



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

中區社區服務諮詢委員會平常會議

議程前發言

譚梓濠

2025年7月2日

加強澳門青少年心理健康支援

隨著澳門社會經濟快速發展，青少年在學業競爭、家庭期待、社交關係及網路文化等多重壓力下，心理健康問題日益凸顯。近年青少年焦慮、抑鬱及行為障礙的求助個案呈上升趨勢。青少年是社會之棟樑，其心理健康直接影響個人成長、家庭和諧及社會可持續發展，極需系統性政策干預。

本人提出以下建議：

(一) 完善頂層設計

- 設立跨部門“青少年心理健康工作小組”，統籌協調政策執行與效果評估。

(二) 建立分級服務體系，強化社區支援網絡

- 社區層面：於各區衛生中心增設“青少年心理支援站”，提供免費初步評估及轉介服務。
- 學校層面：強制要求每校配置全職輔導員。
- 專科層面：加強山頂醫院兒童精神科資源，縮短個案輪候時間。

(三) 推動預防教育普及化

- 建議將心理健康教育納入中小學必修課程。
- 針對家長開展“陽光心理健康工作坊”，提升家庭心理支援能力。

(四) 加強專業人才培育與協作

- 與澳門大學、理工學院合作增設臨床心理學碩士課程，培養人才。
- 建立“學校—社區—醫療機構”個案轉介機制，確保服務無縫銜接。

當前青少年情緒困境的顯性化，實則為社會敲響系統性警鐘，期望有關部門能加強青少年心理健康支援。