



# 快樂何處尋？

## 本院與亞洲大學成立「幸福健康中心」

文／精神醫學部 主治醫師 吳博倫

**24**歲的葳葳（化名）已經是3歲與6歲男孩的母親，先生在電子廠擔任生產線品管技師。葳葳成長過程目睹父親對母親施予的家庭暴力與母親的屈從，亦對母親的絮絮不休漸感無奈，於是在高中階段離家，半工半讀完成學業。

### 她的先生…

#### 封閉、退縮、沈迷網路

高中一畢業，因為不願回到原生家庭，她即匆匆進入婚姻。雖然先生不賭博不喝酒，但一回家就上網或看電視，夫妻經常拌嘴吵架。葳葳抱怨先生無法體諒她長時間照顧兩個孩子的辛勞，她說：「他只在心情好時逗弄孩子幾下，平日根本不帶孩子出門，也不參與孩子的校園活動。孩子如果在他上網時鬧他，他就會發脾氣，指責我沒把孩子管好。」

葳葳的先生很少參與同事或家族的活動。據婆婆說：「我這個兒子念國小時只是比較內向害羞，但升上國中後變得更加沉默寡言，在課堂上連被點名念課文都會全身僵直發抖。他雖然成績還不錯，遇到活動要分組卻不敢主動表態，還得勞煩老師找人收他。」

婆婆歎口氣，又說：「他明明很在意別人對他的評價，不知為什麼，總是不敢正眼看人，曾經多次求職面試都因此失利，在學

校或工作場合還被誤會是太過孤傲。凡是要與人互動的場合，他都不肯去，就連上便利商店與店員互動都緊張得要命，各種瑣事都要靠老媽我來幫忙。後來，只要是能用網路處理的事情他都不出門了。看他這樣沉迷網路，我也不曉得怎麼念他才好！」

葳葳的先生長她11歲，當年是在好友找他到KTV唱歌時認識了葳葳，當時他喝了酒，變得比較活潑開放，葳葳才開始與這個人稱老實木訥的男人開始交往。

### 她的父母…

#### 家暴、壓抑、左右為難

回溯到葳葳的原生家庭，她父親在921大地震之前，原本是中部地區人氣很旺的建築工地主任，因著幾年的營建業績成長而自行創業。未料地震過後，自家房屋嚴重損毀，連帶建築工程中斷、貨款跳票、虧欠工資而周轉失利。

她父親在事業做得不錯時，經常和工班弟兄小酌維士比和保力達；失業後，情緒陷入低潮，長期酗酒，甚至會對妻子暴力相向，並且經常恍神，甚至想要撞車結束生命。她父親還曾數度恐慌發作而送醫，心臟科醫師做完心導管檢查後說：「無法從抽血、心臟超音波和導管檢查發現冠狀動脈有大問題。看來他是因為太容易緊張，才會反覆過度換氣。」

葳葳的母親嫁入夫家後相夫教子，直到葳葳9歲那年，921地震改變了她的生活。先生這十多年來的經濟崩潰、脾氣暴躁、酗酒、恐慌發作、無法工作、有結束生命的企圖等，令她天天膽顫心驚，長期下來，已經身心俱疲。近年來，先生經由心臟內科醫師轉介身心科的協助之下，情緒逐漸穩定，但因酗酒太久，面臨慢性肝硬化的威脅。她自的健康狀況也出了問題，頭痛、肩頸痠痛加劇，特別是對噪音特別難以忍受。

她不僅承受著自己婚姻的壓力，女兒的婚姻問題也讓她憂心忡忡。更讓她憂心的是與弟弟、弟媳同住在中部老家的父母，也就是葳葳的外公外婆。想到身為長女，卻無法照料身體和腦力日漸衰退的父母，使得她極度焦慮。她先生其實並不支持她經常奔波往返地帶父母就醫，認為那是她弟弟和弟媳的責任，可是每當父母誤食過期食物，睡醒週期混亂，甚至迷途走失，弟弟和弟媳又忙於工作，無法妥善處理，她失眠的情形就會惡化，一聽到電話鈴響便驚嚇心悸，深怕是父母又出事了。在多重煎熬之下，她的記憶力和操持家務的能力開始下滑……。

### 她的兒子： 衝動、過動、成長瓶頸

至於葳葳的長子，國小一年級導師已經多次打電話找她討論孩子在學校過度好動及衝動的問題。葳葳與導師面談後，得知導師很欣賞孩子的創意與直率，但也希望葳葳夫妻能帶孩子到兒童心智發展中心評估是否有專注力不足及衝動的傾向。葳葳不明白，到底是自己的管教方式和夫妻相處的問題影響了孩子，或是孩子的氣質、個性真的出了狀

況。想到先生的退縮旁觀，她就懊惱，也害怕自己不能讓孩子安穩的成長。她開始為自己和自己的母親掉淚。

類似葳葳與她父母、先生及孩子的故事，可能正在許多家庭上演，不同的故事，有著不同的煩惱，令人不禁要問「快樂何處尋」？

### 心理健康需要專業服務

#### 本院與亞洲大學成立「幸福健康中心」

一個城市的生活品質係由其「教育」、「經濟」、「治安」、「生態環境」及「歷史人文」水平所決定。居民是城市生命力的泉源，居民擁有的「健康」則是城市能偉大長遠的強力後盾。

隨著大環境的變化，無論是地震或水災受創者，親子問題、家庭暴力、職場壓力，乃至高齡化社會及慢性病患者或照顧者的身心問題等，各種心理健康議題都受到前所未有的重視。從個人至社區、兒童至高齡者、藍領勞工至白領階級，亦不分在地人、新移民或外籍工作者，皆對以社區為基礎的專業心理健康服務有著迫切的需求。

「促進社區民眾健康、預防疾病、及早治療」是中國醫藥大學醫療體系的使命。心理健康專業人才的培育、相關公共衛生政策的研究與發展亦是中國醫藥大學暨亞洲大學的優良傳統與創新途徑。本院與亞洲大學已成立「幸福健康中心」，這是一個整合心理健康專業服務、教育訓練、研究企劃的社區心理健康團隊與機構，以共同推動及實現上述使命為宗旨，期望台中市能成為全國「快樂指標」最高的都市。🏡