

# 適應問題個案輔導及追蹤管制

文／余錦銘



## 前言

從傳媒得知，國防部為避免國軍因SARS疫情影響導致戰力受損，遂宣佈所有官士兵管制休假。而引發某新訓中心新兵集體絕食抗議，那天與父親閒聊此事時，爸爸語帶感嘆的說：「現在的兵和以前的不同囉！要是換成以前，他們哪敢...」。的確，現今的環境與以往確實有很大的差距，絕大多數役男從小即在舒適的環境下成長，備受家長的呵護，缺乏主動拓展生活經驗的意願與自信，面對軍隊嚴格規律的訓練，難免會出現無法適應的情形。雖然大多數的役男經過一段時間後都能逐漸適應部隊生活，卻仍有不少役男經較長的時間仍無法適應，因而造成部隊管教、執勤訓練的困擾，假使部隊的幹部又求好心切，未能考慮役男身心狀況，循序漸進的輔導剛下部隊的弟兄去適應部隊生活，仍然嚴格訓練與要求，則可能因弟兄的身心問題而造成危安事件。由上述種種可知，「部隊適應不良」就成了

為何弟兄需要輔導最重要的原因之一。

## 「部隊適應不良」探討

### 一、部隊適應不良的定義：

所謂「部隊適應不良」經許多專家、學者及輔導人員對部隊的研究及調查，係指役男入營三個月內有很清楚的心理社會壓力出現，並伴隨著下列狀況：

- (一) 神經質、憂慮及情緒不穩定。
- (二) 心中常感害怕及感覺無望。
- (三) 侵犯他人權益而不自覺，或違反一般社會同年齡層正常或正當的行為規範。
- (四) 身體症狀：如疲勞、食慾明顯下降、身體各部位疼痛，但是卻檢查不出身體疾病；或是身體虛弱，經常生病。
- (五) 社會退縮、社會恐懼。
- (六) 工作或訓練功能發生抑制情況，表現不如從前，而且無明顯原因。如果發現役男出現以上明顯徵候，各級幹部及心輔人員就應注意，並主動協助個案適應部隊生活，以防範問題於未然。

### 二、如何判斷部隊適應不良的個案：

(一) 在新環境生活超過三個月，仍無法配合單位的作息與工作：

一般人適應環境的時間為三個月，若個案超過三個月仍無法熟悉環境，及學會尋求支援，則表示該員對部隊生活適應不良。

(二) 在適應期間有嚴重的情緒困擾，並且已經影響到其正常作息：





新環境對於人的生理及心理兩方面都會產生影響，適應不良的個案在心理層面方面，最明顯的就是情緒上的變化。個案情緒低落，常易緊張、生氣、神經質，因而對問題的反應力變差，注意力難集中，工作效率不張，同時也易造成人際關係的衝突、孤立，並時常產生思考上的困惑。

### （三）因適應不良而帶來的身體不適：

適應不良的個案常需花大量的時間、體力去應付壓力，因而生理上會呈現脆弱，個案常會抱怨身體不適，如易疲倦，小病不斷、或慮病的現象。若壓力不斷的累積又無法排除，則可能會產生重大生理疾病，如高血壓、胃潰瘍、偏頭痛等。

## 三、部隊適應不良的原因分析：

### （一）環境因素

#### 1. 社會價值觀丕變

由於目前國人大多生活在物質優渥的環境，因此，造成好逸惡勞的習性，且許多只願享權利而不願意盡義務心態的人，日益增加，故有不少役男在心中對服兵役產生負面的看法，並認為「當兵」是浪費時間。因此，對服兵役的心態上已經不健全，自然心中對軍中所有事情均產生排斥，因而無法適應部隊生活。

#### 2. 單位對新進弟兄的調適教育不良

雖然海巡署對於新進人員設有專職銜接之教育訓練單位，然而分配至各單位後，部份單位主官未能注意到弟兄調適教育與適應期的重要性，偶有新進弟兄遭資深弟兄欺侮，或是單位操之過急要求新進人員趕上其他弟兄的進度，因而使其無法適應部隊生活。

#### 3. 兵員短缺各項任務繁重

部分單位兵員不足，且更替頻繁，遇臨時任務來臨，常因工作未能完成而感到壓力沈重。

### （二）個人因素：

#### 1. 各項能力及經驗不足而自尊心過高：

大多數的士官兵，從小即在舒適的環境下成長，備受家長呵護，因此在行政能力上，經驗缺乏，人際關係的處理上亦缺乏圓熟的經驗，且從小鮮少遭受師長的責難，故挫折忍受力低，自尊心薄如紙張一般，若在軍隊中遭受各級幹部的責難，往往便會使其自尊心受到重創導致情緒低落，甚至有輕生之意念。

