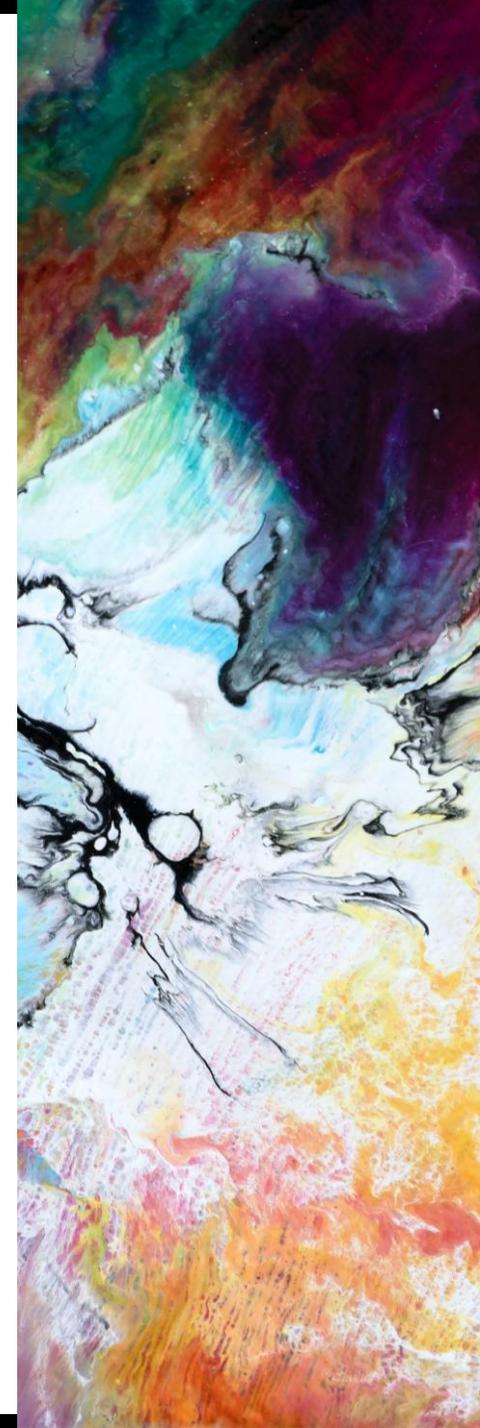


# 父母的抑鬱情況、兒童的應對策略以及 兒童抑鬱症狀之間的關係。



黃敏博士  
香港教育大學  
幼兒教育學系

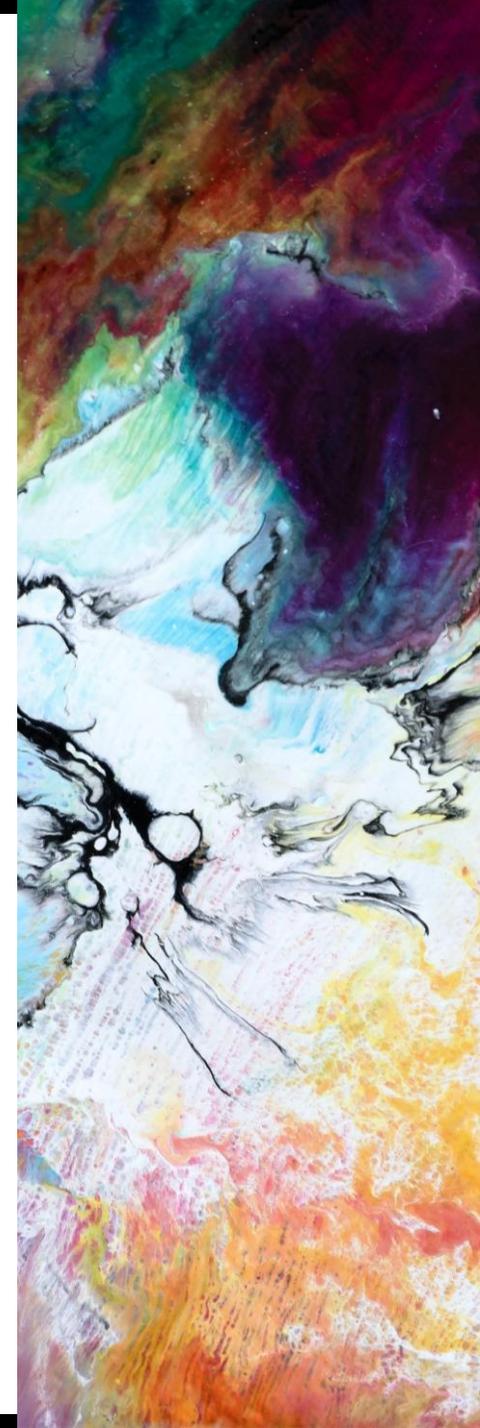


# 兒童的抑鬱症狀

長時期以來，中國兒童的高抑鬱症狀比率一直是心理健康專家關注的問題（Tepper et al., 2008）。

