



第一版

第二版

第三版

第四版

替代役通訊

1

96年上半年績優服勤單位及優異役男表揚與公益服務活動

內政部役政署 督察 楊清華

為了獎勵表現優異的替代役役男，並落實在服役中成長的替代役精神，內政部役政署於5月8日假台大實驗林溪頭教育中心，進行公開表揚。當日下午，績優役男們還投入南投啟智教養院的公益服務，以積極回饋社會的心，讓當兵不再只是「數饅頭」的生活！



接受表揚的役男，乃由全國各需用機關精心挑選而出，其中不乏報章雜誌報導過的對象：如冷靜機智擒拿小盜的警察役劉亮均、熱心公益主動關懷孤老的社會役劉國揆、抑或以舞蹈與表演，將熱情傳達至各角落的反毒大使團役男等。他們都共同擁有的特質就是：「盡其在我」，不僅做好分內的工作，也熱心參與公益服務。尤其照顧弱勢族群，更是替代役回饋社會的具體實現。如『閱讀300』將閱讀推廣到各鄉鎮、『課輔活動』對經濟弱勢的學生加強課業、『寒冬送暖』不定時為貧病獨居的老人送餐打掃等，在在讓弱勢族群獲得了精神與物質上的幫助。

在南投啟智教養院的公益服務中，役男們精心設計各種以院生為主體的有趣團康遊戲，輔以動感十足的帶動唱，將引領院生們一同構築屬於自己的歡笑堡壘。參與活動的役男說：「或許我們只能陪他們走一小段路，但希望藉由有趣的活動和遊戲，能將笑聲與活力傳送到院生的心裡」。

替代役役男以各種的形式來服務人群、回饋社會，同時希望在服務的互動中，讓役男能夠內化成長，更加關懷社會、扶助弱勢。

軍人公墓（忠靈祠）觀摩暨權益業務檢討會

替代役通訊編輯小組



全國軍人公墓（忠靈祠）計有15處，為因公陣亡軍人及替代役男英靈長祀安息之所；又為使直轄市及各縣（市）政府役政承辦同仁均熟悉役男各項權益業務，有效維護役男權益及精進軍墓管理業務品質，96年軍人公墓（忠靈祠）觀摩暨權益業務檢討會，於4月10日、11日於台北縣金山青年活動中心舉行，藉此檢討會溝通意見、交換心得。

內政部役政署鍾署長台利，藉本次活動勉勵役政同仁，除了各項權益業務能順利推行外，更須著重替代役男權益事項，加強為民服務之目的。本次檢討會為獎勵各縣市政府配合辦理各項役男權益業務，由役政署副署長其梅頒發辦理95年軍人公墓（忠靈祠）特優縣市計5個單位、優良縣市計5個單位、辦理役男權益優良縣市計10個單位獎牌乙面，以資鼓勵。

樹葬—以樹懷人，人在樹的懷抱中長眠

承辦單位台北市政府兵役處安排觀摩台北市軍人公墓(忠靈祠)，朱處長亞虎除介紹台北市軍人公墓之歷史、環境、公設優缺點外，對於園區內新增規劃之「樹葬」區，特別說明其「樹葬」的意義、設計構想及對環保的貢獻，勢必成為未來趨勢，也希望役政同仁幫忙多加宣傳。

人死遺體火化後，將骨灰埋於樹下，使人的生命在植物中得以延續，採用生物可分解環保骨灰磚，具有良好的分解性與可融合性，其被生物完全分解後轉換成再生土壤，滋養大地並與天地合一，創造永恒之生命價值。


[下一頁>>](#)



第一版

第二版

第三版

第四版

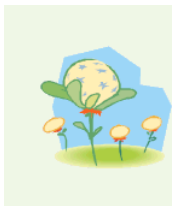
2



替代役通訊

台南市教育服務役參訪海軍敦睦艦隊

◎ 台南市大成國中 教育服務役 楊昇翰



海軍96敦睦艦隊遠航訓練支隊，3月15日抵達台南市安平港，同時開放軍艦供民眾參觀，台南市教育局與校外會率領台南市教育替代役男參加此盛會，藉此機會讓教育役男充實國防常識，並體認國軍戰備與精神。

