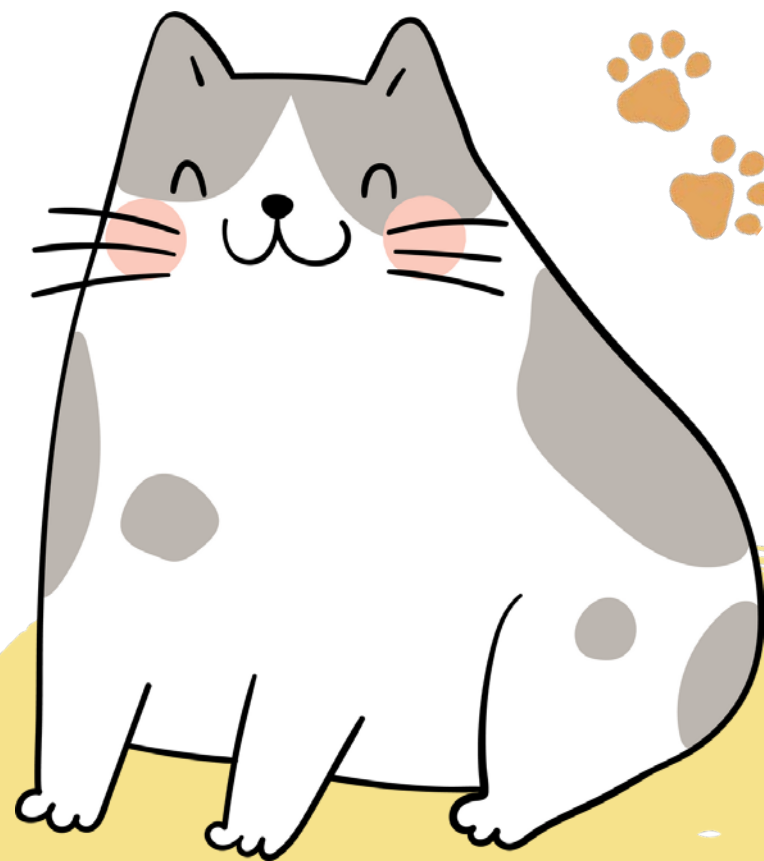


大專院校學生 心理健康關懷量表

—測驗流程說明





手機路徑

 搜尋：

大專院校
學生心理健康關懷
量表

電腦路徑



請掃上方 QR code 進入

Step 1：建立測驗帳號



點選 

【開始填答】

下一步點選 

【尚無帳號】

Step 2：閱讀個人資料蒐集、處理及利用 與施測同意書

個人資料蒐集、處理及利用說明

1. 本量表所蒐集的類別為您的個人資料，包括姓名、出生年月、學校系級、家庭狀況、生活狀況、身心健康狀態等，本資料僅供學校輔導單位了解您的身心健康，於必要時做介入之處置，不會另做他用
2. 個人資料利用的期間、地區、對象及方式：本資料使用期間為您在學期間，地區為台灣境內，以書面、電子、網際網路或其它適當方式合法、合理的使用，利用之對象為學校輔導諮商中心輔導老師。
3. 依照個資法規定，您的權利：您可就本校向您蒐集之個人資料，進行查詢或閱覽、製給複製本、要求補充或更正、要求停止蒐集、處理或利用您的個人資料，或是要求刪除您的個人資料。
4. 您可以選擇不填寫量表，或要求刪除您已填答的資料，您的權益將不受影響。

大學生心理健康關懷量表電腦測驗施測同意書

- 施測方法：採線上施測，大約花您10~15分鐘的時間。
- 這份測驗可以幫助您了解自己的身心狀態，預估自我適應大學生活的情況，做為規劃大學生活的參考。並協助學校輔導諮商中心了解您的身心健康狀況，針對個人需求給予適當之關懷並提供您可以運用的資源。
- 結果報告：只有本校輔導諮商中心的輔導老師於必要時才可調閱，並遵守保密原則及相關倫理。

☒ 我同意上述宣告 ☐ 我不同意上述宣告

Step 3：填答完成

謝謝您的填答！量表已全部填答完成囉：)

Thank you! You have completed the questionnaire :)

可以點選下方按鈕觀看量表結果！

You could click the button below to see your test result!