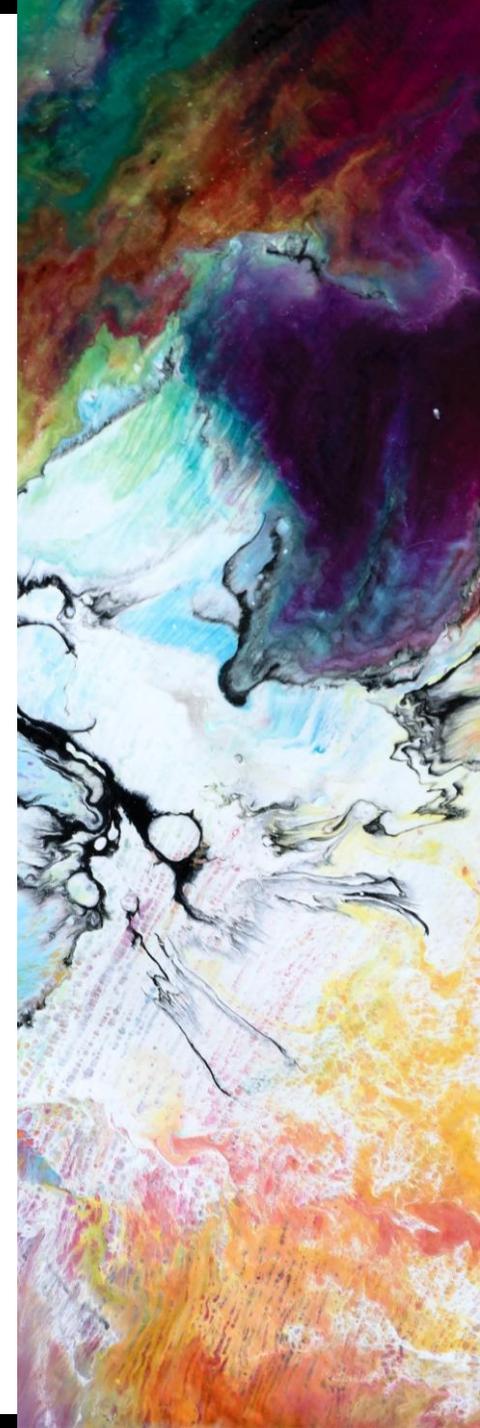
幼兒期的抑鬱症狀包括：

1. 孩子會為很小的事情而感到不開心；
2. 即使有家人或朋友在旁幫助，孩子仍然會感到不快樂和
3. 無法集中精神做事等。



綜合27 項研究兒童抑鬱症徵狀的研究結果( Xu 及其同事;  
2020 )  
從 2000 年至 2010 年間發表的研究顯示兒童患抑鬱症的  
比率:

中國兒童	新加坡	西方國家 意大利、希臘、瑞典和英國
17.3%	16.9%	8.3% 到 10.6%。



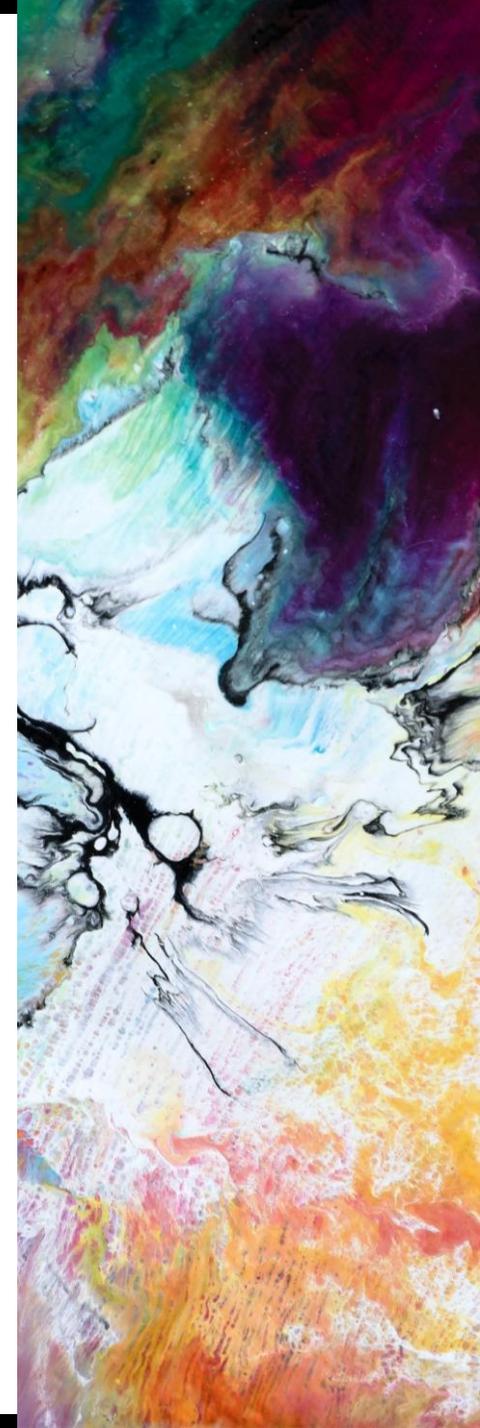
這些高水平的抑鬱症狀的情況，部分可能是由於教育體系中的競爭性和父母過分強調學業成績有關（Magiati et al., 2015）。

