

# 清廉閱報

第10801期

 新北市政府政風處  
Civil Service Ethics Office, New Taipei City Government

01 專題報導 我們與廉的距離

05 人物專訪 翻轉人生 譯展長才

10 廉政動態

12 機關廉連看



# 我們與廉 的距離

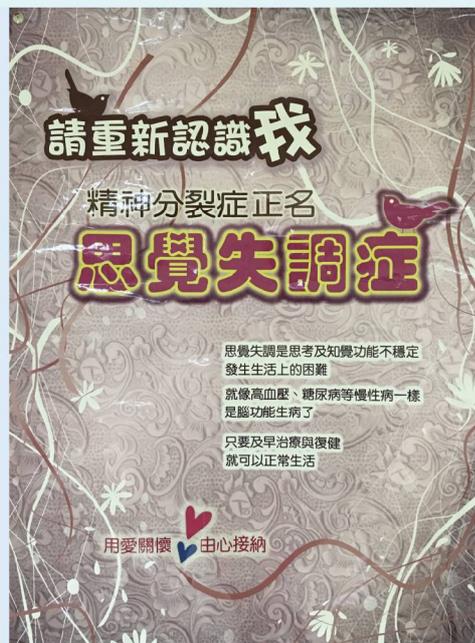
文：衣奉如 / 攝影：鄭書欣

近期最具話題性的電視劇《我們與惡的距離》，相信大家都不陌生，這部劇透過一起隨機殺人案件，將人性中的善與惡，痛苦與矛盾層層剖開，並赤裸裸的呈現在觀眾面前。除了劇情精彩之外，整齣劇就像在說自己的故事（或身旁人的故事）一般真實，追劇時的心情如同編劇寫這齣劇本的起心動念一般，害怕類似的殺人事件發生在自己身邊。

劇中男配角因工作受挫加上女友離世，精神狀態受到重擊，罹患「思覺失調症」並出現幻聽（想）等症狀，而穿梭在整部劇情中的精神社工師，在面對情緒失控的男配角突如其來的武力要脅時，沉穩的化解危機令人印象深刻。在新北市政府其實也有這樣子一群默默守護著市民心靈健康的同仁們，藉由這個機會，我們特別邀請到聯合醫院三重院區精神科周蔚宸心理師及楊文君社工師，一起談談思覺失調症，並給予一些建議。

思覺失調 (Schizophrenia) 主要係指「思考能力」與「知覺功能」的「失調」，「失調」二字代表疾病是有「恢復的可能性」，和憂鬱症、恐慌症、躁鬱症甚至失眠一樣，都是精神科醫師常處理的疾病與症狀。這個名字聽起來陌生，但這個疾病並不少見，在世界各地大約每一百人就有一人會患上此症，也就是說，光是在臺灣可能就有超過10萬名思覺失調症患者。



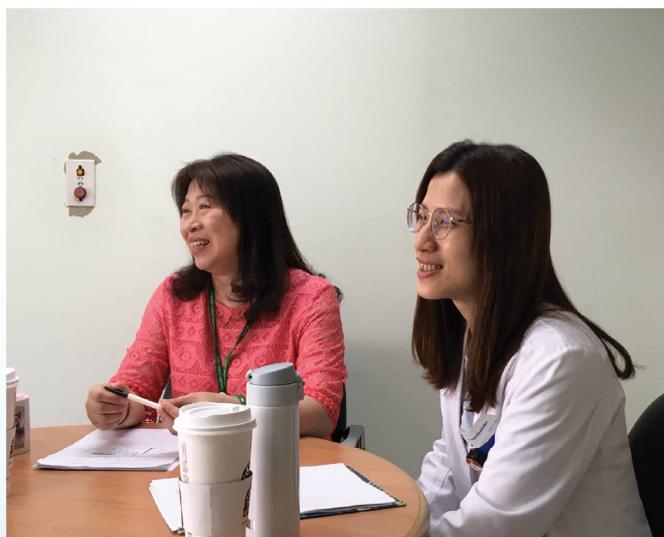


思覺失調早年被稱為「精神分裂症」，為了避免產生錯誤的標籤，因此在2014年正名為思覺失調症。它是腦的疾病，主要和體質有關，主要特徵為社會行為異常以及認知混亂，患者很難分辨真實和虛幻，清醒時卻像在做夢一般，常會被誤認為「抗壓性低」、「無法獨立」等，初期徵狀包括變得不愛社交、工作退步，抱怨被監聽、監視導致無法規律生活，都有可能是罹病警訊。周心理師指出，青春期前後是發病高峰，若孩子的思考、言語與行為出現不尋常的變化，父母就要合理懷疑可能有思覺失調的傾向。



