生命有愛 ～ 心靈饗宴

維吉尼亞校園槍擊事件～認識心理疾病，關心身旁的人

學輔組 吳淑真心理師

『四月十七日發生在美國維吉尼亞理工學院的校園槍擊案件，造成三十二人喪生，包括兇手在內，成為美國有史以來死亡人數最多的校園槍擊案』。這個醒目的報章雜誌的陳述，讓人除了驚恐更是驚慌，什麼樣的人會如此地冷血殺了這麼多無辜的人，像是大屠殺似的趕盡殺絕，連發子彈幾乎是恨不得殺光周圍的人似的，這讓人們對生活多了一份警覺，開始思考潛伏於四周是否也有類似的人物，我們可以藉此事件學到對此行為及心理疾病的描述。

我們回顧一下報章雜誌提及關於趙承熙的相關資料，他行兇前留下的一張紙條上寫著，他要對付「富家子弟」、「放蕩之人」、「虛偽的騙徒」，行兇前即出現行為異常的跡象，像是暗中跟蹤女性、在宿舍縱火等，媒體報導他所寄出充滿恨意的包裹，內容包括文章、照片與影片，而影片中他甚至叫囂說「你們的手上沾滿了血。」大聲咆哮發洩對富人的怨恨和不滿「感謝你們，讓我像耶穌一樣死去，鼓舞幾個世代軟弱而沒有防衛能力的人民」。「你們知道遭到羞辱是什麼感覺嗎？為了取悅你們，被釘上十字架流血致死又是什麼感覺？你們的人生中從未感受過一點痛苦」。「你們有一千億個機會與方法來避免今天的事情發生。」「但你們決定讓我流血。你們將我逼入角落，讓我別無選擇。這是你們的決定。現在你們的手上沾滿永遠無法洗掉的血跡。」包裹中包括數張趙承熙凶惡看著鏡頭與揮舞大屠殺中使用槍枝的照片（yahoo 奇摩新聞）。

我們似乎可以從字裡行間感受到趙的憤怒，對世界的不公發出的怒吼，像是要盡全身的力量把世界的不公平一股腦兒全部說出，許久前就開始策劃槍擊事件，甚至他的室友說有八個月久的時間，對於他人的問候也都不給回應；報章雜誌中的心理學家更是進一步的針對他的症狀做分析，像是『他把自己比喻成耶穌，具有偏執狂、妄想症的症狀，這是他的妄想，更把自己幻想成很偉大』(yahoo 奇摩新聞)，當一個人主觀上將自己比喻是耶穌，且深信不疑將自己的角色視為很偉大時，這似乎脫離了平常社會的想法。

我們也許會覺得我們想要有耶穌的情操，也許也會想像自己是他，但骨子裡我們知道自己不是他，因為我們有現實感，知道從一些客觀的事實及訊息去判斷我們不是耶穌，那是我們有能力去區分真實與想像，即使只是做作白日夢，幻想一下，自己的好心腸也許是耶穌或是德雷莎修女轉世的，這也說明我們的思考型態中是具有邏輯性的，不被盛怒佔據且是具有理性的，可以做合理的判斷，區分真實、想像、與幻想；換句話說，我們對事件的價值及看法是具有彈性且可鬆動的，然而妄想性型態的思考模式，是一組堅信且主觀上深信不疑的念頭或想法，脫離我們的教育、文化、以及社會脈絡；此外，對事件的判斷取材上會令人聽了覺得與事實差距太遠、令人難以接受、難以糾正；例如某人覺得妻子的外遇是因為他在他們家的前面數過來第四根電線桿的燈是亮的，表示那是妻子與情人間互通訊息的暗號（此例子取材於 symptom in the mind)，讓聽者有著很怪的感覺。

另外，從行為的表現來看，趙承熙就讀於魏斯特菲中學的同學德維茲表示，當年趙承熙曾經在學校遭到同學欺凌，同學嘲笑他的的羞澀及怪異的說話方式，德維茲回憶說，趙承熙幾乎不開口說話，即使別人有意跟他聊天，他也不搭理，據說他向來都是獨行俠。德維茲回憶說，有一堂英文課，老師要求學生大聲朗讀課文，輪到趙承熙的時候，他眼睛看地下默默不語。老師威脅當掉他之後，趙承熙才以怪異、低沉的聲音唸起課文，聽起來「就像他嘴裡面有東西」(yahoo 奇摩新聞)。