中國兒童的高水平抑鬱症狀令人擔憂，因為抑鬱症對兒童和青少年的學習表現和社會/心理健康都有負面影響。

患抑鬱症的兒童會有較多攻擊性和破壞性行為，也增加自殺的傾向（Zgambo、Kalembo、He & Wang, 2012）。

研究結果發現，家長積極的支援，可有效減少孩子的抑鬱症狀的發生。

患有焦慮症/精神障礙的家長，由於受到精神健康影響，他們難以做好父母的角色；對減少孩子的抑鬱症狀的發生，可能面對較多的困難。

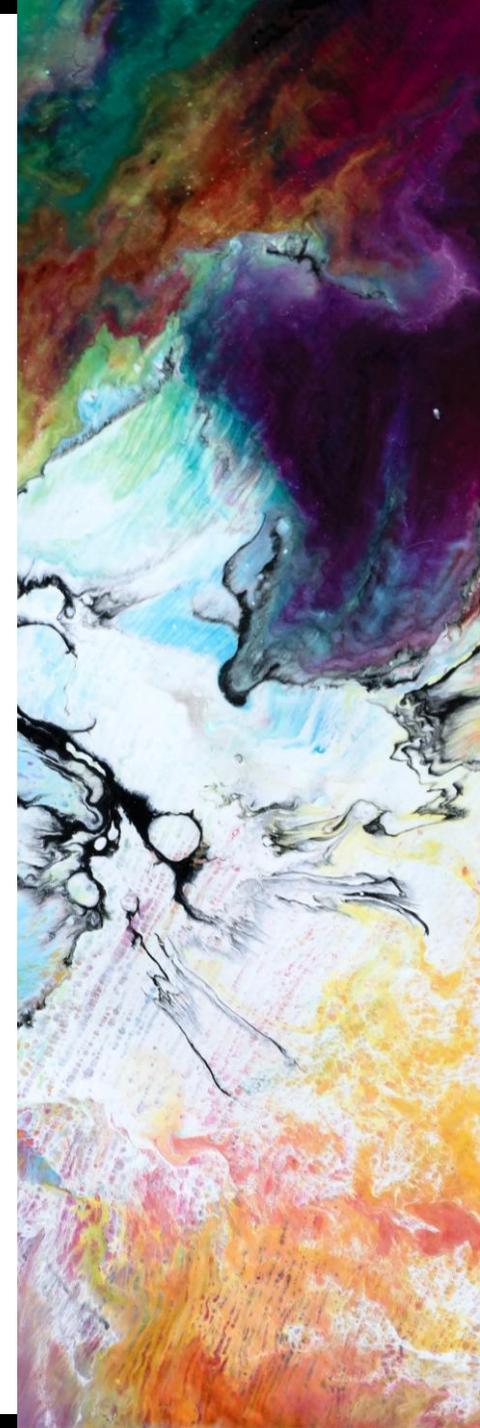


# 父母抑鬱症狀與兒童抑鬱症狀的關聯

研究的目的是探索：

1. 父母抑鬱症狀與兒童抑鬱症狀的關聯；
2. 父母的歸因方式(樂觀vs悲觀)與兒童抑鬱症狀的關聯；  
和
3. 兒童應對策略與兒童抑鬱症狀的關聯。

Wong, M. & T.G Power (2021). Parental Depressive Symptoms, Parent Attributional Style, and Child Coping as Predictors of Depressive Symptoms in Children of Parents with Anxiety or Mood Disorders. *Child Psychiatry and Human Development*. DOI :10.1007/s10578-021-01248-w.



研究對象：

患有精神疾病的家長及其子女

明愛童心藝伴行計劃, 2016-19

精神健康綜合社區中心(ICCMW)

