

# 失業焦慮症

文／葉子久

新店市同仁醫院心臟內科主任



根據歷史，除非人類放棄理性文明，回到原始獨裁恐怖時代，週期性的世界景氣總會有恢復榮景的時候。這不是爭世界第一的時候，而是堅忍渡過景氣循環低潮，爭最後存活下來的時候。

在美國矽谷的一本創投雜誌【紅鯡魚】近日發行了最後一期後，宣佈無限期停刊。【紅鯡魚】的停刊，只是映射出矽谷白領族百分之八的失業率的事實。

在全球經濟發展上，漸漸停滯之後，失業已經成為工業國家群一致的社會問題。就算經濟開始復甦，失業情形仍然會持續延後一段年歲。因為外移或縮編的廠商，要一段時間，才會回流此一區域。

我的一位經商朋友，公司赤字無法彌補，天天接到債主催債電話，部下員工4個月沒發薪水，紛紛求去。我問他，何不清算公司資產，結束營業？他回答：「結束公司，我便失業，我沒辦法接受。」

今日台灣的失業率，表面看來遠較鄰國為低，實際上像我朋友的例子一樣，虧本經營，擴張信用，借貸度日的大小公司，比比皆是。經常是一家公司惡性倒閉，骨牌效應，牽連了更多的上下游廠商。

恐懼失業的焦慮症，不但發生在已經失業的人身上，更發生於準失業的事業主心中。這種不能面對事實，拖一天算一天的心態，將使得台灣脆弱的淺碟經濟，更受不了金融風暴的打擊。

美國人失業換工作，是家常便飯的事。他們常常駕著車屋，越過千里，去就新職。2002年便

有5萬人遷出了矽谷的聖塔克拉拉市。從那裡倒下，便從那裡站起來。美國人的強韌奮鬥的作風，是我們除了風涼他們的好戰及浪費之外，所必須佩服的國民特質。

## 悲劇多有前因

其實，失業風潮的發生，以及發生後的悲劇惡果，多有前因可尋。首先，追求國際貿易，國際分工制度，就必須面對週期性的世界景氣循環。未能預見景氣循環，往往造成企業擴張過度，無法收尾。再者，過度倚靠獨占或政府補助政策，壟斷國內市場已經是過去式。投資者不可以再白花銀子，去投入黃昏市場。

舉例來說，自從全民健保制度開辦之後，全國小型醫院，倒了200家，換來財團法人20餘家上千張病床的大型醫院。各個醫學院護校努力訓練專業人員，以供大型醫院所需。各大醫院，人力不足，甚至引入外籍醫師以及醫師助理來分擔醫療作業。然而，自去年以來，健保採總額給付制。大型醫院營收減少，便開始減薪及裁員。面對縮水的薪水袋，以及可能裁撤的職缺，原本被視為優厚待遇的醫務人員，也不知不覺中，感染了失業焦慮症。

大舉信用透支，常常是失業者破產、無法再出發的原因之一。目前的市場經濟，鼓勵消

費，壓低利率，期望國民儲蓄率降低，投資增加。某些人，不考量未來失業或減薪的可能，大舉以信用借款購置汽車房子。結果，當失業降臨在他身上時，便面臨破產危機。

目前農村第一級產業，已不如往年規模。往年不景氣發生時，失業人口可以回歸鄉下家族農業暫謀溫飽。現在發生不景氣，裁員都發生在四五十歲的人們身上。他們鄉下的老家，有的田產已分，親老凋零，有的兄弟失聯許久，沒有面子回去。

現代家長過度溺愛子女。許多失業者，加上子女所帶來的經濟壓力，更喘不過氣。我國人重文輕武，鼓勵子女升學讀書，小孩四體不勤，畢業後，高不成低不就的大有人在。部分青年人國高中畢業後，好逸惡勞，不肯拜師學習技藝；不是就服務業短期零工為業，就是向父母拿學費繼續升學混日子。最糟的根本天天睡大覺等吃飯。

一旦不景氣循環週期到來，服務業短期零工便首當其衝，與中年失業者父母親一齊成為第一波被裁員的受害者。這些隱藏性失業人口，成為父母重大心理壓力，更不能接受自己失業的事實。

## 如何克服難關

當失業成為社會風潮之時，我們如何排除對失業危機的過度憂慮；以及一旦真正面臨失業時，如何克服及面對將發生的不幸命運。根據歷史，除非人類放棄理性文明，回到原始獨裁恐怖時代，週期性的世界景氣總會有恢復榮景的時候。這不是爭世界第一的時候，而是堅忍渡過景氣循環低潮，爭最後存活下來的時候。

沒有競爭力的行業，繼續投資經營，只會越陷越深。事業主，不可倚靠政府救濟保護，壯士斷腕，才能保存實力，節約開支，避免借貸，以渡過難關。以日本為例，壓低利率，並不能降低日本人的國民儲蓄率。因為島國人民，未來失業或減薪時，沒辦法像美國大國人民，可以任意遷移他地工作。有危機意識者，

絕不只為滿足虛榮，以信用借款購置非必要財物。

為了應對世界景氣週期性變化，政府應保持農村經濟穩定發展。農村經濟於不景氣發生時，可以成為失業人口的緩衝區。四五十歲的人改行不易。在不違反W.T.O.的原則下，補助失業者，回歸鄉下親友農莊謀生，也許是一個兩全其美的社會福利政策。