這讓人不禁聯想起近年發生的幾起駭人的兇殺事件：2014年，鄭捷在臺北捷運車廂內隨機殺人，2016年，王景玉在內湖砍殺女童小燈泡等.....，對社會造成極大震撼。精神鑑定結果指出，王景玉有長期妄想、扭曲的認知，明顯罹患思覺失調症，且因服用抗精神病藥物而看起來極度茫然。說明著精神疾病原本起初只是患者個人生活適應方面的困擾，在未被持續了解與正視之下，最終不幸演變成如此嚴重的社會問題。

周心理師舉例，一名30多歲粉領族從事服務業多年，開始恍神、自言自語，甚至無故與顧客吵架，主管查覺異狀後建議就醫，但家屬無法接受，最後女子症狀嚴重遭解雇，家屬才帶女子求診，經過多次門診、會談、用藥治療，3個月後病情穩定，如今重回工作崗位。「世界上最可怕的不是疾病本身，而是對疾病的誤解與錯誤的標籤。只有正確的認知，才能幫助自己，也幫助身邊需要的人」。



心理師與社工師侃侃而談



廉政與醫療相見歡

一般人要如何開始幫助這些朋友，周心理師認為與廉政工作最重要的核心理念 - 「預防」相同，也希望可以透過本期清廉閱報專題報導來廣為宣達「預防重於治療」的重要性。如同警政、醫療或教育等機構，當發現兒童或少年的家庭狀況，有符合「高風險家庭評估指標」中其一情形，即通報轉介相關權責單位處理。如果你發現家人或朋友有些行為異常的狀況時，請適度給予一些關心，傾聽他們的需求，並在狀況不佳時，鼓勵或陪伴著他們一起就醫。雇主願意給予這些員工，稍微彈性的工作時間，減輕他們的心理壓力並更有意願提早開始治療。所謂「及早發現、及早治療」，我們對周遭親友應該保持一種敏感度，並試著協助他們不害怕求助專業，不用擔心丟了工作而延誤就診良機，也能避免後面所衍生更多的問題。

最後，楊社工師提到自己畢業後即在醫院社會工作室服務，接觸過無數個病友家庭後，在去年決定轉做專職精神科社工師。「除了原本具備的社工專業外，還需要再研修更多精神疾病個案處遇方面的學識，對我來說是一項全新的挑戰。」她說道。而周心理師則是從美國學成歸國後，就在聯合醫院三重院區精神科服務到現在，她笑著說「大家在精神科待久了，察覺力會變得十分敏銳，就像在醫院裡面有許多護理師，聽他們講個幾句話，很容易就能分辨他是服務於精神科的護理師，個人氣質也會有些不同。」就因為特別懂得讀別人的情緒，深知有時候話語比針劑更有效的道理。「與他人良好互動建造的人際關係是我們最基本的原動力，它可以幫助我們減少孤獨感，獲得別人的認同，而家庭又是拓展各種人際關係的基石，因此千萬別忽略健康家庭關係對心理衛生的重要性！」

在這裡提供大家一紙心情溫度計（又稱簡氏健康表〈BSRS〉），每個人都可以藉此量表迅速了解個人的心理困擾程度，可以讓我們自我檢測，對自我情緒有深入的覺察，學習辨識壓力與調適，不再被情緒綁架！

請您仔細回想在最近一星期中（包括今天），這些問題使您感到困擾或苦惱的程度，然後圈選一個您認為最能代表您感覺的答案。

# 心情溫度計

簡式健康量表每週自我檢測

請您仔細回想「在最近一星期中（包括今天）」，這些問題使您感到困擾或苦惱的程度，然後圈選一個您認為最能代表您感覺的答案。

完全沒有 輕微 中等程度 厲害 非常厲害

- |                        |   |   |   |   |   |
|------------------------|---|---|---|---|---|
| 1. 睡眠困難，譬如難以入睡、易醒或早醒 — | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 2. 感覺緊張不安 —            | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 3. 覺得容易苦惱或動怒 —         | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 4. 感覺憂鬱、心情低落 —         | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 5. 覺得比不上別人 —           | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| ★ 有自殺的想法 —             | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |

## 得分與說明

前5題總分：

0~5分：您的身心適應狀況良好。

6分以上：您有情緒困擾，建議找家人、朋友或專業人員尋求協助。

★“若有自殺想法”

建議尋求專業諮詢或接受精神科治療。



歡迎多加使用與傳閱

若使用「心情溫度計」有任何問題，請聯絡：全國自殺防治中心(02)2381-7995

安心專線 **0800-788-995** (0800-請幫幫-救救我)

總分	說明
0-5分	身心適應狀況良好
6-9分	輕度情緒困擾，建議找家人或朋友談談，抒發情緒
10-14分	中度情緒困擾，建議尋求心理諮詢或接受專業諮詢
15-19分	重度情緒困擾，需高關懷，建議尋求專業心理治療或精神科門診治療

翻

譯

# 轉人生 展長才

專訪人物：范姜幸鈴 / 文：張瑜真 / 攝影：林俊賢

五月一場暴雨的午后，小編來到新北市政府稅捐稽徵處政風室，聊著聊著彷彿坐上了時光機，與范姜幸鈴主任一起追溯生命中動人的故事。



代表政風處參加交大全球公民教育工作坊，向30餘國代表分享新北市政府校園誠信教育工作成果，並與主席 Carlos Torres 合影留念



負責新北市政府政風處首部自編自導微電影 - 「沒關係，是廉政啊！」客語配音，及宣導刊物 - 「誠信的時空旅行日記」英文版校對工作的幸鈴主任，外語能力表現亮眼，畢業於東吳大學日文系。早在進入日文系就讀以前，她就立定志向要出國留學，為了不造成家裡經濟負擔，憑藉在公費留學考試日文科與經濟學科的優異成績，一路過關斬將，考取日本交流協會全額補助的獎學金，從此踏上一段不平凡的人生旅程。



為政風處微電影客語配音



H9留學生旅行五色沼



原本嚮往到東京留學的幸福主任，當時恰巧認識一位剛從日本東北大學學成歸國的學長，在學長極力推薦，以及對帝國大學素負優良傳統及治學嚴謹的印象下（編按：東北大學的前身是創立於1907年的舊制東北帝國大學），決定遠赴東北大學就讀。

到日本留學的研究生，必須先將研究計畫寄給心目中理想研究領域的教授，教授覺得這個學生研究計畫內容符合該領域，才會答應入學。而這並不代表已經錄取，必須再參加大學院正規入學考試，其中難度最高莫過於英翻日、日翻英測驗，對外國留學生而言，不但必須同時精通兩種語言，再加上翻譯內容為經濟學等專業用詞，毋寧是一項艱鉅的挑戰。幸好當時有同門資深學長的魔鬼訓練，主任的英文能力也是在這段時間突飛猛進，也因此成就今天英日雙聲道的才能。

在研究所畢業後，幸福主任踏進日本的職場，發現日本的企業很講求團隊精神，日本人也敬重自己的工作，員工會花很多時間與客戶經營良好的關係，下班後也會額外再與客戶應酬，所謂「見面三分情」，關係經營的好，未來生意才能長久，以致假日也經常超時加班。在這樣的職場環境下，已婚女性員工很難同時兼顧家庭，勢必辭去工作，只能說在日本職場上生存真的是不容易。



在日本工作簡報

此外日本人注重和諧，日文中的「暗默的了解」（あんもくのりょうかい）指的是很多話即便不會直接當面講，周圍的人也應該會了悟，此時就必須非常了解團體的規則和禮儀，讀懂當下的氛圍，才能充分理解話中背後的涵義。外國人一開始非常不能適應，但久了漸漸就能領會這種「暗默的了解」，這也提醒著我們，不管走到哪裡，快速地入境隨俗、察言觀色與保持敏感度的重要性。

在日本的職人文化，不論職業貧富貴賤，都視為一門專業，即便是路邊鋪路的工人，大家都是穿戴整潔，對自身工作發自內心的敬重。另外就是保有一顆為他人著想、體貼的心，就像主任當時的宿舍，總會有些外國學生因文化的不同，而有不同的料理方式與衛生習慣，都是和日本文化不同的地方。