97 位家長患有焦慮症或情緒障礙的母親和 13 位父親及其 5 至 12 歲的孩子（ $M = 8.4$  歲， $SD = 1.6$  歲）參與研究。

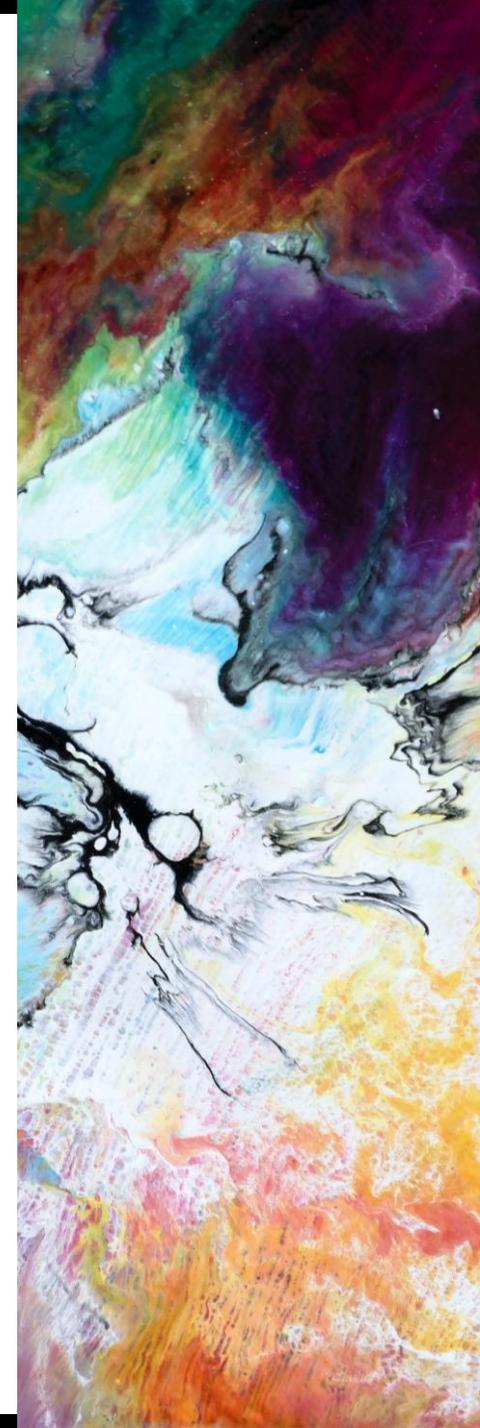
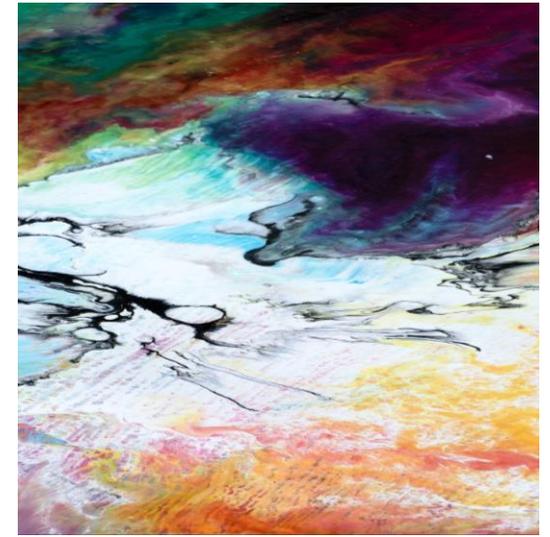


Table 3. Percentage of Children or Parents Showing Various Scores on the Center for Epidemiological Studies Depression Scale

CESD Score	Child Reports	Parent Reports	Parent Reports
	Child Symptoms	Child Symptoms	Parent Symptoms
0-5	2.7	0	7.3
6-10	10.8	3.6	20.9
11-15	14.4	5.4	13.7
16-20	20.8	6.3	13.7
21-25	19.8	18.9	12.7
26-30	10.8	28.0	4.5
31-35	11.7	15.3	8.2
36-40	5.4	7.2	5.4
41-45	2.7	9.9	8.2
46-49	0.9	5.4	0.9
50-55	0.0	0.0	1.8
56-59	0.0	0.0	2.7



