

青少年憂鬱預防和心理健康促進

Current Operation and Future Development of Long-term Care Management Centers

謝佳容,張珽

摘要

當全球對憂鬱症的重視之際，亦關注到憂鬱發生頻率似乎在年輕世代中日益增加。青少年和成年的憂鬱症最大不同點，易怒為主要的情緒表現，會呈現嗜睡、暴食、和經常合併偏差行為，若能對疾病的發生提早做初級預防，找出他們在日常生活中所顯現出的疾病特徵與改變，然後予以適當的處置，則對於其未來各方面生活的適應以及生命的健康與安全上將有正面的影響及幫助。近年來預防工作的一項重要的轉變，由著重「危險」的預防理論，轉為著重「復原力」的概念。因此，本文提出對於青少年的心理健康促進和憂鬱症的預防，『強化保護因子』及『培養復原力』是心理衛生工作者可以積極強化的健康促進活動，且需發展和擴充以社區為導向的生物心理社會學之策略，在新世紀對青少年心理衛生的健康促進方有更積極的意義與實踐。

Abstract