海軍96敦睦遠航訓練支隊3月3日起至5月間，實施國內環島航行及國外敦睦遠航訓練，環島航行訓練期間，艦隊巡迴台灣6大港口開放康定與成功級艦供民眾參觀，3月15日抵達台南市安平港，台南市教育局林志政老師、台南市校外會督導及首席助理、各分會教官帶領著台南市教育替代役男登艦參觀，共襄盛舉，教育役男把握此難得的機會，跟著海軍解說員參觀軍艦上精良的裝備，了解到更多國防知識；許多役男還自備相機，與海軍戰艦合影留念，無不大呼「值回票價」！海軍陸戰隊更準備精彩的芭蕾舞表演，展現平日優異的戰技訓練，無論是空手劈磚瓦，還是飛腿破木板，都讓教育役男體認到國軍超群的戰技與強健的體魄，而心生效法。海軍樂儀隊與海軍官校樂隊帶來的演出，不只樂音悠揚，那整齊一致的動作，抖擻的精神，更讓教育役男體認到國軍嚴謹的紀律與威武的精神。



敦睦艦隊在台南安平港的訓練展演，無論是康定與成功級艦的開放參觀，還是戰技、樂儀隊的表演，不但讓海軍應屆畢業生有了結合理論與實務訓練的實習機會，也讓台南市替代役男更瞭解國軍，充實了國防常識，可說是意義非凡！

如何成為一位好的領導幹部

◎ 成功嶺替代役訓練班 大隊長 李俊杰

上完三天的替代役領導管理研習班課程，由衷感謝所有授課講座們，讓我有許多的感受與成長，除了工作經驗中所體悟出管理哲學外，也吸收許多未曾聽過的新理論和新想法，當每次只要上完一堂課，總是讓我覺得收穫良多，尤其講座們，幾乎都能把每堂課精采內容發揮淋漓盡致。役政署的大家長—鍾署長常常耳提面命，勉勵所有人說：「管教要嚴格，訓練要扎實，而生活管理一定要百分之百的照顧。」；鍾副署長也常提：「有優質的幹部，才有優質的役男」及「幹部決定一切」等勉勵詞，讓我牢記在腦海裡，以此目標方針率領著所有幹部，帶好所有的役男。在此，個人將這幾天課程中的收穫，配合工作上的經驗，將此心得略做整理，希望能與大家分享，「如何成為一位好的領導幹部」。

(一)身為領導幹部，首要超越役男的高度睿智，特別是寬廣的視野及深厚的修養，不見得會叫罵的幹部就是好幹部，更不可因個人情緒影響帶兵心情；要以「教」取代「叫」聲，以愛為出發點，視役男如同胞手足，發揮愛心及耐心，適切照顧與教育；若犯重大過失，必須予以處罰，但處罰之目的在促使其改過向上，其本意仍是愛。

(二)最高明的領導者，是讓役男覺得所有的工作，都是他們自己完成的；告訴他們「怎麼做、為何這樣做」，清楚說明什麼是對的、好的表現，放手讓他們去做，密切注意他們的做法，當進步的時候稱讚，需要指正的時候指正，讓他們有充分發揮才能，言語表達空間，不要怕讓他們去發問問題，應適切指導及解答他們所疑惑的問題。

(三)各單位職掌組織圖均是金字塔圖型呈現，但領導學我認為就是要將金字塔圖型倒轉過來，以最高領導者放到最下層，去為下面的人做事，去協助他、幫助他，而不是坐在那兒等著「抓他們的錯處」，再來糾正責罵。把這句話常掛在嘴邊：「要以他們成功，就是你的成功」為自傲。