以上這些觀念，小編認為運用在工作上，若是碰到不理性的當事人，應先同理心了解對方的處境，耐心協助當事人，不因對方的態度而改變自己的態度，還真是有異曲同工之妙呀！



參加仙台重要慶典七夕祭り



穿二部式和服在京都賞楓

幸鈴主任認為家庭是一個人最重要的後盾，也為了想多陪伴父母，在日本工作了一段時間之後，還是決定回到臺灣。至於為何萌生進入公部門服務的念頭，可以追溯到更早以前，當時經濟部工業局有一項提升資訊軟體品質(CMMI)的出國考察計畫，她擔任民間業者的翻譯，往來過程中覺得如果能到公部門服務，或許可以將自己的語文及專業服務更多的人。



後來幸鈴主任同時考取了關務特考及高考財經廉政，在等待廉政班受訓時，先參與了關務人員實務訓練。那時負責第一線的入出境審查工作，像是托運行李的檢查或退稅服務等，時常會遇到不理性的旅客不符資格卻硬要退稅等各種狀況。另外海關人員必須在短時間內透過X光機查驗旅客行李，有經驗的員工往往一眼就能發現違禁物品，不過有時也會看到一些像是玩具手銬等令人臉紅心跳的情趣用品，在第一線工作也是有不少樂趣呢！



幸鈴主任述說著自己成長的故事

隨後進入廉政體系，先後到新北市經濟發展局及經濟部體系服務，說到中央與地方政風工作的差異，她說中央同仁專業度高、分工明確，相對的，政風工作也經營相當久，他們與政風室的來往就是依行禮如儀的規定走。而在地方政府雖然需要站在第一線面對各方湧入的壓力，但課室間經常互相幫忙，和同仁間的來往比較頻繁。

「廉政和商學一樣，注重風險管理，所以政風同仁不管在哪裡，碰到狀況都會互相聯繫學習，這是一個很棒的優點，讓人知道自己不孤單，還有很多夥伴在支撐著自己。」她說道：「廉政工作雖然無法像多數同仁一樣，在一個辦公室一直相處甚至到退休，但也因為時常更換工作崗位，刺激了我們的腦部，提高我們的適應力與學習力。」主任這樣樂觀好學的性格，讓小編不禁對幸鈴主任豎起大拇指，這樣正向的觀念就是我們繼續向前行的動力。



稅捐稽徵處黃育民處長與政風室全體同仁合影

在一次觀看甲子園比賽，幸鈴主任看到不管輸或贏的選手，都要帶回比賽場地的泥土，表示自己曾立足於甲子園的土地上，曾在這片土地積極奮鬥過。而人生的旅途上，都是有許多貴人提攜幫忙，才能走到現在這個位置，一個人在職場上發光發熱，必然有家庭父母作為自己的後盾，她最想感謝生命中每一個幫助、成就自己的人，感謝之餘，仍不忘自己踏入這塊領域的初衷，未來還要繼續一起與各位廉政家族的夥伴一同打拼，一同作彼此的依靠。



# 廉政拼圖比賽

## 公私協力合作



### 廉政拼圖比賽

配合本府2019歡樂兒童月系列活動，辦理「遊德拼圖 廉政親子拼圖比賽」，於108年4月14日假本府6樓大禮堂辦理親子組競賽，計53組親子組隊參加，參與觀賽親友與參觀人數計約200人次，現場氣氛熱烈，提升宣導廣度效益良好。本次活動由劇團以話劇方式導讀「誠信的時空旅行日記」品格教材，接著進行有趣又刺激的拼圖比賽，會場還設有「童」理心反霸凌虛擬實境(VR)課程供民眾體驗，以實際感受反霸凌與品格教育的重要，同時法務部廉政署、臺灣新北地方檢察署及法務部調查局新北市調查處等機關也設置宣導攤位供民眾參觀。本處希望藉由家長陪伴孩童一同參與話劇導讀、廉政親子拼圖比賽及參觀活動攤位，以輕鬆方式認識誠信與品格教育的重要。



「遊德拼圖 廉政校園拼圖比賽」比賽實況



「童」理心反霸凌虛擬實境(VR)

為讓更多學童參與以強化推廣效益，另辦理校園拼圖競賽，由本處提供「誠信的時空旅行日記」導讀動畫及拼圖與參賽獎品，各參與學校自行規劃年級或班級競賽，計30所國小(396班)共襄盛舉，藉由動畫導讀、拼圖比賽等活潑宣導方式，師生同樂啟發對本處品格教材閱讀興趣與認識，並加深學童誠信觀念。



