

諮輔組辦憂鬱症防治影展

新聞萬花筒

【記者孫于翔淡水校園報導】諮輔組與董氏基金會19日在Q409舉辦「Running Hunter－奔跑吧！獵人」憂鬱症防治微電影影展，吸引約80人參與。教心所教授郭□濼、董氏基金會代表心衛組副主任戴怡君，以及劇中演員傅小芸與歐馬克蒞臨與會。郭□濼致詞時指出，憂鬱症已成為21世紀人類三大疾病之一，呼籲大家切勿忽視憂鬱症。

活動中，播放該片以3角色反映年輕人內心的各種壓力，如：欠缺自信、害怕失敗等。映後座談，劇中演員傅小芸分享自身面對家人反對工作時的壓力、及如何成功與家人協調、化解壓力的經驗。此外，臨床心理師謝明惠也建議，可透過適當的運動來紓解壓力。會計四黃詩涵表示，參與活動後更加了解憂鬱症狀，受益良多。