

## 美國聯邦公共衛生署長敦促採取行動保護青少年心理健康

駐洛杉磯辦事處教育組

美國聯邦公共衛生署長(US Surgeon General) Vivek Murthy 於 2021 年 12 月罕見地發布一份長達 56 頁的諮詢報告，對青少年心理健康危機提出警示。

Murthy 提出的統計數據十分令人震驚，2020 年 2 月和 3 月，全美青少年疑似因自殺未遂的每週急診室就診率，與 2019 年同期相比平均躍升了近 40%。Murthy 在報告中，將近期心理健康情況的下降歸因於大流行的高死亡人數、經濟不穩定、與朋友和家人的隔離，以及近 10 年間普遍存在的恐懼感。

儘管疫情加劇了影響兒童和青少年的心理健康問題，但公共衛生署長明確表示，COVID-19 並非造成問題的主因。該報告引用了 2020 年疾病控制和預防中心(CDC)的一項研究，該研究發現，在 COVID-19 大流行之前，心理健康挑戰已是導致年輕人殘疾和生活不佳的主要原因，多達 1/5 的 3 至 17 歲兒童患有精神、情緒、發育或行為障礙。此外，從 2009 年到 2019 年，報告持續感到悲傷或絕望的高中生比例增加了 40%，人數達到超過 1/3 的學生；高中生的自殺行為也有所增加，19% 的學生認真考慮嘗試自殺，約 16% 在前一年曾有自殺計畫，比例較 2009 年增加了 44%。

報告指出，社交媒體和流行文化負有責任，用大量訊息轟炸青少年，告訴他們「不夠好看、不夠受歡迎、不夠聰明、或者不夠富有」。Murthy 署長敦促那些商業模式旨在最大限度地提高用戶參與時間的社交媒體公司，即便會付出減損參與度、規模和利潤的代價，在產品開發過程中也應優先考慮公眾的健康和福祉。

報告中還顯示，無數社會危機解決的進展緩慢，如氣候變遷、收入不平等、種族不公和不平等，槍支暴力和鴉片類藥物濫用，也都是導致年輕人心理健康情況不佳的原因。

該報告提出多項建議，供學校採納，以幫助減輕青少年精神疾病，包括：

- 創造積極、安全和正向的校園環境。

- 教育工作人員如何識別代表心理健康需求的行為變化。
- 擴大以實證為基礎的社交情感學習（social and emotional learning）計畫。
- 提供連續的支持以滿足學生的心理健康需求，包括基於實證的預防措施和創傷心理健康照護。
- 增加以學校為基礎的心理健康輔導人力等等。

撰稿人/譯稿人：藍先茜

資料來源：2022年1月12日，教育週刊

<https://www.edweek.org/education/briefly-stated-january-12-2022/2022/01>

<https://www.hhs.gov/about/news/2021/12/07/us-surgeon-general-issues-advisory-on-youth-health-crisis-further-exposed-by-covid-19-pandemic.html>