校園拼圖比賽



「誠信的時空旅行日記」拼圖月曆



「誠信的時空旅行日記」導讀影片-於本處YouTube頻道播映：  
<https://www.youtube.com/watch?v=JxUGbpq-mNY>

## 公私協力合作

為活化並擴大本府校園誠信宣導教材閱讀族群之廣度及影響力，徵求民間團體共同合作，透過雙方授權合作模式，取得私部門優質創新教材，以增進教材之豐富性與活潑度，俾利校園誠信理念之推廣。本處108年與全國兒童週刊及康軒學習雜誌等出版社洽談合作事宜，由本處授權歷年製作之廉政故事集內容(共計19則故事)，經出版社修編及配音後，於108年4月至12月刊登於週刊及雜誌上，讓更多小朋友瞭解正確品格觀念。本處並於108年3月26日與康軒文教事業簽訂「活化廉政故事資源」合作備忘錄並發布新聞稿，未來將出版廉政小公民系列圖書，透過建立公私部門合作機制，期待更多民間力量加入，共同推廣品格教育。



與康軒文教事業有限公司簽訂品格教材合作備忘錄



# 機關廉連看

動動腦，嘗試回答下問題，測驗您對整體市政瞭解度？

身為廉政尖兵，分布在市府各個局處，除了專精於自身業務，應對市府整體市政瞭解，才能為機關以及市民解決問題，以下有10個問題，分別有其權責機關，請選出「合適」的答案。

## 主政機關參考選項：

- |         |         |            |              |
|---------|---------|------------|--------------|
| 1. 地政局  | 2. 勞工局  | 3. 都市更新處   | 4. 動物保護防疫處   |
| 5. 社會局  | 6. 民政局  | 7. 環境保護局   | 8. 違章建築拆除大隊  |
| 9. 警察局  | 10. 體育處 | 11. 經濟發展局  | 12. 高灘地工程管理處 |
| 13. 衛生局 | 14. 政風處 | 15. 綠美化景觀處 |              |

- 問題1** 某匿名檢舉信指稱公務員派大星為A機關科員，其經手採購業務時，疑似有非法挪用公款情事，惟該機關無設置政風室。
- 問題2** 章魚哥不滿意B區住家周邊違章建築物太多，有礙市容景觀，希望政府應展現公權力。
- 問題3** 小小兵為護樹團體成員，意外發現某開發工程疑似非法移植路樹，內心十分憤慨，故決心反映此情。
- 問題4** 胖虎鄰居公務員小夫有隨地吐痰的壞習慣，但胖虎屢勸小夫要戒除，小夫卻當作馬耳東風，使得胖虎不得不拍照蒐證。
- 問題5** 都更議題正夯，身為市民的高進，也想來電詢問其居住30餘年的住處是否有都更的機會。
- 問題6** 項少龍有感其住家附近「夾娃娃機」過度氾濫，將影響孩子身心成長，於是去電陳情，要求市府加強稽查。
- 問題7** 正義哥發現其住家工廠有外籍移工長期超時工作、未給加班費，雇主甚至藉故罰款等情，卻不知主政機關為何。
- 問題8** 馬蓋先常在C區國民運動中心，惟某日運動結束後發現該運動中心內天花板有漏水情事，覺得非同小可，故致電反映此情。
- 問題9** 土豪哥係自行車運動愛好者，有心推廣河濱公園騎車活動，惟欠缺相關資料，其不知可向市府哪個機關詢問。
- 問題10** 飛龍認為其購買的土地指界有所爭議，可能損害其權益，故撥打檢舉專線尋求救濟。



## 答案看這裡

題號	參考答案
問題1	政風處
問題2	違章建築拆除大隊
問題3	綠美化景觀處
問題4	環境保護局
問題5	都市更新處
問題6	經濟發展局
問題7	勞工局
問題8	體育處
問題9	高灘地工程管理處
問題10	地政局

發行人 王文信

總編輯 陳柏宇

編輯小組

洪智行 鄭書欣 張瑜真 衣奉如 林俊賢 張雅涵 蔡尚哲 吳婉綾

美編 林俊賢

特別感謝 黃以甄

出版機關 新北市政府政風處