(四)領導統御最重要莫過於「以身作則」，讓自己成為別人的表率，這不只包括時間心力的投入，更重要的是人格特質的力求完美，如果不能以身作則，別人就不能心服口服，更談不上驅策眾人。現流行走動式管理，「請跟我來」，而不是「你去做」，凡是率先躬行，發出無聲的命令，方易為部屬所心悅誠服，而樂於受命。我常以簡單一句話來詮釋「以身作則」，就是「自己做不到，就不要要求部屬去做」，否則底下的人做的心不甘、情不願，成效必大打折扣。

上述的幾點是我工作經驗與這三天研習課程後，所整理的心得，在這更強調的是：「領導」是一種藝術，也是一門學問，然而運用之妙，在乎一心，許多的理論講了再多，還是必須自己去體驗，運用並不斷的練習，修正方向、累積經驗才能提升自我的管理技能與表達能力，成為一位真正成功的領導幹部。

民眾回響篇

旅美學子回國服消防替代役

◎ 亞洲大學經營管理學系 碩專班 曾星明

南投縣草屯消防分隊替代役男莊曜宇，88年春赴美國留學，當年10歲與胞姊兩名學童至美國加州西南私立中學就讀，就讀加州洛杉磯社區大學一年級時，也就是95年1月份決定先擱下大學的學業，毅然決定返國服役，盡國民義務，當時父母並不贊成，但他十分堅持，回國後9個月被判定替代役甲等體位，於去年12月分發服替代役，經過受訓後至草屯消防分隊服役。莊員服役第一次出勤救護就遇D.O.A(到院前死亡)案件，帶著恐懼之心態，看著學長如何使用電擊器

急救傷患，學到了「救人做功德」的觀念，經過三個月的服役，期間出勤救護已超過百件，見死亡或肢體破碎救護案已不再懼怕，且能夠獨當一面，執行傷患包紮、面罩給氧、操作心臟電擊器等都已非常熟練，火警也出勤過數十次。



莊曜宇說得一口流利的英文，家住台北縣新莊市的役男莊曜宇報到時一片懵懂，到現在以救災為意向，有時放假還留在隊上主動出勤救災、救護，莊員有二項額外任務，凡是有外籍人士打電話報案，就由他負責接聽，並且還要充當大家的英文老師，現草屯分隊23名人員已有15名通過初級英檢，也是他的功勞，雖然在今（96）年10月就要退役，但同仁們均希望莊員回美國後尚能把在消防所學技能用在生活上，並且快點完成學業返國再投入義消行列。

投稿請寄至 newsletter@mail.nca.gov.tw 篇幅800字內（附照片），並詳附真實姓名、服勤機關、役別、身份證字號、戶籍地址和連絡地址、電話，一經錄用本刊擁有刪改及著作財產權。

[<<上一頁](#) | [下一頁>>](#)

一年半的轉變

行政院退除役官兵輔導委員會 台南縣榮譽國民服務處 林育正

接到兵單了!那意味著即將入伍的自己,」必須放下手邊所有工作,暫時放著病弱的老媽,捨棄自己過去8年辛苦經營的海外客戶...要經過一年半與本行毫無關係的空窗期?我的人生完蛋了!」大約在四個月前,我的確是這麼想的。對已經出社會近9年的我來說,當兵一直被認定是絕對的損失,但是,我忽略了每件事都有它好的一面...如果有去注意的話。

