

愛達荷州持續加強青少年心理健康服務並呼籲重視西班牙裔青少年的需求

駐舊金山辦事處教育組

Pathways of Idaho (POI) 是為愛達荷州人民提供心理健康服務和危機支援的公益組織，在該州有二個據點為成年人提供相關服務。今（2023）年秋天，該組織籌備的第一間兒童和青少年服務中心（Pathways Youth Community Support Center）完工，並在10月16日啟用，未來將致力於促進學生的心理和行為健康。

POI 的兒童和青少年服務中心位於愛達荷州波夕（Boise）市，將配置 25 名工作人員，最多可同時服務 12 名年齡在 12-17 歲間的青少年患者。在服務設施方面，該中心備有 12 個床位、一間遊戲室、和一個安靜的房間。前來求助的學生會先接受醫療和行為健康評估，再透過一對一輔導課程進行治療，藉由緩解心理壓力來恢復正常生活。

POI 執行董事 Ryan Jones 在受訪時說明，當孩子們處於人生道路的十字路口時，很可能會因各式各樣壓力而陷入心理不健康的狀態。幸運的是，在各方努力下，POI 現在有機會和這些孩子碰面，在事情開始失控前提供需要的支持和資源，協助他們調整想法和情緒。

這間兒童和青少年服務中心將全年提供 24 小時服務，無需事先預約，同時也不收費。Jones 指出，以前愛達荷州青少年遇到心理健康問題時也會尋求協助，但障礙很多，例如提供相關服務的機構有限且收費高昂等。POI 的目標是提供優質和有效的心理健康服務，並確保家長不必擔心無法負擔治療費用，以便讓孩子們即時接受適當的輔導。

在關注青少年心理健康問題時，需要特別留意少數族裔的需求。根據全國精神疾病聯盟（National Alliance on Mental Illness, NAMI）的調查，18-25 歲患有嚴重精神疾病的西班牙裔青年大部份都沒有接受治療。NAMI 董事會成員、帕洛阿圖大學（Palo Alto University）助理教授，且擁有心理輔導執照的 Dr. Jorge Lopez 認為語言隔閡是主要原因。（參考資料 1）

在愛達荷州，以西班牙語提供心理健康服務的單位是相對少數，

僅有約 20 名輔導人員，使得西裔青少年尋求協助的意願不高。舉例來說，「心理疾病」(mental illness) 一詞在英文中通常用來表示心理健康問題，嚴重程度因人而異，但在西班牙文裡卻代表嚴重的精神疾病，負面意涵十分明顯。如果沒有了解西班牙文化的輔導人員適時介入，西裔青少年就會因羞於啟齒而錯過治療的最佳時機。Dr. Lopez 建議學區或政府多與西班牙裔社群溝通，讓他們知道心理健康問題來自於生活中的各種壓力，與疾病不同，更不是絕症，只要勇敢面對問題並適時接受輔導，一定能找回快樂的生活。(參考資料 1)

NAMI 的愛達荷州分會未來將配置人力專門為西班牙裔家庭提供心理健康服務。Dr. Lopez 指出，用青少年的母語進行諮商最有可能讓他們敞開心房表達真實感受，所以他相信 NAMI 的策略有機會帶來巨大變化。(參考資料 1)

Dr. Lopez 提醒，和西語裔青少年接觸時，不要認為自己已經知道他們需要什麼，宜先透過溝通了解他們面臨的心理健康問題，然後再一起合作找到解決方法。(參考資料 1)

參考資料

2023 年 09 月 29 日, “Breaking language barriers: Dr. Jorge Lopez addresses mental health stigma in Idaho's Spanish-speaking community” , Written by Sophia Doumani, and Retrieved from Idaho News,

<https://idahonews.com/features/hello-idaho/breaking-language-barriers-dr-jorge-lopez-addresses-mental-health-stigma-in-idahos-spanish-speaking-community>

撰稿人/譯稿人：陳鐘民

資料來源：https://www.idahopress.com/news/local/pathways-of-idaho-opens-new-facility-focused-on-mental-and-behavioral-health-for-children/article_8a999686-6875-11ee-9930-674d7d6f3d94.html