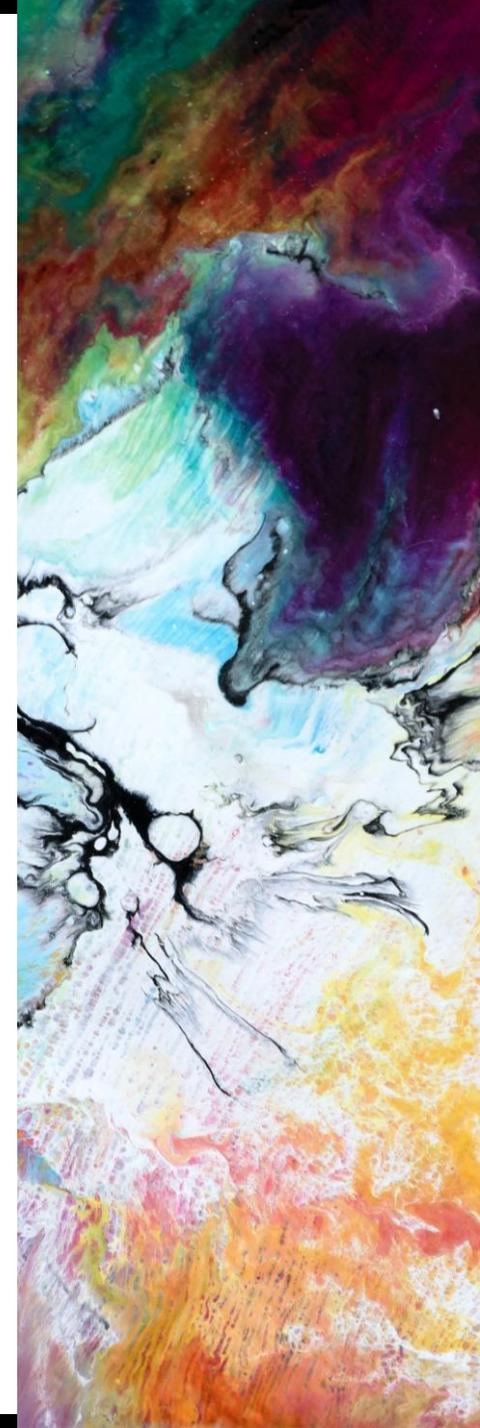
結果顯示父母有焦慮或情緒障礙的孩子表現出高度的抑鬱症狀。

本研究中的絕大多數兒童的抑鬱症狀超過了15的臨床臨界值（兒童報告為72.1%，家長報告為91.0%），。

## 父母對自己抑鬱症狀的報告與父母對兒童抑鬱症狀的評分呈正相關

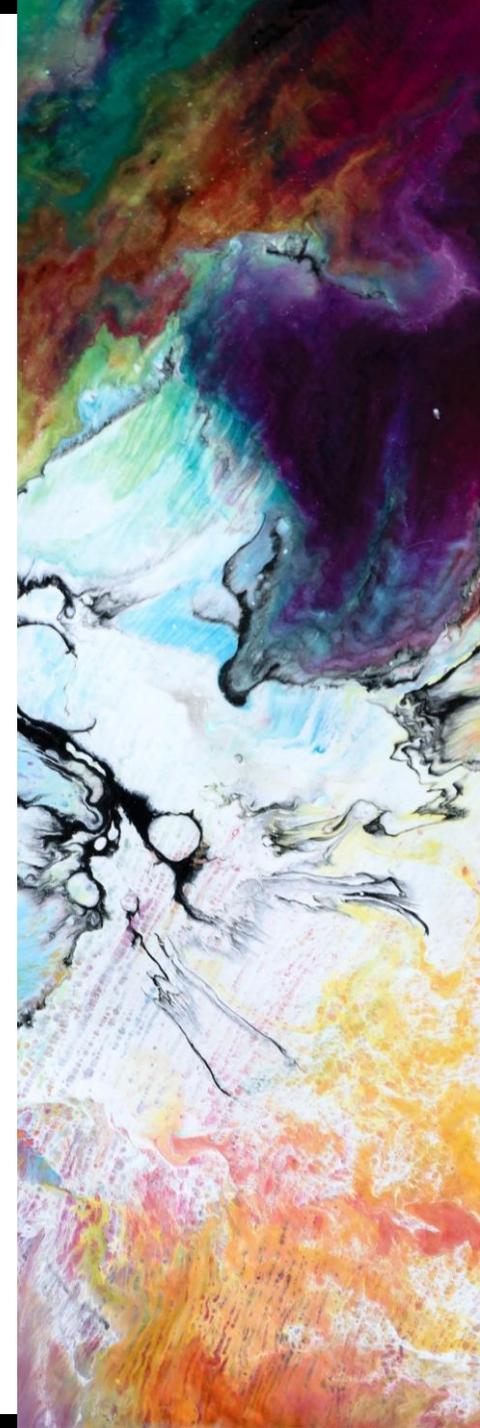
樂觀的父母的的孩子比悲觀的父母的的孩子表現出更少的抑鬱症狀。

Wong, M. & T.G Power (2021). Parental Depressive Symptoms, Parent Attributional Style, and Child Coping as Predictors of Depressive Symptoms in Children of Parents with Anxiety or Mood Disorders. *Child Psychiatry and Human Development*. DOI :10.1007/s10578-021-01248-w