人的際遇這種東西,說來也真的很不可思議,就像大爺我因故失分而「慘被分到離家5個小時的台南縣」,卻也因而結識了一些能夠引導我處事更圓融的前輩和朋友,我學到「勸導的方法不只一種」。最明顯的改變是:放假回台北時,已經不再因家裡收養了過多的流浪貓狗而惹我老媽發怒了,那是一個十年薪水也買不到的寶貴轉變哩。在這裡,我的工作是在文書檔案處理、打掃、接待與偶爾協助區內榮民,雖說那壓根兒與我所學、所從事的專業扯不上關係,但是換個角度想:如果真的是「老天有安排」,這條路是必須走的。在替代役的工作裡,探訪老人與輔導就業是最有意義的部份。印象最深的,是在訪視老人時,他們那種「有人說話真好」的親切與滿足,他們幾十年來無妻無子離鄉背井的滋味,肯定很不好受吧?我們當然不可能24小時與那些失去太多的老兵們相處,但是,即使只是偶爾象徵性的表示關心,哪怕是對他們投以一個誠心的微笑,都能夠讓他們飽受創傷的人生得到一絲絲的溫暖。至於輔導就業的業務,我一直都相信「多一個人有工作就少一份社會問題」,將極為有限的社會資源,留給更迫切需要幫助的人們,我不再認為這一年半的服役只是坐牢數餛頭,我和各位替代役弟兄們是被這些人、這個社會甚至整個國家所需要的!即使是微薄的力量也能聚沙成塔,讓許多需要幫助的人們確實得到幫助。

一個振作中的國家增加了一點團結,一個固執不懂變通的自己學到了如何婉轉與付出,這一點一滴,很真實的帶給我一種成就感、一種滿足與感恩。也許,在自以為幫助到別人的同時,真正受益最多的,是這個一直以我為宇宙為我而存在的自己。



法務部矯正人員訓練所 矯正勤務 黎世輝

矯正機關服役男由於服勤環境的特殊,勤務特性不同於一般的社會役、警察役、消防役。矯正機關服役男身處另一種社會—監所。監所是社會的縮影,有其特殊的文化網絡、人際關係與經濟模式。對於初入社會,思想較為單純的役男而言,監所是個完全陌生且令人望而生畏的工作環境,高聳的水泥圍牆與鐵絲網、層層的安檢程序隔絕出內外兩個不同的世界:牆外是安居樂業的自由世界;牆內則是因走偏人生道路而失去自由的人們,他們雖然被眼前這堵高牆阻隔,但是他們卻不曾因這道阻隔而失去對自由的渴望。

在矯正機關服役,役男有比較多的機會與受刑人接觸,舍房檢查、戒護、檢身等勤務都能使役男更深入地了解這個小型社會的人生百態。但是役男畢竟涉世未深,許多人剛從學校畢業,未能體悟社會的複雜層面,導致矯正役男犯錯的機率較其他役別為高。在自強外役監獄接受專業訓練時,講座、輔導員與學長就不時提醒我們注意與受刑人的互動,並以課程加強矯正役男的法治觀念,期望在矯正機關服役的役男能夠有足夠的自制力,杜絕身旁的一切誘惑。坦白說,當時我與同梯的同學都對矯正機關抱持一種戒慎的心態,認為役男犯錯的機率高,於是時時刻刻自我警惕勿觸法網。

雖然如此,在矯正機關服役還是有值得役男學習之處。首先是法治觀念的養成。一方面役男必須認識到,許多平常看來細微而無關緊要的舉動,在監所可能是相當嚴重的錯誤,如幫受刑人攜帶違禁品、站哨不認真等。所以如何維持紀律與培養克制力是相當重要的,這也正是公職服務最基本的品德要求。另一方面,役男由於接觸到許多觸犯法律而失去自由的人,因此應該將服役的這段期間視為自我學習與警惕的最佳機會,所謂「見賢思齊,見不賢而內自省」,正是社會教育的最佳教材。

經過成功嶺的軍事基礎訓練與自強外役監的專業訓練,我對於替代役與矯正機關的社會功能已有相當的認識,不僅認識到矯正工作的神聖性,更了解到基層矯正人員在監所的高牆內默默付出,擔負教化受刑人的社會重責,他們的工作是危險與枯燥的,卻對社會安定起著莫大的作用。了解到這層意義後,心中對於同事們產生無比的敬意,也希望社會大眾可以給矯正人員多些鼓勵與肯定。

