



澳門特別行政區政府
Governo da Região Administrativa Especial de Macau
社區服務諮詢委員會
Conselho Consultivo de Serviços Comunitários

北區社區服務諮詢委員會平常會議

議程前發言

劉嘉琪

2025 年 5 月 8 日

加強青少年心理健康支援

近年，本澳居民精神心理健康問題日益嚴峻，青少年群體尤為凸出，焦慮、抑鬱等狀況頻現，社會認知與支援亟待加強。特區政府已推行「四級聯防、四環緊扣」機制，推動全澳學校設立「校園身心健康工作小組」，並制訂學生心理健康辨識表及工作指引，然而，教師負擔重、智慧醫療未涵蓋心理自評等問題，仍需優化。

為此，本人提出以下建議：

一、增派心理輔導人員進駐學校，協助教師進行初步篩查，建立客觀心理健康評估機制，減輕教師壓力並提升辨識準確性，確保分層分級支援有效落地。

二、每年開展青少年專項心理評估，系統收集焦慮、抑鬱等核心數據，長期追蹤健康狀況，為精準施策提供科學依據。同時，在「我的健康 2.0」加入心理健康自評系統，涵蓋情緒、睡眠、社交等維度，推送個性化資源，並為潛在問題居民自動提供心理諮詢聯繫方式，促進早期介入。