

失序的世界：思覺失調

大部分的人，其思想、行為、情感是具有一致性的。然而有一群人，通常是青少年或較年輕的成人，主要出現的症狀是思想、行為、情感障礙，三者無法統一，以致於行為於現實環境脫節，社會上一般稱之為精神病，過去其名稱為「精神分裂症」，近年來其正式名稱已更改為：「思覺失調症」。

思覺失調症的病因，最為人接受的一種看法是腦中的神經傳導物質「多巴胺」失去平衡所引起，病人由於多巴胺功能太旺盛，所以出現妄想、幻覺等症狀。除此之外，遺傳、體質、生活壓力、以及家庭成員之間的溝通障礙也是可能的原因。

嘉義市衛生局

中正大學臨床心理研究所

中正大學兒童發展中心

嘉義市臨床心理師公會

聯合編印 03 05 26

思覺失調症的症狀

- 個案在一個月內至少出現以下2項或以上的症狀，且至少有一項必須為(1)、(2)或(3)：
1. **妄想**。這是指明明是沒有發生的事情，病人卻信以為真，最常見的是病人感覺有人要害他的被害妄想，此外，關係妄想、誇大妄想等也極為常見。
 2. **幻覺**。指的是病人在沒有刺激之下，卻會出現感覺或知覺，像是最常見的有聽幻覺，病人會在沒有聲音刺激出現時卻聽到聲音，其他的也包含視幻覺或嗅幻覺
 3. **胡言亂語**。病人開始變得語無倫次，缺乏該有的邏輯，出現答非所問的情形。
 4. **整體上混亂或僵直的行為**。
 5. **負性症狀**。這是指正常人應該具備的行為，但是病人卻缺少，常見的負性症狀有下列：
 - **情感平淡**：指病人的表情看起來

僵硬，缺乏該有的變化，很少有眼神接觸，肢體語言減少。

- **缺乏動機**：指缺乏目的取向的行為，病人可能長時間呆坐，對參加工作或社交互動缺乏興趣。

思覺失調症的治療

- **藥物治療**：是最主要的治療方式，藥物可以改善病人的幻覺、妄想等精神症狀。藥物並不會有成癮的問題，病人不需過度擔心而自行停藥。
- **社交技巧訓練**：改善人際關係，以及幫助病人可以完成日常生活事務，如到餐廳點菜、搭公車等。
- **行為治療**：利用增強和消弱等學習原理，以建立病人良好行為，同時改善怪異行為。
- **家族治療**：改善家人溝通的障礙，如對病人的批評、指責等，以降低病人的壓力。
- **職能治療**：改善病人的日常生活功能，減少退縮及懶散的行為。

- **團體治療**：以團體的方式進行，針對病人所面臨的問題進行討論，找出解決方案，提昇病人的問題解決能力。
- **住院治療**：病人若出現傷害他人或自己的行為時，應安排短期住院，接受治療。

家屬與病人相處的注意事項

- 服藥是很重要的事，家屬必須留意病人是否按時服藥。藥物可能會出現副作用，應該和醫生討論，勿自行停藥。
- 接納病人的幻聽經驗，鼓勵病人去做他感興趣的事情，以便轉移他的注意力。
- 對於病人的妄想，不要嘗試與病人爭論，傾聽並試著瞭解他的想法以及相關的情緒。
- 協助病人安排生活作息，生活規律對病人的心理穩定很有幫助。
- 為防止病人生活懶散，找一些簡單的家

事，如打掃、倒垃圾等，請病人幫忙。

- 提供病人與他人來往互動的機會，可以先從家人、親戚、朋友，然後逐漸參與鄰居、社區的活動，這有助於改善及維持病人的社交技巧。
- 對於病人的期望要做適當調整，不要過分要求病人的表現要和生病前一樣。
- 對於病人表現良好的行為，不要當成理所當然，要適時給予讚美、鼓勵，將有助於行為的持續。

編者註：如您對本手冊有任何問題，或希望尋求臨床心理專業服務，請與下列單位連繫，會有專人為您解答或安排轉介（我們提供臨床心理師現場心理諮詢服務，請先來電預約）。若您對本手冊有興趣，可自行至

[Http://www.ccunix.ccu.edu.tw/~psycdc/](http://www.ccunix.ccu.edu.tw/~psycdc/) 網站下載。

① 嘉義縣市社區心理衛生中心聯合諮詢電話
3621150

嘉義市衛生局：嘉義市德明路1號

嘉義縣太保市祥和二路東段3號

② 中正大學兒童發展中心：嘉義縣民雄鄉三興村
160號 05-2723837