點滴

臺灣臺南地方法院 司法行政役 楊唯宏

回憶起於臺南地方法院訴訟輔導科服務的那一刻起,每天懷著忐忑不安的心,必須為每一項對當事人解釋的法律程序負責,每日僅能戰戰兢兢地面對各種五花八門的疑難雜症;再從細項切入,每日平均約一百二十件的詢問服務,拋棄繼承與離婚案件佔最大宗,前者,除撰寫聲請狀之相關程序問題外,如有繼承順位、胎兒、半血緣、代位繼承、通知義務等實體法上規範,亦須逐一以通俗的用語細細解說,或直接轉介至法律扶助基金會為法律上之諮詢服務;其次,離婚案是最棘手的個案,男女間的家務事直接在面前每日上演,甚至女方碰到敏感問題時,不禁潸然淚下,震撼的畫面,亦使旁人不知所措,此時冷冽的氛圍,僅能任其抒發,方可於後以理性的態度面對未來複雜之訴訟程序及其相關權益。再者,亦曾遇到無法自控的當事人,抱著未開封的鹽酸或以靜坐抗議的方式,作勢如院方於其訴訟案件上,無滿意的回應時,將設下無法預料的後果,這種變態式作為,其實並非少數,僅是當下該如何迅速安撫及勸導其乖謬的行為。除此之外,仍有溫馨的時刻,家暴服務處社工員給予弱勢應有權益的輔佐及情緒支持,聯合服務中心諸位志工以無私奉獻的精神,帶領每一位來院諮詢的當事人,使其能於單一窗口的流程中,瞭解該應行之程序等無名英雄,均是法院體系中除正職人員外,不可或缺的小齒輪。

一年來期望著司法院所編撰之『代撰書狀範例』思索,書中或許有各式足以保障當事人權益保障之例稿,但於這段服役期間內,深深感受除專業知識外,其實人生百態及經驗並非能於此本範例或其他法律專書中尋得,反而必須實際接觸後方能汲取;替代役男不如一般大頭兵於太陽底下出操訓練,且有較大自由的空間,係無法爭辯之事實,或許於服役期間,上述所歷經的寶貴過程,得失之間,「爽兵」可能是替代役男所需背負的原罪吧。

心手相伴 奉獻成長

當兵是在浪費時間嗎？當兵會無聊到發慌嗎？當兵會與社會脫節嗎？現今社會大眾對服役的普遍價值觀充斥著這般地聲音。但我卻不這麼認為，至少身為替代役份子的我，是這麼地想著...

內政部役政署近期推廣「擴大替代役男從事公益服務」的活動計劃，在宜蘭縣政府兵役局邵治綺局長與宜蘭家庭扶助中心的合作推動下，遴選七名役男協助幫忙家扶中心的課輔班，擔任課輔班導師一職。這項活動計劃的參與，讓我與自己在去年剛從慈濟大學兒童發展與家庭教育學系畢業的所學專長有所連接，終能在服役期間發揮過去在求學過程中的專業知識與技術。



家扶中心的課輔學童都是來自於經濟弱勢的家庭，由於本身家中經濟資源的缺乏，家扶中心提供了安親課輔班，協助忙於工作無法抽身的家長陪伴孩子成長，也減輕所扶助弱勢家庭在課輔安親上的經濟負擔，讓這些學童能與一般同學一樣，在放學後得到良好的課業輔導與才藝教學的環境。到課輔班教學讓我重新體悟了許多事物，一開始看著這邊的學童，大多都有負面的影響困擾著他們的學習品質，例如：本身患有自閉症或躁鬱症的傾向，學習時常受到情緒不穩定的影響，或因為家中是隔代教養，學童沒有受到良好的品德教育教化，言行舉止上常有不當的表現。當然也有學習能力強的學童，不僅個性上乖巧溫馴，求學過程中能保持積極上進的態度在學習，只希望來到課輔班有我們這些大哥哥能幫他指導作業，忘卻家中買不起評量、參考書的困境。