#### 2. 入營前生活習性較差：

少數官兵入營前結交損友、生活作息日夜顛倒、吸食安非他命、對金錢出手大方、或入營前感情生活混亂，過度依賴異性朋友等，對於軍隊規律、嚴謹的生活常感到不適應。

#### 3. 入營前身體狀況欠佳：

部分士官兵入營前患有痼疾，因而影響訓練及執勤，只要有體能訓練或演習，對其而言均感到痛苦。除上述的原因外，另有一些特殊狀況，如個案有明顯的人格偏失或精神疾病，或是少數不肖幹部管教上所造成連隊的問題等，亦會造成弟兄的適應不良。

## 如何輔導適應不良之個案

### 一、落實新進人員輔導：

新進人員在下部隊的三個月時間內，為適應的關鍵期，心輔人員應於個案下部隊後即主動集中宣教，或做團體諮商，使個案對環境、生活及工作型態先做了解，並有主動適應的心理。輔導過三個月後，可以配合量表測驗對其適應情形作一鑑定，已決定是否須對成員中的某些特定人員在持續追蹤輔導。

### 二、確認個案問題所在：

在對新進人員實施晤談輔導後，發現有問題之個案，即應主動約談並予以協助，了解問題之所在，並評估個案處理問題之能力，讓個案了解其所





屬的環境及其環境中該由自己所完成的工作之具體事實，並對其問題能主觀的自我察覺，而後在輔導的過程中才能有效的解決問題。

### 三、熟悉各種輔導技巧的運用：

我們所學的各種輔導技巧，若不能廣為熟悉運用，其效果必受影響，且對此種牽涉到個案輔導與部隊管理兩層面的問題，若處理不佳，個案及連隊主官會對輔導員的信心大打折扣。

### 四、一般輔導原則：

(一) 討論並找出個案認為最有效且可執行方式。

(二) 和個案共同尋求關於完成工作各種具體可行的方式。

(三) 鼓勵個案嘗試。

(四) 定期持續追蹤輔導。

(五) 定期檢查結果並修正不恰當的地方。

(六) 轉介輔導。

### 五、社會工作的運用：

(一) 與單位主官溝通：有少數的輔導員會忽略與個案主官（管）的溝通。然而，部隊適應問題若僅是個案及心輔員的努力，是絕對不夠的，且必定事倍功半。因個案經輔導回到隊上後，若無支持系統的協助與關懷，其問題很難有效處理。若能與單位主官作良好的溝通，隊上配合採取相關的處理方式，定能讓個案早日適應部隊生活。

(二) 與個案家屬保持聯繫：當個案適應不良時，可向連隊主官溝通，派遣幹部與個案家屬聯繫，除可更深入了解個案問題外，同時可藉由家屬對個案的支持與協助，使個案早日適應部隊生活。與個案家屬保持聯繫的另外一項功用，就是讓家屬也能共同參與輔導過程，並共同承擔輔導之成敗。

(三) 協助個案尋找其他有利的系統支持：只要對個案有幫助的人、事、地、物，無論是在營

內或營外，心輔員均可協助個案了解、認識、接觸。如此，可使個案在心理上有依靠的感覺，這亦有助於個案適應部隊生活。

### 個案追蹤管制的重要

「謝謝你的幫忙，我想我的問題應該已經解決了」。當案主這樣告訴我們的時候，相信許多工作者都應該感到欣慰，證明自己的努力並沒有白費。但事實上問題真的解決了嗎？其實不然，一個專業的助人工作者都應該明白，個案的追蹤及持續的管制才是結案前最應慎重考量的輔導步驟。有時往往因輔導員的一時疏忽，輕易的將案子結掉，最後導致後來案主的二次傷害，相信這是大家所最不願見到的。

### 結語

個案輔導及追蹤管制是國軍各部隊最基本的輔導工作，若能對單位內新進人員做好輔導工作。則適應問題自然迎刃而解，各級輔導人員應適時的協助基層幹部，執行新進人員心理衛生教育及個別輔導，以增進其適應能力及心理健康認知。如此才能將部隊心輔工作的功用做最有效率的發揮。（作者任職於岸巡第二一大隊心輔官）

