

## 從心理醫療層面來談社會安全網之建構的論壇

台大醫學院精神科高淑芬教授

台大醫院基因醫學部高淑芬主任

身為一個兒童精神科醫師與心理系、流行病學、腦與心智研究所的教授，以長期的臨床工作、及在社區學校執行從學齡前一直到成人的研究經驗，我將以心理醫療層面討論和社會安全網漏洞的個人層面問題。社會安全事件牽涉人的部分，包括加害者、直接受害者、間接受害者(目睹事件者，親友，以及受事件影響沒有關係的人)等等。在簡短十分鐘的論述，放在如何避免事件的發生，也就是如何預防加害者的出現。

加害者出現無差別殺傷人事件，經由深入研究可能可以找到先天的基因生物學或體質上的因素，以及天生的氣質跟環境長期交互作用塑造的異常人格特質，加上後天成長過程中持續的家庭學校的挫折，直到近期引爆的壓力或危險因子等，導致加害者出現無差別殺傷人行為，這些可能的原因需要抽絲剝繭完整的實驗室檢查和資料收集，以及長期多面向的觀察，這也是歐美國家及日本對於無差別殺傷人社會安全事件的加害者之處理方式，而非不探討原因即執行死刑以安慰受害者及社會不滿人士，對於預防未來的安全事件可能並無幫助。

要預防加害者的出現，應從父母決定準備好要有孩子及懷孕開始，母親的懷孕過程，需要處於良好的身心狀況，研究發現，懷孕的過程的壓力及情緒障礙及物質使用，會影響孩子的腦部發展，尤其是男孩子。稱職的父母是提供孩子正常健康快樂成長的第一步，除了父母全心全意、愛與包容、親職技巧並非天生具有必須不停的學習，再來是每個小孩子在天生身體心智上面的發展都不一樣，對於那些心智生理發展不同於一般正常發展的孩子，父母和幼兒保健專業工作者要有足夠的敏感度，能早期偵測、診斷，早期介入，對於這些孩子，父母的親職技巧更需要精進。

在我近期進行的全國兒童精神疾病流行病學調查的期中報告發現任何一種精神疾病的盛行率為20-35%，此結果與國際上幾個大型的研究結果雷同。這些小孩子，不論是發展遲緩、自閉症、注意力不足過動症，有焦慮、憂鬱、畏懼害怕或衝動行為規範、情緒障礙等等，我們應加強去除疾病汙名化，給予早期診斷、早期治療，以及持續由兒童期青少年期到成人期的心理精神健康的維護及治療，以及父母因其障礙修正其教養方式，以確保其身心的正常發展。

不論小孩子有沒有任何先天障礙，成長過程將奠定其未來對事情的判斷力和處理與適應環境壓力的能力。一個孩子若在成長的過程沒有被愛，在身心情緒需求上沒有得到足夠的關注，那他如何能學會了解別人、愛別人呢？如何有同理心去了解別人的痛苦及困難？

雖然家庭功能對個人成長非常重要，由於社會環境、經濟的改變和網路的發達，個人和家庭的關係變得淡漠疏離。雖然國內已作相當多的努力和改進，工作上有育嬰假、照顧假、和留職停薪，增加照顧、陪伴孩子的時間，增加了親子互動。但是孩子以及父母身處於不同世代面對不同的挑戰和競爭，父母在面對種種壓力的是否有能力培養孩子的韌性，孩子的行為及價值觀在兒童期甚至青春來自學習父母，因此。父母的以身作則，犧牲兒童不宜的行為及娛樂是必要的，小孩就像一張白紙會因為我們無意中放了什麼樣的顏色或染上了一些汙點而難以漂白。

假設我們整個社會的價值觀沒有改變，一切以學歷為重沒有為這些孩子找到最適合的教育成長環境的話，孩子可能充滿了挫折感，甚至產生錯誤的價值觀。更且，某些孩子若不被學校或甚至不被家人接受，可能陷入現代父母最大的挑戰沉迷於網路世界，出現網路成癮甚至物質使用的問題，一旦接觸非法物質或是網路成癮，心智功能下降，改變價值觀以及影響判斷力，呈現反射性、衝動、不深思熟慮的思考、行為模式。青春期理應是自我認同、道德價值觀形成的重要時期，因為父母忙於工作、孩子網路成癮而造成親子的關係漸行漸遠，即使到學校卻完全沒有在聽課，跟外界隔離或是跟大多數同學格格不入，甚至遭到排擠，增加和一群同儕討論與年齡不符的奇怪的想法和興趣，逐漸地變成在社會上的不定時炸彈。弱勢的家庭可能因照顧者能力、知識和生活的困難，而雪上加霜。孩子在成長過程其實會受到很多的壓力，當沒有任何人來了解他，修正某些不恰當的想法，就有可能在挫折壓力之下，衝動不加思考甚至是在物質使用之下，做出錯誤的決策和不當行為。因此，和孩子建立良好的互動尤其青春期及成人期，了解他們的情緒和想法，甚至偵測任何不當的思考模式，以協助他們及早接受幫助。有情緒、行為、思考問題的孩子不一定符合特定診斷，可能影響學校適應，在情緒或身體上霸凌他人或被霸凌，這些不利因子需要個人、家庭及學校的介入，以免隨著年齡增長，累積更多危險因子。

我們不可能期待個體生下來即免於身心障礙，成長過程完美順利，是所謂的人生勝利組，反而要適應跟許多不同背景的人生活在一起，接受個差異人和獨特性，對於異常人格特質和精神疾病，要去汙名化，讓他們獲得及時完整的介入和診療、和社會的支持，不可以拖延、隔離、排斥的心態，因為我們都一起生活在同一個地球。當許多社會事件透露出社會安全網存在已久的漏洞時，我們更需要警惕、尋找到底哪個環節出了問題。

**結語:**首先，對有身心困難需要尋求協助的人去汙名化，增加社會大眾的了解和接納，因為貼標籤反而會造成更多人不願諮商接受評估和接納這些人，唯有不汙名化，接受醫療及多元文化，必要時給予協助，這樣才能夠使這個社會沒有死角，過著身心健康的日子。營造有利於孩童成長的環境:包括友善支持的家庭、學教及社區。在青少年階段，孩子因父母忙碌、學校課業沒有得到成就

感時，不論學校或是社區，可以針對這些還沒找到方向、不喜歡讀書的孩子、或是上課的內容不適合他，應因材施教，活化教學內容。對於活動，在社區裡可以規畫足夠的空間，讓這些青少年可以打球、下棋、聚會聊天等合宜有益身心健康的活動，甚至形成支持團體。預防網路成癮和物質使用，這些問題和其所造成的影響會持續甚至到成人期，導致他的情緒行為判斷能力不足，讓他們在某些時機造成傷害或是引發社會安全的事件；對於相對弱勢的家庭，在社區或學校裡提供義務性的安親或是照護單位，讓面對重大經濟負擔家庭的孩子也能獲得必要的照顧；妥善處理孩子從小的霸凌經驗對成長也是非常重要的，家庭、學校及社會所要建立的價值觀，是不僅要能夠接受不同特質的人，對於有需要的人也能夠用開放、支持、友善的態度來面對，甚至主動幫助那些需要治療的人。助人的部分應該要從小做起，以家庭為單位，以一個鄰里社區做地毯式的了解，拉近人與人之間的距離，父母可以了解孩子有什麼需要特別的幫忙，家人或夫妻之間可以互了解彼此所面對的生活壓力，社區學校提供學習成長多元資源，甚至擴展到整個社會的支持和價值觀的改變，才能向下紮根，建立安全、穩固的社會安全網。