

出國報告（出國類別：國際會議）

**參加 The Eighth World Congress on
the Promotion of Mental Health and the
Prevention of Mental and Behavioral
Disorder**

Mental Wellbeing in All Policies

服務機關：衛生福利部

姓名職稱：陳快樂 司長

派赴國家：英國

出國期間：103 年 9 月 24 日至 26 日

報告日期：103 年 12 月 26 日

摘要

英國 Clifford Beers Foundation 成立於 1996 年，該基金會致力於推動心理健康促進，自 2000 年，每二年於不同國家辦理 Promotion of Mental Health and the prevention of Mental and Behavioral Disorder 會議。2014 年第 8 屆會議於 9 月 24 日至 26 日，在英國舉行，與 Public Health England, The Royal College of Psychiatrists, International Union of Health Promotion and Education, University of South Carolina, Headspace Australia 合辦。

與會人員來自各國，參加會議人員包括公共衛生、精神衛生、教育、NGO 等有 200 人，各國討論如何推動心理健康促進，分享實務經驗，將心理健康促進議題帶入幼稚園、學校、社區，溶入各項政策。建立正向心理，減少精神疾病發生，建立跨部門及跨國合作，值得我們學習。

參加本次會議，對規劃心理健康政策有很大的幫助，參與學者強調國家需重視心理健康促進，心理健康需溶入各項政策，正面心理可促進身心健康，心理健康促進需各部會、公私立部門、跨領域、跨專業共同努力，共同重視才會成功。

此外會議中與各國學者互動，建立良好關係。

目 錄

壹、 目的	4
貳、 過程	4-5
參、 心得與建議	5-8
肆、 活動照片	8-9

壹、目的

台灣自 2013 年 7 月 23 日成立衛生福利部，其中成立心理及口腔健康司，由醫事處心理衛生科 8 位同仁，增加至六科 28 名同仁，其中第一科為心理健康促進科。為學習國外經驗，參加此次由 Clifford Beers Foundation 舉辦之 The eighth World Congress on the Promotion of Mental Health and the Prevention of Mental and Behavioral Disorders, 本次主題為 Mental Wellbeing in All Policies 。

貳、過程

一、行程：

09/23	台北→英國
9/24	專題: Wellbeing : a new approach (Dinesh Bhurgra) Wellbeing through full citizenship (Jean-Francois Pelletier) Wellbeing in schools (Mark Weist) Wellbeing for all – international perspective
9/25	專題: How Thailand is doing during the long-term political crisis and what can mental health professions do? (Prawate) Public policy, economic crisis and wellbeing (Dora Gudmundsdottir) Wellbeing : an economic approach (Martin Knapp) Public mental health : opportunities for implementation

	(Jonathan Champion)
9/26	專題: Life course approach to mental health and wellbeing (Heema Shukla)
09/27	英國-台北

二、開會地點在英國 Imperial College

會議工作人員、含報到處只有協會之秘書長及一名志工，會議之指標也只是用 A4 張貼，會議場所是學校之幾間教室。

參、心得

一、政府應重視心理健康促進

此會議主要討論心理健康促進，強調正面心理健康。正面心理健康與下列有關:增進學校成績、增進身體健康、增加抗壓力，因而減少死亡率、自殺及精神疾病、犯罪、抽煙、藥癮等。

二、重視精神疾病的防治

過去許多國家的政策僅重視身體疾病的防治，我們應重視精神疾病的防治。2008 年 WHO 報告提及英國以 Disability adjusted life years 計算，精神疾病佔疾病負擔(total disease burden)之 22.8%，比癌症(15.9%)，心血管病(16.2%)多。一生中 4 人中有 1 人患精神疾病，影響經濟重大。

三、校園心理健康促進

(一)、心理健康促進，應從學校做起。美國 South Carolina 州的學校心理健康促進係由 University of South Carolina 負責。對一般學生及特殊學生提供有效之心理健康促進及早期治療，跨及學校-家庭-社區，增進早期發現/早期治療，減少學習阻礙。

已在 18,000 所學校實行以 Positive Behavior Intervention and Support

(www.pbis.org)，以正向行為處理學生、減少處罰，因而增進學生之學業成績及改善不好的行為，但目前的困難是許多學校經費不足。

(二)、SMHILE (School Mental Health International leadership Exchange)，該團隊成員來自加拿大、美國、愛爾蘭、挪威、德國、澳洲、英國。共有 $2 \times 3 \times 5 = 30$ 項工作，(2、Managing change/leadership, practice, 3、research policy, 5、interdisciplinary/cross-system, stakeholder involvement, MH literacy/workforce, evidence-based practice, quality.)

其中最重要的一項是校長的領導訓練，以執行有實証之學生社會及情緒促進。

(三)、從幼稚園開始教導幼兒認識情緒、學習情緒控制，可減少未來之暴力、自殺之發生。

四、泰國如何促進心理健康

泰國自 20 年前開始在公共衛生部下設心理健康署，政府 20 年來長期投資、規劃心理健康策略。重視國民心理健康，由中央及地方推展心理

健康方案。並從 2008 年開始，泰國政府每年之各種普查，都放入 The Happiness Questionnaire (15 題、測量 5 個面項，正面情緒，負面情緒，心智能力，支持他人、家庭支持)，比較各省之得分，並由各縣發展促進快樂的方案，建立地方網絡及方案，包括親職教育、情緒管理等。從幼兒至老人，從個人，至社區。

五、 Implementing Mental Wellbeing in All Policies

各種政策需導入心理健康，由政府各部門及民間團體一同參與、需要方案導向，目前 WHO 有下列二項行動方案。WHO Global Mental Health Policy Framework 及 Mental Health Action Plan 2013-2020(WHO, 2013)。

歐洲從 2013-2016 年有 10 個國家聯合成之 The Joint Action for Mental Health and Wellbeing，共同推動。強調衛生、社政、教育需充分合作。方案需(1)建立 mental capacity，(2)心理健康促進，(3)強調可以做什麼，(4)全面性策略，(5)重視學齡前兒童及家長，(8)方案需評估成效，effectiveness, cost-utility.

(參)建議

1、School is one of the most important settings for promoting mental health of young people(WHO 2001), 國外非常重視學生心理健康促進。

衛福部需與教育部共同規劃兒童及青少年心理健康促進，以增加兒童抗壓力、正向思考、人際相處、成為心理健康的兒童，以預防往後之酒、藥癮、網路成癮，自殺、暴力、精神疾病等之發生。

2、衛福部需與各部會、地方政府、民間團體，合作規劃推動各項業務。

3、國外之會議接待及會場非常節約，相對本國辦之國際會議，常委託公關公司、從接待、到海報，至佈置，非常的浪費。

四、活動照片

	
Imperial College 入口	會議 指示
	
與大會唯一工作人員(執行長 Michael Murray)合照	Michael Murray 主持
	

School Mental Health Workshop



心理師自行創作之學齡前情緒管理
教材