在這樣充斥著學習能力參差不齊的課輔班環境裡，擔任課輔老師一職，我樂於接受這樣的挑戰，更充滿無比的信心與熱忱，發揮我過去所學到的專業知識，帶給他們適宜的教育與教化。我以一個大家認同的班級公約來營造一個良好的學習環境，去約束那些過動不易專心學習的學童，首先導正他們不良的品德習慣，在依照不同的學習能力給於適當的教材激發他們的領悟力與思考邏輯，創造出一個互相學習、公平競爭的課輔班級。如今看著這些學童一天一天地進步，無論是在學業成績和言行舉止上的成長，更重要的是他們在課輔班級裡增添了许多歡笑的笑容，認同了我這位隨時會離開的過客。雖然這個師生關係是短暫的，但留在彼此心中的回憶與經驗是甜美的，更期望這些孩子往後能得到良好的學習環境，開心地學習、快樂地笑著。

投稿請寄至 newsletter@mail.nca.gov.tw 篇幅800字內（附照片），並詳附真實姓名、服勤機關、役別、身份證字號、戶籍地址和連絡地址、電話，一經錄用本刊擁有刪改及著作財產權。

[<<上一頁](#) | [下一頁>>](#)



第一版

第二版

第三版

第四版

4



替代役通訊

台灣的文藝旅行 (3)

■文◎圖 潘樵



十分瀑布

十分瀑布位於台北縣平溪鄉，地處基隆河上游，高約20公尺，寬度有40公尺，是台灣最大的簾幕式瀑布，因而有「台灣的尼加拉瀑布」之稱。壯觀的水流直瀉而下，聲勢驚人，頗有千軍萬馬之勢，瀑布下方形成深邃的水潭，聽說在陽光的映照下，深潭上方會呈現出彩虹般的色澤來，因此也有「彩虹淵」之稱，是北台灣相當知名的觀光景點。

為了表現十分瀑布的壯觀景致，我採用寫實的手法，留白的水瀑在墨綠或紅褐的岩塊上分流，除了形成顏色上的強烈對比外，也呈現出山水柔美和壯麗的畫面來。

台中公園又稱中山公園，於清光緒34年建造，園中有一座相連的雙亭，名為湖心亭或中正亭，紅瓦白牆的造型，加上亭前日月湖的襯托，顯得格外優美醒目，目前，早已成為台中市最有代表性的地標之一，同時也是台中市民休閒運動的好去處。

高中時期曾在台中就讀，因此對於台中公園我並不陌生，但是許多介紹台中市的旅遊書或者畫刊，對於台中公園的介紹，除了文字之外，通常都是以湖心亭作為代表畫面，顯得有些局部而不完整，因此在這張圖中，我試著將畫面拉長，讓更多的湖光水色與綠意能夠進來，企圖讓台中公園的清幽與美麗，能夠更完整地呈現出來。



台中公園



三峽祖師廟

三峽祖師廟位於台北縣三峽鎮的清水岩祖師廟，向來有「東方藝術殿堂」的美譽，創建於清乾隆32年，如今的廟貌修建於民國36年，由當地知名的已故藝術家李梅樹先生負責，以傳統的方式整建廟宇，迄今工程仍在持續中，其珍貴的建築工藝表現在石柱、木雕、壁雕、石雕及彩繪等地方，多出自於早期臺灣雕刻老師父的巧手，無一不是鬼斧神工、令人讚嘆的傑出作品，是一間十分具有傳統藝術價值的廟宇。

因為三峽祖師廟精緻非常，因此要忠實呈現其建築之美似乎不可能，所以我除了描繪其正面的廟貌之外，也將其側面的俯視畫面以及三峽老街的局部街景融入背景中，嘗試要營造其繁複而精巧的人文氛圍，另外，我還書寫「狂風乍歇」四個字，那是心情的寫照吧，因為面對如此的廟宇，除了感動，就是謙恭。

