

## 「2022 年世界心理健康日」 台灣響應行動

台灣心理健康聯盟 2022 年 10 月 7 日記者會

心理健康，人人有權

### 會後新聞稿

台灣在 2022 年 1 月 1 日組成臺灣心理健康聯盟，由 62 個關心心理健康議題的團體組成，特別選在世界心理健康日(10 月 10 日)前夕，於 10 月 7 日在台大校友會館舉辦「心理健康，人人有權」臺灣響應行動記者會，回應世界心理衛生聯盟(WFMH)的主題「讓全民心理健康福祉成為全球優先」，且強調心理健康倡議行動包含全人全程全世代、預防促進與平等共融。本次記者會除多達 30 個團體盟友代表出席，更有關心民眾權益的立法委員范雲、林奕華、王婉諭、蔡璧如及吳思瑤助理吳宜燕、陳以信助理黃筱智、賴香伶助理江一豪等到場表達對心理健康政策的重視與關心。更有國際心理健康組織分別是世界心理衛生聯盟(WFMH)代表呂淑貞理事及國際心理健康倡議聯盟(GAMHA) Ellen Lee 主席帶來祝福詞，讚賞台灣響應世界心理健康日的行動。

召集人張珣於致詞時強調重視心理健康是世界趨勢，尤其在疫情之下更被凸顯，離開心理健康就不能稱為健康。臺灣師範大學李思賢教授在近一波跨國調查中發現染疫過 covid19 的民眾確診者容易有中重度憂鬱，特別是弱勢群體、男性和教育程度低，提出”推進心理韌性以減少疫情的心理衝擊”。醫療健康諮商心理學會李玉嬋理事長透過疫情期間心理健康 BMI 幸福感調查，看到台灣民眾在疫情衝擊下的各種不安緊張壓力和焦慮情緒占最多，提出心理健檢不只是憂鬱指標，可以加入心理健康，她以[友、情、義]簡單心理檢測，回應我國[助人常樂、知足常樂、自得其樂]的心理健康特質。精神健康基金會董事長胡海國醫生指出，孤寂程度越高，精神健康越差；當個體具有歸屬感、希望感，經濟狀況與精神健康狀況也會越理想，大力鼓勵民眾創造正向連結，提升心理健康。臺

大醫院精神醫學部丘彥南醫師更提出系列在疫情期間安定人心的心防疫概念，與心疫苗行動做為事先能加強心理健康，期待人人都有心理健康疫苗。綜合以上的報告，召集人張珺提出**投資心理健康、培養心理健康韌性、重新定義心理健康**，並以有效連結的知識交流網絡與夥伴關係來落實「心理健康融入方案／政策」。

臺灣心理健康聯盟更發表收集縣市長候選人承諾書，及各縣市衛生局響應世界心理健康的行動匯整，由諮商心理師公會全國聯合會黃雅玲理事長分享各縣市候選人對心理健康政策之承諾、認同與自我紓壓之道，有 11 縣市候選人共計 24 位縣市候選人簽署承諾願意提出具體「心理健康」施政方案，及照顧自己"心理健康"的撇步。

針對 22 縣市衛生局辦超過 3 萬人次的活動中，匯整響應世界心理健康日三面向，分別一是預防促進，將各項運動、藝術與自我覺察列為自我照顧；二是平等共融，分別有憂鬱、自殺防治及思覺失調症等疾病去污名課程；全人全程全世代，從親職與家庭、親密關係等關係議題的課程。

記者會壓軸由衛生福利部心理健康司謹立中司長鼓勵民眾平時可多關心身邊的人，不放棄任何一個弱勢族群，成為彼此的貴人。記者會現場另設置主題牆展示聯盟盟友團體對心理健康落實的一句話分享，呼應聯盟的精神「讓心理健康普及全民，以落實心理健康優先」。

最後，臺灣心理健康聯盟呼籲中央與地方政府應增加心理健康促進預算，邀請各團體落實心理健康促進行動，鼓勵全民照顧自己的心理健康，心理健康，人人有權！

台灣心理健康聯盟 62 單位齊聚疾呼「心理健康人人有權」影片

<https://www.youtube.com/watch?v=my-pXZwg3HADL>

國際心理健康倡議聯盟(GAMHA) Ellen Lee 主席祝福詞

<https://www.youtube.com/watch?v=B39hu9jJOT0>

詳細有關 心理健康日倡議行動，與台灣心理健康聯盟成立經過，請見下列網址

<https://www.mhat.org.tw/ocont.aspx?id=kvdthG/15rY=>

新聞聯絡人：

中華心理衛生協會 聯盟秘書 胡小姐 0910553226

中華民國諮商心理師公會全國聯合會 黃秘書長 0936836754

可代為連絡 文內發表的專家老師們，接受專訪，或更多相片提供



立委 蔡璧如、王婉諭、范雲



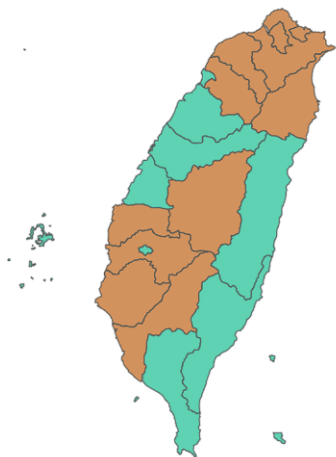
王婉諭委員 譚立中司長 林奕華委員





## 2022 世界心理健康日

### 縣市長候選人承諾 支持提出具體「心理健康」施政方案



共計11縣市候選人簽署

1 臺北市	張家豪	14 基隆市	陳薇仲
2 臺北市	陳時中	15 基隆市	曾國民
3 臺北市	黃珊珊	16 宜蘭縣	林姿妙
4 臺北市	黃聖峰	17 宜蘭縣	陳琬惠
5 臺北市	蔣萬安	18 新竹縣	范振揆
6 臺北市	蘇煥智	19 新竹縣	劉復嵐
7 新北市	侯友宜	20 南投縣	許淑華
8 桃園市	賴香伶	21 南投縣	蔡培慧
9 臺南市	吳炳輝	22 雲林縣	張麗善
10 臺南市	許忠信	23 嘉義縣	王育敏
11 臺南市	黃偉哲	24 嘉義縣	翁章梁
12 高雄市	柯志恩		
13 高雄市	曾尹儷		

共計24位縣市長候選人簽署(24/95=25%)