Result

- 若送不出去，請檢查「同意書是否勾選、是否有題目未填答」。
- 填答完成，點選「觀看測驗結果」

◇ 查看施測結果（綠燈、黃燈、紅燈）

最新測驗結果



您的心理健康亮綠燈，顯示您目前沒有太高程度的心理困擾。若有心理困擾可以尋求輔導諮商中心的協助喔！

心理健康關懷量尺結果

	S01	S02	S03	S04	S05	S06	S07	S08	S09	S10	S11	S12
	同儕 與人 際互 動	家庭 功能 影響	親近 與親 密關 係	課業 與作 息變 化	網路 經驗 與霸 凌	性別 認同 壓力	情境 誘發 情緒	生氣 與衝 動控 制	憤怒 表達 與攻 擊	負 向 認 知	憂鬱 相關 症狀	自 傷 意 念
健康 狀況	綠				黃		綠					



您的心理健康亮紅燈，最近是否有些心
事困擾著您呢？建議您盡快與學校輔導諮
商中心的老師 / 心理師預約時間談談囉！

心理健康關懷量尺結果

	S01	S02	S03	S04	S05	S06	S07	S08	S09	S10	S11	S12
	同儕 與人 際互 動	家庭 功能 影響	親近 與親 密關 係	課業 與作 息變 化	網路 經驗 與霸 凌	性別 認同 壓力	情境 誘發 情緒	生氣 與衝 動控 制	憤怒 表達 與攻 擊	負 向 認 知	憂鬱 相關 症狀	自 傷 意 念
健康 狀況	紅		綠		黃		紅		綠		紅	

測驗結果分為綠、黃、紅三種襯底顏色，其代表之意義如下：

- **綠燈**表示「您的心理健康亮綠燈，顯示您目前沒有太高程度的心理困擾。若有心理困擾可以尋求輔導諮商中心的協助喔！」
- **黃燈**表示「您的心理健康亮黃燈，顯示您在生活中可能有輕度心理困擾或壓力，但不影響日常生活，建議可以適時地尋找紓壓管道、讓自己放鬆以適當排解壓力。」
- **紅燈**表示「您的心理健康亮紅燈，顯示您有明顯的心理困擾及壓力，可能已經影響到您目前的身心狀況，建議您立即尋求專業的資源協助，例如學生輔導中心及心理諮商等資源。」



