

安省每五名兒童和青少年便有一名患精神問題 一站式家長資訊平台提高家長認知及鼓勵尋求協助

二零一八年五月二十八日安省多倫多訊...加拿大每五名青少年就有一人曾在過去的 12 個月內有自殺的念頭¹，而在安省每五名兒童和青少年便有一名患有精神疾病，其中八成未能得到所需的治療²。隨著兒童及青少年患上抑鬱症以及精神疾病以驚人程度上升，ParentConnect™ 深感有迫切需要，提高家長及公眾對於青少年精神健康問題的認知，並及早關注以助下一代有更好的成長。

改變現狀需要行動，成立於 2017 年以推廣正向育兒為目標的加拿大註冊非牟利一站式家長資訊平台 ParentConnect 舉辦了一個專家座談會，一眾專家在會上分享了青少年精神健康的最新資訊和見解，提供意見如何獲取應對精神健康問題的協助和支援，以及解答家長們的問題。詳情可瀏覽 www.ParentConnect.ca。

這次免費的座談會由 ParentConnect 創始人林志華主持，出席的專家包括教育與語言學病理學博士、家和專業輔導中心總幹事黃曉瑩、註冊心理治療師方莉文、臨床心理學準博士生黃高麗霞、和約克區教育委員譚國成。

ParentConnect 創辦人林志華表示：「逾七成精神健康問題在童年或青少年早期出現。很多家長未能及早發現孩子的早期抑鬱和焦慮病徵，或不知道如何尋求幫助。此外，也會因為精神病被污名化的心理關口，而不願意談及精神健康問題或尋求幫助。我們希望類似的專家座談會可以鼓勵家長向專家們取經，積極了解更多精神健康問題的跡象以及如何應對子女精神健康的問題。」

合辦座談會的家和專業輔導中心總幹事黃曉瑩博士表示，及早發現兒童及青少年的抑鬱徵兆，以及專業輔導，將有助應對他們的精神健康問題以及促進溝通。

黃曉瑩博士表示：「精神疾病是一種無形的殘疾，很少得到關注或支援。青少年精神疾病現已成為一個很嚴重的問題，特別是在移民群體。青少年精神疾病帶來的影響，不但對醫療體系構成負擔，更對父母及照顧者造成了每年近 510 億元的收入和經濟生產力損失³。距離省選只有兩個星期，我們希望藉此呼籲政府對這個資助不足的領域給予關注及支持。」

另一份報告指出，百分之十九的受訪亞裔青少年當中，大部分是第一代移民，他們表示在過去一年曾有結束生命的念頭，而百分之十二表示其確實曾認真考慮自殺⁴。

家長、媒體以及社區代表在座談會上踴躍提問、討論及發表意見。

令人觸目關注的數據：

- 根據 2010 年加拿大統計局的數據，自殺成為 15 至 34 歲年輕人的第二大死亡原因。
- 根據調查報告《針對在加拿大觸犯法律的華裔青少年確認有效的方法》(Identifying Promising Practice for Chinese Youth in Conflict with the law in Canada)，華人患者入診急症室的嚴重程度較其他人群要高 (67% 對比 46%)。
- 安省兒童精神健康協會 (Children's Mental Health Ontario) 指出逾六成安省青少年表示曾擔心自己的焦慮情況；但 10 個人當中只有 3 人向相關專業人士求助。
- 根據民意調查公司益普索公共事務 (Ipsos Public Affairs) 於 2017 年進行的兒童和青少年精神健康調查 (Children and Youth Mental Health Survey: Getting Help in Ontario)，五成受訪的安省家長表示曾對子女焦慮情況表示擔憂。

關於 ParentConnect™

ParentConnect 是由一位熱心的移民家長創辦，宗旨為初為人父母和移民家長而設立的一個一站式資訊平台，目的是推動正向育兒信息，通過學習及實用資料，培育健康正面的下一代，並促進家庭和社會和諧。根據 ParentConnect 所做的小組意見調查顯示，新任父母和移民家長往往在尋找合適的育兒、服務、資源和支援輔導資訊時，感到無從入手。可往 www.ParentConnect.ca 網站查詢。

關於家和專業輔導中心

註冊於一九八八年，家和專業輔導中心是一間非牟利、慈善、通過加拿大優質鑑證局優質認證的專業輔導和移民安居服務機構，專注服務加拿大的華裔人仕。

資料來源

1 Teens Talk 2016 by Kids Help Phone

2 Children's Mental Health Ontario

3 A New Population-based Measure of the Burden of Mental Illness in Canada on Chronic Diseases in Canada

4 康福心理健康協會 (Hong Fook Mental Health Association)



圖片說明：非牟利一站式家長資訊平台 ParentConnect 通過專家座談會提高公眾對精神健康問題的認知。(左起) 前警官陳楚標、約克區教育委員譚國成、家長代表陳家成、ParentConnect 創始人林志華、家和專業輔導中心總幹事黃曉瑩、註冊心理治療師方莉文、及臨床心理學準博士生黃高麗霞。