

世界日報

WORLD JOURNAL

新州啓動華人心理健康計畫

「金鶴」招募華語心理專家 幫助華人認識心理病症並轉診

【本報記者劉美玲新澤西報導】心理疾病向來是華人忌諱的話題，然而鑑於新州華人口口不斷增加，非營利的全國心理疾病聯盟新澤西分部發起，自9月起在新州啓動一項「華人心理健康推廣計畫」(Chinese American Mental Health Outreach Program in NJ)，亟於網羅大紐約地區華語心理健康專家，關切新州地區華人的心理健康問題。

爲了推動「華人心理健康推廣計畫」，全國心理疾病聯盟(National Alliance for the Mentally Ill)新澤西分部聘請就讀羅格斯大學大眾傳播系博士班的華人學生李小鏞，於今夏在新州中部進行一項華人心理健康意識調查，她並爲這項推廣計畫取名爲「金鶴計畫」。

李小鏞指出，調查結果發現，儘管82%的受訪華人表明「若有心理健康問題及困擾願意向外尋求幫助」，可是超過七成以上受訪者表示「不清楚取得新州有關心理健康資訊的途徑」，更不知道新州是否容易找到華裔心理健康專業人士諮詢，加強了該聯盟推動「華人心理健康推廣計畫」的決心。

全國心理疾病聯盟新澤西分部曾於三年前起啓動「南亞裔心理健康推廣計畫」的成績相當傑出，匯集全州南亞裔心理專家，針對全州亞裔最常見的心理疾病抑鬱症、躁鬱症、精神分裂症等治療，全州計有



全國心理疾病聯盟新澤西分部在倡議總監 Phil Lubitz(前右起)、執行總監 Sylvia Axelrod 支持下，成立華人推廣的「金鶴計畫」，前右三爲李小鏞、左一是羅露娜。(本報記者劉美玲攝)

160個南亞裔心理疾病病患及家人接受過該計畫輔導，透過小組輔導及心理醫師的傾談協助，病情獲得改善。

不過負責推動該計畫的該聯盟新澤西分部教育計畫印裔擊畫人羅露娜(Aruna Rao)指出，當初推動南亞裔心理健康推廣計畫的困難重重，不少亞裔不願提及心理疾病，也擔心遭到親友及同事歧視，家人即使知道患病也不願談及，只有透過不斷教育才能改善大眾及病患家屬對於心理

疾病的表層認識。

李小鏞表示，不少人認爲心理疾病「沒什麼關係」，事實上心理疾病是基因或環境壓力等因素造成腦細胞病變的一種疾病，她調查發現，超過半數以上受訪者認爲工作及就業問題是造成心理壓力的一大來源，跨文化的第二代華裔身處兩種文化的困惑及本身定位問題，也可能造成心理疾病，這也

是該計畫可望深入社區協助的族群。

她說，該聯盟新澤西分部爲州府贊助的非營利心理疾病協助單位，華人心理健康推廣的「金鶴計畫」目標，是幫助新州華人對心理健康與疾病有正確的理解，並爲不諳英文的華人移民提供華語心理健康轉診服務。有關該計畫協助及諮詢詳情，可電李小鏞(732)940-0991，或電郵至 njnami@hotmail.com。