

守护儿童青少年心理健康

儿童青少年期是人类生长发育的关键时期，也是心理发展的重要阶段。最常见的儿童青少年精神疾病包括注意缺陷多动障碍、孤独症谱系障碍、抑郁障碍、焦虑障碍、对立违抗障碍、品行障碍等。约有一半的成人精神心理问题始于儿童青少年阶段，如能早发现、早干预，将极大减少精神疾病的发生。

在儿童和青少年中有几类特殊人群需要更多的关注

- (1) 留守儿童。
- (2) 遭受虐待的儿童和青少年。
- (3) 遭遇校园欺凌者。
- (4) 网络成瘾者。
- (5) 独生子女或多兄弟姐妹中被忽视的儿童及青少年。

影响儿童青少年心理健康的社会因素包括 3 个层面

- (1) 国家层面，包括社会进步程度、经济发展水平、文化背景等。
- (2) 社区层面，包括环境转变、社区管理状况、社区环境等。
- (3) 学校层面，包括校园环境、教师支持、同伴关系等。

解决儿童青少年心理健康问题的建议

- (1) 完善我国精神卫生服务体系。
- (2) 建立“互联网+”儿童青少年精神疾病健康管理平台。
- (3) 努力实现精神心理疾病的早预防、早诊断、早治疗。