

06月號
NO.154
June-2025

心靈園地 特教關懷專刊

發行單位：輔英科技大學學務處諮商輔導中心
出版日期：114/05/29
創刊日期：91/10/01
發行人：陳冠位學務長
總編輯：楊瀚焜主任
編輯：陳宜綸
校稿：吳少萍、李季翎、林正寰、林佑穩、林馥婷、
洪貫庭、馬琇宇、孫紫音、陳宜綸、蔡青伶、
潘美雲、謝欣燕(依姓氏筆劃順序)
址：行政大樓 3 樓
話：分機 2270 傳真專線：07-782-0806
信：friend@fy.edu.tw

在大學的成長旅程中，情緒起伏與生活壓力幾乎是每個人都會面對的課題。無論是課業壓力、實習挑戰、人際相處的困難，或是對未來方向的不安，這些種種都可能讓我們感到焦慮、煩躁，甚至出現行為上的改變。這些看似平常卻難以啟齒的困擾，稱「情緒與行為障礙」。而在精神健康議題中，有一種較難被理解、卻對生活產生深遠影響的疾病「思覺失調症」，更值得大家關注。

思覺失調症是一種影響思考、感知與情緒的精神疾病，發病年齡多在青少年至成年初期。幻覺、妄想、情緒混亂等症狀，常讓患者陷入與現實脫節的處境，也因此容易遭到誤解、標籤甚至排斥。

本期專刊希望帶領大家認識思覺失調症，破除迷思與污名，進而學習如何及早察覺、適時求助、提供支持。我們相信，理解是改變的第一步，唯有從認識開始，打造一個更友善與包容的校園環境。

特教關懷專欄

【我的世界和別人不一樣——認識思覺失調症】

台灣臨床心理學會 洪梅禎 臨床心理師

志明時常覺得同事在背後對自己議論紛紛，走在路上時也對路人的舉動感到不安，彷彿自己心中所想的念頭都不是秘密，他人一個眼神、一個動作，自己的一切都被攤在陽光下。

翠翠近幾個月向家人抱怨樓上住戶常在夜間發出聲響，例如：丟擲彈珠在地上、移動椅子、用力關門等聲音，但家人都沒聽到；某天夜裡翠翠不堪其擾終於去按了鄰居門鈴，得到的回應卻是鄰居已經休息，不是鄰居家發出的聲音。家人擔心翠翠可能遇「不乾淨的東西」而帶翠翠接受民俗療法，但翠翠聽到聲音的問題始終沒有改善。

國強始終覺得最近幾年工作不順利是被人陷害造成的，向主管反應、家人抱怨得到的結果不外乎是「你想太多了」、「誰沒事要找你麻煩」，偏偏國強苦無證據能夠證明同事找他麻煩，常常一個工作做不到三個月就離職，有時候他甚至才上班兩三天，就會因隱約感覺同事對自己不友善就離職，導致近幾年已經換了十數個工作。

原本喜歡社交的小雅，近幾年變得不喜歡與人接觸也不愛出門，半年前離職後大部分時間都在家，常常不洗澡、關在房間內，家人觀察到小雅會自言自語，有時還會傻笑或做出奇怪的手勢，家人和小雅說話時，小雅也很難保持專注，常表示有聲音會干擾她。

他們都深受「思覺失調症」所苦

思覺失調症(Schizophrenia)是一種腦部的疾病，會造成患者在思考功能與知覺功能的障礙，其全球盛行率約1%，在台灣的盛行率約0.6%。造成思覺失調症的可能病因很多，通常是多個因素共同造成的結果，包含生理、心理、社會等各面向。思覺失調症的症狀包括妄想、幻覺、胡言亂語、混亂或僵直行為等正性症狀、缺乏動機或表情平板等負性症狀，有一些患者會伴隨情緒困擾，並在認知功能表現上出現不易專注、問題解決能力降低等現象，進而在職業、學業、人際、自我照顧功能等領域出現困難，使他們不易維持原有的生活表現，但如果積極治療，便可以協助患者盡可能維持原有功能、穩定症狀、減少復發並回歸社會。