政府亦應獎勵及協助年青人拜師學藝。教育部有廢除技職學校的想法。其實私人技職教育，根本交給民間工會認證便可，根本不需要政府公辦，也不需要教育文憑。個體戶技師，絕對有助於社會穩定。現行政策，逼迫技師進入大企業工作，無法獨立作業，難道要控制壟斷科技嗎？

家庭教育，必須放棄重文輕武的觀念，以避免畢業後狹窄的出路。學校應該訓練學生具備國際觀，有當國際飛人的準備。今日高科技導向，大企業訓練出來的專業人員，想要改行換跑道十分困難。因此高科技人士常常淪為現代遊牧民族。只是他們不再逐水草而居，而是追逐短期專案工作。

例如台灣面板工業使用許多日本技師；高鐵公司晉用歐洲技師；電腦軟體公司也使用印度工程師來寫程式。台灣有志學習高科技技術的青年人，也必須體認到這種行業的特性：公司生命週期短暫，薪資波動幅度大，沒有退休制度，未來生活型式多變。事前心理準備充分，一旦發生上述狀況，甚至失業，心中也篤定無過份焦慮發生。

這一類高收入，短職場生命的人員，在台灣人數將日益大增。由於上述的工作特性，此類人士的人生規劃，亦必需大不同於傳統。多國語言訓練、晚婚、減少生育或不生育、不購置不動產、大比例儲蓄、購買國際金融產品以求長期保值、規劃早期退休計劃、建立第二專長以便於在職場變換跑道，都是高科技人士生涯規劃中，所必須注意的事。

## 心理輔導治療

失業焦慮症會造成社會中充斥了精神壓力、

瀕臨崩潰的定時炸彈。結果便是：公寓縱火、酸液潑人、醉酒撞屋、幼兒受虐、全家集體自殺，等等公共安全事故。

近日政府才了解到心理輔導治療的重要性，規劃心理師專業證照的驗證授與制度。然而失業者已經沒有收入，又如何可以得到昂貴的心理輔導及治療，以回復自信的生活？

政府正常管道不彰，民間旁門左道歪風便開始為害。簡單的路邊算命，廟宇求籤卜卦不算，各種教派、講壇、修行養命的行業林立。一條街上，最貴最大的門面，往往便是此類行業設立之處。理由何在？需求的人多、宣傳越大、賺的越多。如何賺失業者的錢？解運要錢、消災要錢、補氣藥要錢、靈符要錢、照妖鏡要錢、請小鬼要錢、三不五時辦法會，還要再樂捐。

失業者心理創傷在先，還要被這些趁人之危的行業剝削。在無政府管理的局面下，失業者只好自保。免費算命絕不要接受；三姑六婆來遊說上山聽道，絕不要參加。為甚麼？因為這些術士一定會說出不好聽、嚇人的話。像是命中缺啥、有啥在剋你、有鬼要抓你、房屋座向擺設大壞、說你身體缺甚麼金木水火土。目的地就是讓你心情更沮喪，任其擺佈指使，天天買他的仙丹來吃。

一個好的心理建設社團，內部的氣氛當然是平和的，沒有神佛圖像燃香念禱來干擾五官清淨。這個社團，應該是完全不收取捐獻金，只接受合格義工服務的。社團提供場所，不是讓心理

創傷者長時間躲在裡面，成為逃避現實生活的避難所；而是人來人往，相互扶持，提供經驗及心理支持的場所。

社團的監督人，應該是合格的輔導心理師。國外，有許多不同的心理建設社團，由國家協助，在社區中，對不同對象：如離婚者，酗酒吸毒者，心理創傷者予以長時間輔導。本國社會工作的服務，亦正朝此發展，未來應可以提供免費及完善的心理支持性服務。

## 求助家庭醫師

最後，當事實已經發生，而失業者的心中無法釋懷，整日坐困愁城時，可以向你的家庭醫師求助。不必酗酒、抽煙、服用違禁毒品。健保給付的對抗焦慮症藥物，效果又好又沒副作用。

常常有患者問我，我不是精神病患者，為甚麼要天天吃藥，天天吃藥不是戒不掉了嗎？我的回答是：你患的是最輕的精神失調症，台北人三分之一有這種問題，又不是只有你一個人在吃藥。況且吃藥只是用於調校你的神經敏感度，讓你渡過難關。當難關過了，自然不需再服藥。每個人都患有餓肚症，一天要吃三餐，沒聽過誰要戒掉吃飯的。

患者聽後釋懷，安心天天吃藥，心情有了進步，快活起來，知道藥有這麼大的療效，就再也不會反對服藥了。

解

## 十月特價書籍

有效期間：92年10月16日至92年11月16日

### 1 台灣農家全書

定價：800元  
價待價：640元



### 2 花卉害蟲彩色圖說

定價：470元  
價待價：370元



### 3 青草集

定價：320元  
價待價：255元



豐年社

台北市溫州街14號 郵撥帳號00059300 財團法人豐年社 洽詢電話：(02) 23628148分機30或31

豐年叢書  
內容豐富實用  
敬請讀者訂購 利用  
(郵購另加掛號郵資60元)