## 家長為精神病患者的兒童如何處理壓力?

積極應對/情緒調適	尋求答案/正面思維	逃避/放棄
分散對壓力的注意	試圖看到事情好的一面	單獨一人
		什麼都不做，因為問題無法解決
解決問題	通過思考答案	對問題保持沉默
		希望問題從未發生過
冷靜下來	減少指責自己或他人	大喊大叫、尖叫或生氣
尋求別人的支持		

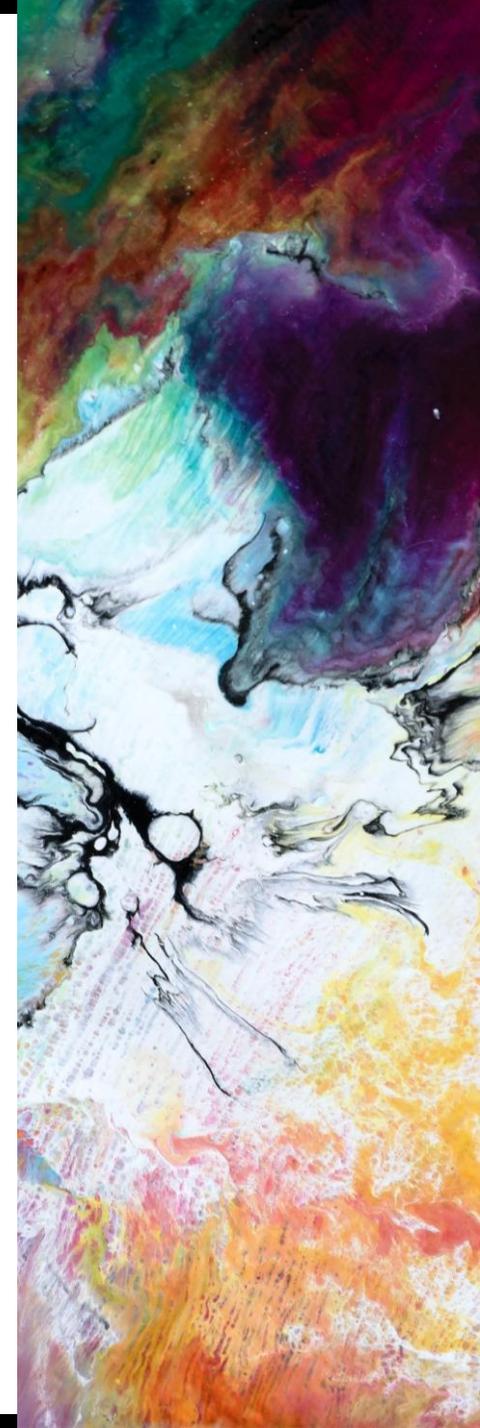


## 家長為精神病患者的兒童如何處理壓力？

孩子在無法控制父母的抑鬱症狀的情況下；更傾向於使用二級控制策略：

1. 分散對壓力的注意
2. 正面思維

兒童愈逃避/放棄，抑鬱症狀愈多。



## 總結

在患有焦慮或情緒障礙的父母的孩子中發現高度的抑鬱症狀。

父母和孩子對兒童抑鬱症狀的評分之間缺乏顯著相關性, 表明父母的情緒困擾可能會阻止他們準確判斷孩子的情緒困擾水平。

研究結果強調, 為了保障父母和兒童的心理健康, 盡早發現父母患有抑鬱症的家庭, 並為其提供支持以及介入計劃是非常有必要的。