「思覺失調症」的治療是條漫漫長路

思覺失調症的治療包括藥物治療與心理治療。過去在治療思覺失調症的藥物多以口服為主，部分患者會因服藥遵從性差、擔心因為就醫或服藥會引起他人異樣眼光，而減低了治療的意願使病情惡化，目前已有長效針劑可以改善此問題。當症狀較為穩定後，思覺失調症患者可能因為症狀干擾、疾病適應、人際困擾等原因，被轉介心理治療，心理師會依個案的問題，協助個案進行個別心理治療或團體心理治療，協助個案提升疾病適應的程度、發展人際互動技巧等，有助於個案建立病識感、良好的社交關係、壓力因應技巧與生活適應能力，使個案成功地回歸社會。

「思覺失調症」

患者與常人無異，只是需要醫療資源的協助

社會新聞中的思覺失調症患者常令人感到害怕，但實際上具有暴力攻擊傾向的患者只是少數，有可能是未規律治療的結果，實際上思覺失調症患者與常人無異，只是他們受到疾病症狀的影響，使他們在感覺、思考、認知功能等部分產生障礙，若您身邊有思覺失調症的親友，促使他們越能早期發現、介入與治療，越有較大的機會協助患者回到正常生活，而提供患者支持性的環境並對疾病有正確的認識，並給予溫暖及關懷，也能使患者有更好的適應。

本文「我的世界和別人不一樣——認識思覺失調症」洪梅禎 臨床心理師2025/05/20同意授權。出處：
https://mental-health.gov.taipei/News_Content.aspx?n=C2A3C63C4145725D&sms=A701CC3545FDC59A&s=84C1C9BC22AC306A

相關推薦



《我們與惡的距離》(影集)

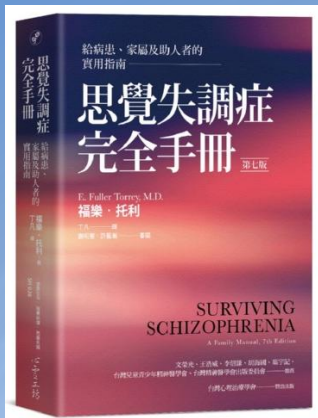
《我們與惡的距離》以一場無差別殺人事件為起始，以理解溫柔的眼光，呈現出每個人物面臨的立場和困境。角色聰罹患思覺失調症，原本是前景大好的新銳導演，生活在患病之後一夕崩潰，在誤入幼稚園挾持幼童拍片引發騷動之後，被迫入院接受治療。一場在療養院用藥後副作用發作，無法控制全身肌肉，艱難地開口對家人連續「對不起、對不起，我想回家…」的戲令觀眾無比揪心。

《美麗境界》是由真實故事改編。約翰·納許是一名普林斯頓大學的天才高材生，雖然有聰明絕頂的腦袋，卻患有思覺失調症。因此，他不擅與人交際，常常活在自己的世界，直到妻子艾莉西雅的出現。艾莉西雅以愛包容約翰的一切，並陪伴在他身邊，約翰也開始面對和接受自己的病症。最終約翰重返普林斯頓大學任教，並且推翻經濟學之父亞當斯密的經濟理論，在1994年獲取諾貝爾經濟學長得最高榮譽。



《美麗境界》(電影)

《思覺失調症完全手冊（第七版）：給病患、家屬及助人者的實用指南》（書籍）



本書正是為受到思覺失調症影響的家庭而寫，作者詳細解說思覺失調症的樣貌、症狀、成因和治療；針對家庭如何接受及適應這個疾病提出建議，也解答常見的問題，為患者與照顧者提供實用對策。最重要的，是本書試圖破除坊間的各種迷思，將思覺失調症除罪化。了解思覺失調症，可以減少迷思，將疾病從邪惡邊緣拉回到理性的範疇。