不敢看其他人、頭總是低低的、似乎安靜的待在人群當中，甚至讓人覺得他們好像從人群中退縮不存在似的，這些行為特質也會在逃避性特質傾向的人身上出現，因為心理預期會被批評以及被拒絕，對負向感受非常高度的敏感，為了避免浮現這些感受，常常較少參與活動，甚至避免去社交場所。這些背後都有一組人際假設及人際需求，他們背後的人際假設是『我比別人差』、『如果我做事一定會失敗』、『你們會嘲笑我、羞辱我的』，背後的人際需求則是『我想要有朋友，我不想要被欺負，我想要有人支持我』等等(Leonard M.Horowitz,2003)。身旁中具有逃避性特質傾向的人，並非同時存在著妄想型態的思考模式，然而行為上的共通性，提供我們更認識人類行為具有高度的相似性，讓我們學習更謙卑的對待人類所面對的可愧美浩大工程的心理挑戰。

對於出現在我們身旁周圍有這些傾向的人，我們有一份社會責任感，大家多一點的在意及協助，不將這些古怪的行為或想法視為是個人的事情，當視為公共事件，將這樣的關心及協助放在預防的觀點上，立基於這樣的思考使我們跟環境的關係多了些連結，但也不應將有這些傾向的同學標籤化，對他們有成見，視為道德上的一項缺失。你可以這麼關心你的同學：(1) 主動關心對方，瞭解對方遇到的困難，若可以主動提供協助，若在能力範圍外，則協助尋找其他資源。(2) 主動與導師報告討論如何協助同學。(3) 與系所心理師聯繫討論如何協助他們，這些協助開始一定會遇到阻力，但也請相信同時會有很多人幫你的，你從中學到的將是更認識自己。

大家一起來期待我們的校園更溫馨！更安全！！

※參考文獻：

1. Sims, A. C. P. (2003) Symptoms in the mind :an introduction to descriptive psychopathology. W.B. Saunders.
2. Leonard M.Horowitz(2003). Interpersonal foundations of psychopathology. American psychological Association Washington, DC.
3. AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCATION (1994). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders*, 4th edn (DSM-IV). Washington, DC: APA.
4. yahoo 奇摩新聞。

心靈捕手信箱

心碎的感覺

親愛的輔導老師：

你好！其實，要我寫信來，其實是件很困難的事情！因為很多話想說，卻又不知道怎麼說？在心理困擾的事，我其實也很懷疑不是其他人可以替我解決的，畢竟解鈴還須繫鈴人，不是嗎？

事情是這樣的，我在去年暑假的時候，因為校際間的聯誼而認識了一位外校的女生。她是個很大方、很活潑的女生，我跟她談的很來，幾乎什麼話題都可以聊，百無禁忌！她很體貼，也很善解人意，只要她約我，我絕對不會拒絕她，因為我真的很喜歡跟她一起出門的感覺！雖然總是打打鬧鬧的，可是我還是有很溫暖的感覺！其實她也不是個外表特別出眾的女生..... 就是想到她的臉，會讓我忍不住微笑就是了.....

唉~ 說到這裡，老師大概也看的出來，我很喜歡她！真的很喜歡！是的，所以我在今年初，二月的情人節時，鼓起了最大的勇氣，對她表白！為了那天，我真的準備很久，真的好希望、好希望她能跟我交往。可是，她沒有！！

她其實不是拒絕我，她只是用她慣用的體貼的方式告訴我：她還沒有準備好，他希望我給她時間！這我了解，我也同意了，我想我要當個紳士，需要尊重她，給她時間。我們之後還是照往常一樣，MSN 聊天，講電話，傳簡訊。她沒有從此就刻意迴避我，讓我深信她對我也是有好感，只是像她講的，她需要時間準備。我以為，只要我耐心等待，她會有接受我的一天，只是....沒有想到.... 我完全錯了！！而且錯的很離譜！

就在上個禮拜，我發現，她其實有一個從高中就開始交往的男朋友！！當我知道的時候，我整個人都傻了！慌了！完全無法想清楚，怎麼會這樣？我實在無法接受！她怎麼可以這樣欺騙我？怎麼可以？

整個禮拜，我不敢接她的電話！不敢跟她聯絡！我覺得自己好悲哀！她打了好幾次電話給我，傳簡訊給我，問我怎麼都沒有跟她聯絡？哈~ 真可笑！我該怎麼跟她聯絡？用怎樣的姿態來面對她？難道要質問她為什麼有男朋友還給我希望嗎？！我想默默的離開，就這樣再也不要聯絡了，不是最好嗎？可是她還是會打給我，還是一樣無辜的寫 mail 關心我，問我怎麼了？怎麼不跟她聯絡？我到底該怎麼辦？到底該怎麼面對她？我明明很想她，明明很難過，但卻什麼也不能做，什麼也不敢做！我到底該怎麼再面對我自己？我其實，還是很希望，她能夠親口告訴我，「我出局了！我沒有希望的！」或者這樣子，我就能夠認清楚，自己其實不應該再留戀在她的騙局裡了.....

心碎的人 筆