

## 北醫大全面守護教職員心理健康，真人專業心理諮商與 AI 虛擬療癒師共同支持教職員

2025-01-15

為守護教職員的身心健康，臺北醫學大學致力於打造全方位的心理支持體系，自 2013 年起與外部心理諮商機構合作，提供教職員專業心理諮商服務，形式包含電話諮詢和面對面諮詢，深受教職員的信任與肯定。為強化心理健康支持體系，本校於 2024 年 12 月推出「AI 心理健康對話服務—虛擬心理療癒師『洋洋』APP」，提供教職員全天無時差、便捷的心理健康服務，完善教職員心理支持體系。

### ■AI 心理健康服務—虛擬心理療癒師「洋洋」APP

隨著人工智慧（AI）技術的蓬勃發展，應用已深入至心理健康領域，為壓力管理及心理支持帶來全新的變化。本校與竹謙科技股份有限公司合作，2024 年 12 月引進 3D 虛擬心理療癒師「洋洋」APP，該方案結合了 AI 技術與心理健康服務，為教職員提供高效、個人化且具高度隱私的心理支持，提供真人般貼心的情感支持及個人化建議，可謂教職員的舒壓解憂良伴。

「洋洋」APP 的推出，不僅為教職員帶來便捷的日常心理支持，也為學校邁向智慧化、打造支持性與關懷文化樹立了新標竿。其主要特色包括：

- 1.24 小時服務：無論何時，教職員皆可隨時獲得心理支持，享受即時陪伴。
- 2.隱私與安全保障：通過國家級資安認證，並採取數據加密技術，保障用戶的隱私與數據安全。
- 3.支援中文：這是市場上唯一支援中文的心理健康 APP，讓使用者能夠更便捷地享受服務。
- 4.提供個性化建議：虛擬心理療癒師「洋洋」APP 不僅能提供情感支持，還能根據個別需求提供個性化建議，成為教職員舒解壓力、釋放情緒的好伴侶。【右圖：「洋洋」APP 不僅能提升了心理健康服務的即時性，也使得心理支持變得更加便利與普及】（操作說明：請參閱[人資處福利網頁](#)-身心靈健康措施/活動-AI



心理健康服務-虛擬心理療癒師洋洋)

## ■專業真人心理諮商服務

本校合作諮商機構多元，教職員可透過專業的心理諮商服務得到全面支持，自 2013 年起與外部專業機構合作以來，深獲使用教職員高滿意度，其專業諮商服務，由具國家認證資格的心理諮商師提供，可諮商範疇涵蓋各種心理議題。服務形式包括面對面諮詢及電話諮詢，讓教職員能夠在安心、信任的環境下進行深度交流，解決內心困惑，並找到有效的應對策略。【左圖：所有的心理諮商服務均採取嚴格保密措施（照片為示意圖）】



為保障教職員的隱私與安全，所有的心理諮商服務均採取嚴格保密措施，確保每位教職員都能在不受干擾的情況下進行分享與討論。在長期使用中建立了良好的口碑，並成為學校心理健康支持體系的一環。

AI 心理健康服務和專業真人心理諮商服務相輔相成，提供教職員全天候的情感支持與專業心理協助。這樣的雙軌方案不僅為教職員提供了日常的心理支持，還在重大心理需求時提供專業的深度輔導，幫助教職員在工作與生活中實現身心健康與職場效能的雙贏。

日後，北醫將持續提供教職員專業心理諮商服務，作為員工堅強的後盾，希望能在關鍵的時刻協助員工，將低潮轉化為正能量，這不僅是學校對教職員福祉的承諾，也是學校持續追求卓越、關懷員工的具體實踐。（文/人力資源處）