學務處諮商輔導中心114年06月相關活動

Dr. Smile 駐校身心科醫師諮詢服務

日期：06月06日(五)
時間：09:25~12:10
地點：行政大樓三樓諮商輔導中心
諮詢醫師：蔡景淑醫師（高雄長庚兒心智科主任）
對象：全校師生皆可預約

日期：06月10日(二)
時間：09:25~12:10
地點：行政大樓三樓諮商輔導中心
諮詢醫師：鐘建麟醫師（希望心靈診所主治醫師）
對象：全校師生皆可預約

日期：06月19日(四)
時間：09:25~12:10
地點：行政大樓三樓諮商輔導中心
諮詢醫師：丘世祺醫師（青欣診所院長）
對象：全校師生皆可預約

特教關懷影展-「蘿莉破壞王」

日期：06月04日(三)
時間：12:20~15:20
地點：B312人文視聽教室
講師：輔英科技大學 朱秀姬老師
對象：全校學生
(可認證非專業研習時數)

我們一起「趣」桌遊活動

日期：06月04日(三)
時間：15:10~16:10
地點：行政大樓J403會議室
對象：全校學生

特殊教育諮詢服務

日期：06月10日(二)
時間：09:00~11:00
地點：多功能教室
講師：高雄師範大學特殊教育學系 劉萌容主任
對象：全校學生

校外衛福部「青壯世代心理健康支持方案」

衛福部提供15歲到45歲有心理諮商需求的族群，直至114年12月31日止，每人有3次免費心理諮商。歡迎同學多加利用，請掃描右方查詢服務機構名單。



衛福部

諮商輔導服務

同學們，當您碰到困擾時，除了可以找同學、導師聊聊外，也可與您的心靈 SPA 導師談心，此外，您也可以與您所屬的院系心理師/社工師聊聊。最後，我們還有身心科醫師駐點諮詢的服務，一同守護我們師生的心理健康，有關各項諮商輔導管道，預約的方式如下：

第一站 與心靈SPA導師有約

服務時段：學校網頁（首頁→行政單位→學務處→諮商輔導中心→心靈SPA導師→預約）

預約方式：

1. 電話預約：查詢時段後，請撥打該心靈SPA導師分機號碼（列於上述網頁的值班表）聯絡預約，或撥 2270（學務處諮商輔導中心分機）。
2. 線上預約：掃描 QR code 或進入學校網頁路徑（學務處→諮商輔導中心→心靈SPA導師→線上預約心靈SPA導師談心）。



預約心靈SPA導師

第二站 諮商輔導中心院系心理師/社工師

服務時段：請至線上預約系統查詢

（學生資訊服務系統→諮商輔導→申請諮商輔導）

預約方式：

1. 現場或電話預約：請至行政大樓三樓諮商輔導中心或電洽中心分機 2270 預約。
2. 線上預約：手機掃描 QR code，認識您所屬的院系心理師/社工師。
學校網頁
（首頁→資訊服務→學生資訊服務→諮商輔導→申請諮商輔導）



諮商輔導中心

第三站 Dr. Smile身心科醫師駐校諮詢

6月諮詢日期：06月06日(五)、06月10日(二)、06月19日(四)

（實際日期依公告為主，詳細資訊請掃描QR code）

諮詢醫師：

丘世祺醫師（青欣診所院長）

鐘建麟醫師（希望心靈診所主治醫師）

蔡景淑醫師（高雄長庚兒心智科主任）

預約方式：請至行政大樓三樓學務處諮商輔導中心或電洽中心分機2270預約

Dr. Smile身心科醫師諮詢資料



資源教室—向日葵家族服務

1. 針對在學且領有教育部特殊教育學生鑑定之學生提供輔導服務，協助本校特殊教育需求學生適應校園生活，倘若同學有特殊教育需求，但未領取教育部特殊教育學生鑑定者，可至資源教室諮詢。
2. 114學年度第1學期特殊教育學生鑑定工作時程：約114年8月1日起至114年9月26日止（後續將依教育部來函另行公告）。



資源教室