溫馨小提醒



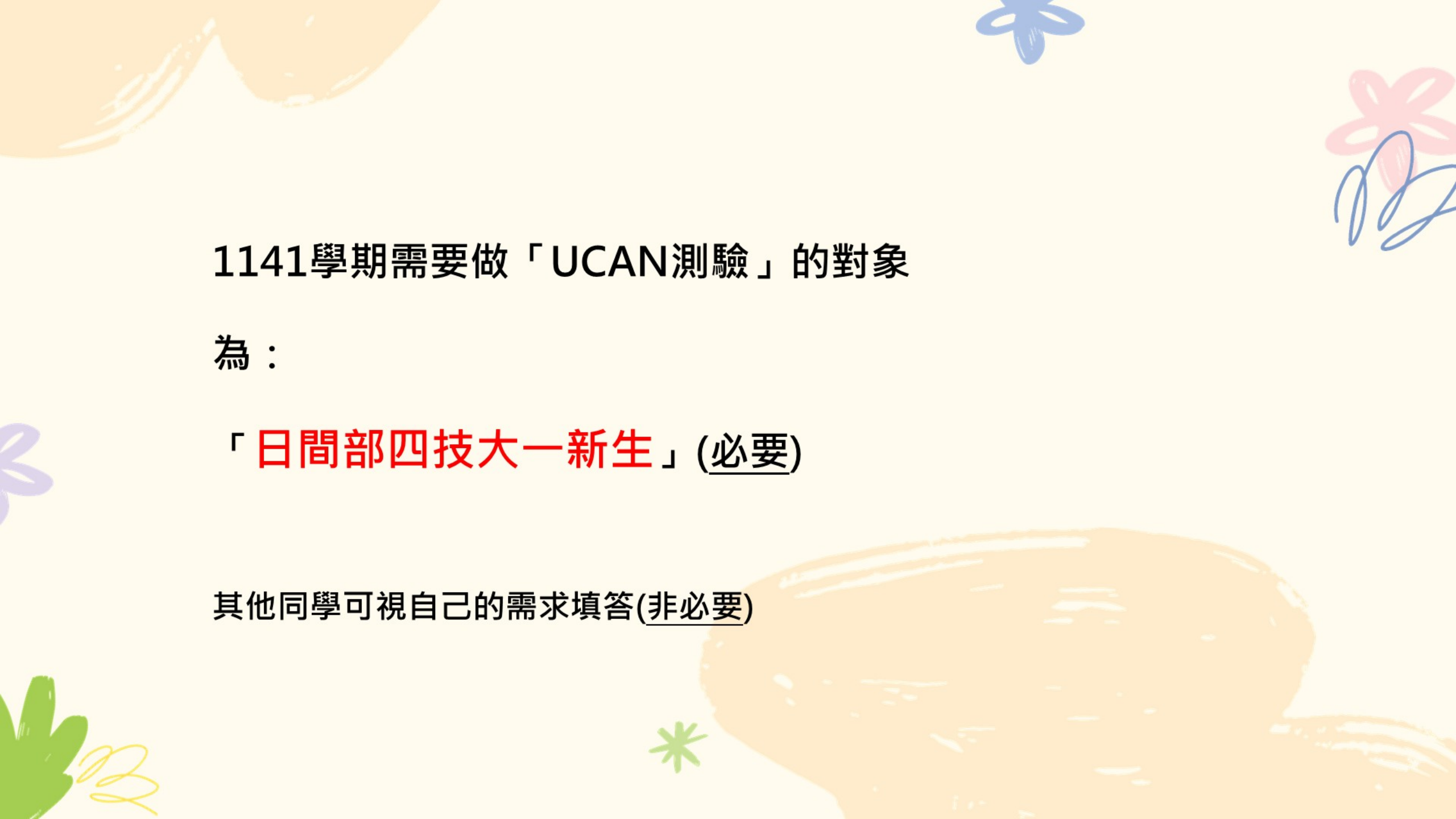
■ 系心理師將依據你的測驗結果，主動表達關懷，或提供

相關資源，協助你更適應大學生活。

■ 若未能即時聯繫上你本人，將請導師就近關心。

■ 有疑惑請找1477林以珊心理師，或親至L105詢問。





1141學期需要做「UCAN測驗」的對象

為：

「日間部四技大一新生」(必要)

其他同學可視自己的需求填答(非必要)

UCAN大專校院就業職能平台—施驗提醒&流程說明

Step 1：搜尋UCAN，或掃QR Code



施測QR Code

Step 2：開啟選單(三條線)後選擇登入



Step 3：申請帳號-還未有帳號者

Can you? **UCAN** 大專校院 就業職能平台
Career & Competency Assessment Network

⋮ [首頁](#) > [登入](#)

登入 Login

***號為必填欄位**

***帳 號**
請輸入帳號

***密 碼**
請輸入密碼

***驗證碼**
請輸入驗證碼

4021

[帳號申請](#) [忘記帳號/密碼](#)

