## 臺灣心理健康聯盟 新聞稿

數字血淚 弱勢族群是資源失衡受害者 臺灣心理健康聯盟呼籲應強化不利群體心理健康支持

發布日期:2025年5月23日

新聞聯絡人: 温桂君

電話:02-2557-6980

手機: 0910 -380-365

E-mail:tfmh2022@gmail.com

台灣心理健康資源嚴重失衡, 弱勢族群成隱形受害者, 山地鄉自殺率高達20.4%、9,033 名情緒障礙身心障礙學童缺乏輔導人力、0至6歲發展遲緩兒10年暴增66.5%的家庭壓力、42.4%求助的家庭照顧者來電表示焦慮與憂鬱、台灣女性因照顧離職, 勞動參與率僅51.8。這些脆弱族群的心理健康無人聞問, 心理健康聯盟籲政府關注各族群的心理健康需求, 推動心理健康服務的平權與可及性, 打破心理健康服務「看得到卻用不到」的結構性困境。

原住民、身心障礙者、家庭照顧者與女性群體的心理健康困境,正日益凸顯,卻缺乏支持系統:

1.原住民心理健康情況值得關注:山地鄉自殺率高達20.4%(每10萬人口), 遠高於全國平均12.5%, 幾乎是全國平均的兩倍!原住民青年因人際、精神健康、物質濫用、經濟與疾病問題苦撐。

2.身心障礙學生的心理健康面臨挑戰:各就學階段身心障礙且情緒行為障礙的身心障礙 學生約9,033人, 缺乏適切的輔導人力。

3.0至6歲發展遲緩兒10年暴增66.5%, 父母心力交瘁, 無援支撐, 家庭壓力恐成下一波

「心理海嘯」。

- 4.家庭照顧者長期身陷無償照護與孤立情緒的雙重壓力, 2023年家庭照顧者專線中, 42.4%來電尋求情緒支持者傾訴照顧壓力, 包括焦慮、憂鬱等情緒困擾。
- 5.2024年台灣女性勞動參與率僅51.8%, 遠低於新加坡(62.6%)、美國(57.3%)、南韓(55.6%)和日本(54.8%)。職場與制度對照顧者的支持不足, 女性因照顧責任被迫離職, 不僅影響心理健康, 更牽動國家競爭力與少子化。

張珏召集人指出:「這些數據反映了我們在心理健康服務的平等可及性上還有改善空間。 我們期望能借鑑國內外成功經驗,共同建構更為完善的心理健康支持系統。」根據WHO 2025年《心理健康政策與行動指南》,各國應將心理健康納入基層照護、關注社會結構性 因素並提供文化安全與人本支持。這正是台灣亟需跟進的關鍵改革方向。

因此, 台灣心理健康聯盟提出三項建議:

- 1.強化不利群體心理健康支持:政策應特別涵蓋性別不利群體、原住民、身心障礙者等, 推動社會參與與文化安全措施。
- 2.平衡城鄉資源配置:檢視並布建各級心理健康資源,增加偏鄉地區的資源可近性,確保各人權公約下不利群體能獲得適當服務。除了區域人口需求差異的敏感度,當今也需要關注不同群體數位落差導致的邊緣化。
- 3.投入資源突破汙名化與消除歧視:透過媒體、社會教育等管道降低汙名化問題,提升國 民對於心理不適與心理健康的正確意識。

「沒有心理健康,就沒有真正的健康(No health without mental health),而「心理健康」不僅是沒有異常行為與精神疾病,同時也意涵著個人在生理上、心理上、社會上,能保持和

諧安寧之最佳狀況 (WHO, 1985)。」臺灣心理健康聯盟將在5/27晚上七點到九點, 在線上 辦理「從政策到社區—心理健康政策論壇」, 為心理健康政策把脈、提出建議。

臺灣心理健康聯盟將持續與政府部門、專業團體及社區組織合作,推動心理健康服務的普及與精進,共同營造一個心理健康友善的社會環境。



## ■ 臺灣心理健康聯盟發言人:

張淑慧 0922450345 Email: crime1201@gmail.com

■ 歡迎記者加入臺灣心理健康聯盟新聞媒體 Line群組: https://line.me/ti/g/yOf9Rx9HJS



請注意:所有 LINE 用戶皆可透過此連 結加入您的群組。