中橫燕子口在中橫公路179K附近，從公路的峭壁缺口看出去，可以看見對岸的崖壁上有許多凹洞，聽說那是因為石灰質的岩壁遭受水流長期侵蝕下所遺留下來的，早期有許多燕子築窩其中，因而形成「百燕鳴谷」的奇景，於是有「燕子口」之稱，但是如今燕子早已離開去，不知道是不是因為公路上喧擾的人車所致？

從燕子口至九曲洞，是中橫公路最熱門的健行路線，公路上方，陡峭的大理石岩壁就近在眼前，而下方則是清澈的立霧溪，景色壯麗非常，但是這張圖，我卻是從下游的地方往燕子口處取景，因為站在燕子口，面對如此的大山大水，內心反而有一種卑微與不知所措的感覺，無法清楚地描繪其山水的容貌，因此抽身而退，隔著一段距離，我似乎更能夠體會屬於中橫山水的壯觀與柔美。



中橫燕子口

飄飄欲仙的代價

◎ 衛生署草屯療養院 社工師 韓青蓉

近日不少藝人因涉及使用大麻，被判定需赴看守所接受觀察勒戒，不僅使他們的形象大受影響，而且演藝事業也面臨重大考驗。

在19世紀初期，大麻被認為有麻醉、抗痲癩及鬆弛的作用，開始運用在醫療上，但隨著新的麻醉劑誕生，大麻的臨床價值逐漸衰減。但在文化圈卻漸漸被接受，例如1960年代，大麻和幻覺劑被認為是嬉皮文化的代表物。

大麻對身體之傷害比酒精更嚴重，大麻含有許多複雜的化合物，酒精只含一種物質（乙醇），人體要花上好幾個月才能完全除去一劑量的THC（四氫大麻酚，大麻的主要成分），而要除去等量的酒精，卻只要6小時。

大麻對於身體有重大的不良影響，生理方面包括：1.毒素將累積在體內脂肪組織、腦部和性器官等處。2.它會減弱對一般疾病的抵抗力，如感冒、支氣管炎等。3.使發育不正常。4.增加體內結構異常的細胞。5.長期使用者有背痛、腳痛、胸痛、胃痛及頭痛等情形。6.肺部纖維組織的快速破壞，及永久性的腦部病變。7.性能力減退。

在精神方面的影響：1.學習能力及記憶力減退，注意力、記憶力、判斷力下降。2.人格和情緒改變，認知能力減退、焦慮、憂鬱、多疑、失去方向感等。3.對周遭事務漠不關心，昏昏沉沉、沒有活力。4.神經性失調，產生意識混亂，人格喪失、妄想、幻覺等症狀，有精神分裂症及妄想症的危險。5.知覺受到破壞，誤認自己思慮很清楚。

使用大麻可能增加發生意外的機會，吸食者有知覺狀態及操作能力之變化，例如對物體大小之估計扭曲、對速率判斷失真、對視野邊緣光刺激反應數量減少、反應速度變慢等狀態，在此情形下，開車非常容易肇事。

大麻吸食之初，會產生欣快感，思路變得順暢快速、感覺變得敏銳，有時還會出現幻覺，尤其是視幻覺，長期使用會產生耐受性及心理依賴性，使得吸食劑量或頻率增加。

一旦產生依賴性，突然停用會產生厭食、焦慮、不安、躁動、憂鬱、睡眠障礙等戒斷症狀，宜儘速就醫處理。

大麻被視為毒品使用的入門藥物，使用大麻之後濫用其他藥物成癮的機會大增。大麻對個人生理、心理、社會層面影響甚鉅，奉勸讀者儘可能不涉入是非場所，遠離損友，不讓自己有接觸之機會！

[<<上一頁](#)