登入

TOP

U

帳號申請

受嚴密保護的個人資料

以下您所輸入的資料均依中華民國「個人資料保護法」規範，未經同意絕不會將您的資料揭露給無關第三者知悉，請放心填答

※ 身 分：
☒ 學生 ☐ 待業者 ☐ 在職者

※ 性 別：
☒ 女 ☐ 男

※ 帳 號：
請輸入帳號
禁止使用身分證字號當作帳號! 帳號最多輸入30個字元的英文字母、數字或_

※ 姓 名：
請輸入姓名

※ 密 碼：
請輸入密碼

※ 確認密碼：
請輸入密碼

TOP

帳號請設定：【1034+大寫字母+學號】

密碼設定：【自己好記得即可】

舉例 - 帳號：1034U1111111

密碼：12345678

其他資料如：學號、科系、班級請一定要填對

提醒 ⚠：

• 備用信箱：

1. 可以填學校備用信箱：

「大寫學號@uspace.hk.edu.tw」

Step 3：已有帳號者請直接登入



The screenshot shows the UCAN (University Career & Competency Assessment Network) login page. At the top, the header includes the UCAN logo and the text '大專校院就業職能平台'. Below the header, a breadcrumb trail shows '首頁 > 登入'. The main heading is '登入 Login'. A red asterisk note states '*號為必填欄位'. There are three input fields: '*帳 號' (Username) with placeholder text '請輸入帳號', '*密 碼' (Password) with placeholder text '請輸入密碼', and '*驗證碼' (Verification Code) with placeholder text '請輸入驗證碼'. To the right of the verification code field, the number '4021' is displayed. Below the input fields, there are links for '帳號申請' (Account Application) and '忘記帳號/密碼' (Forgot Account/Password). A yellow '登入' (Login) button is circled in red. On the right side of the page, there are icons for a refresh button, a speaker icon, and a 'TOP' button. At the bottom right, there is a circular logo with a blue 'U' and a red dot.

已有帳號的人請直接登入即可，登入時請再確認一次**基本資料**是否有誤。

Step 4：開始測驗

UCAN會做兩個
測驗：

- 1.職業興趣探索
- 2.共通職能診斷



Step 5：測驗結果說明

-施測完成後可自行登入ucan至**診斷紀錄**查看個人結果與說明

The image shows a sequence of three screenshots from the UCAN platform. The first screenshot shows the main navigation menu with '診斷紀錄' (Diagnosis Record) highlighted with a red box. The second screenshot shows the 'Diagnosis Record' page with '職業興趣探索診斷結果' (Career Interest Exploration Diagnosis Results) highlighted with a red box. The third screenshot shows the 'Your Career Personality Code' (您的職業性格代碼) page, displaying the code 'SA' (Social and Artistic types) and a list of career-related tasks with their corresponding PR values.

您的職業性格代碼

SA

社會型、藝術型

您的職業性格代碼主要為S社會型、A藝術型。在各類型滿分為12分的評分標準下，社會型的分數是8分、藝術型的分數是7分。代表您對S社會型、A藝術型的職業興趣相較於對其他類型的興趣有明顯的區分。

若以職業性格碼來描述您的職業性格，社會型的特質是對人親切和善，體恤他人，喜歡與人相處，富有同情心。

職場共通職能診斷剖面圖

職場共通職能診斷是依據您在8項共通職能中對自己能力的評估來進行診斷，每個項目滿分為5分。本報告提供您自我評估的結果，提供以下的資訊作為您對於自身能力的瞭解，可以及早進行職涯規劃與學習的準備：

1. 您在各項共通職能的能力的準備程度，優勢以及需要加強的項目
2. 您的共通職能與他人的比較(PR值)
3. 提供給您增進共通職能的建議

職場共通職能	0	能力強度PR值
溝通表達	27	
持續學習	74	
人際互動	32	
團隊合作	69	

如仍無法登入，請職涯股長協助回報於職業股長社群，承辦人會再處理。

如對施測結果感到好奇想進一步討論
歡迎至諮輔中心(L105)詢問

如填答或登入有問題
可聯繫諮輔中心 曾瑞祥心理師
分機：(04)2631-8652#1473
信箱：vipon30828@hk.edu.tw

