

2023 年【科學探究競賽-這樣教我就懂】

大專/社會組 科學文章表單

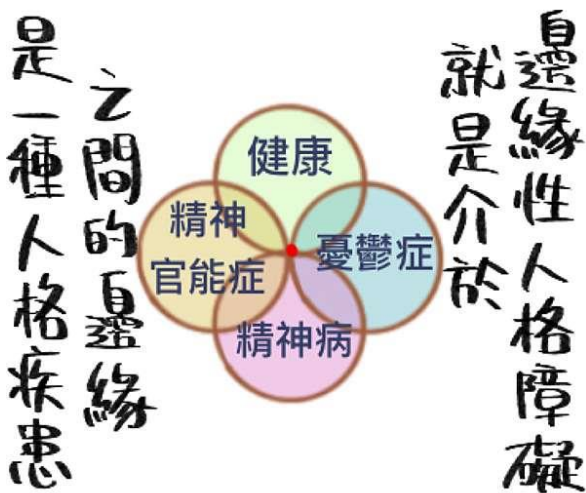
文章題目： 你是「邊緣人」嗎?邊緣型人格障礙是什麼

摘要：邊緣型人格障礙跟我們掛在嘴邊的邊緣人之間有什麼差異，邊緣型人格障礙的成因又有哪些?我們又該如何去判斷自己是不是邊緣型人格障礙，本文將一探究竟。

文章內容：(限 500 字~1,500 字)

邊緣型人格障礙(BPD)是什麼

在日常生活中，我們很常聽到邊緣人這個詞彙，那你是否知道邊緣型人格是什麼?首先必須澄清的是，邊緣人跟邊緣型人格是不同的概念。簡單來說，邊緣人這個網路用語是在形容朋友很少或是沒朋友的人；而邊緣型人格障礙指的是不能調節掌握自身情緒，並做出各種極端對立的行為或情感的人格障礙。根據美國精神醫學學會出版的精神疾患診斷及統計手冊(DSM)的分類，他是屬於 B 型的人格障礙(戲劇型或情感型疾患)。至於為什麼會稱為「邊緣型」呢?那是因為患者的精神狀態是處在健康、憂鬱症、思覺失調以及一些精神官能症如焦慮症、恐懼症的邊緣(如圖一)，有各種精神疾病的症狀，但又無法斷定就是其中一種，因此才叫做邊緣型。我們可以從圖二幫自己做個基礎的檢視，情緒大起大落、與朋友來往時的態度忽冷忽熱或是因為一點小事就破口大罵等都是常見的症狀，如果符合五個症狀以上，那麼你很有可能是邊緣型人格障礙的患者。



圖一、邊緣型人格障礙示意圖



圖二、邊緣型人格障礙可能症狀

根據統計，世界上有 1 到 3% 的人口患有邊緣型人格障礙，因為很常和其他疾病合併，所以很常被大眾忽略，患者的男女比例約為 1:3，被診斷出有此類人格障礙的年齡大多介在 18 到 25 歲之間，但不可否認的是 18 歲以下的青少年也是有機會患上的，只是醫生需要更加用心的評估。

邊緣型人格障礙的成因

1. 高敏感性格，對刺激的反應很大
2. 遭受家庭暴力或極大傷害
3. 童年與家人分離或被忽視
4. 創傷後造成難以逃脫的陰影
5. 家族遺傳

治療方式

1. 心理治療(圖三)
2. 藥物治療



圖三、心理治療常見方式

邊緣型人格障礙患者可能擁有多項精神疾病的合併，所以千萬不要叫他們想開點或別想太多，更不要去刺激他們，面對這類人群時，我們只需做到陪伴及聆聽即可，那些專業的東西還是交給醫生吧！如果你發現自己有以上症狀也不用太緊張，尋求專業的協助一定是件好事。那麼，你現在明白「邊緣人」的真正含意了嗎？

參考資料

<https://tina21x.pixnet.net/blog/post/300221512>

<https://youtu.be/V8ym2sNm6vE>

<https://fairiesheart.com/2021/10/11/%E7%B8%BD%E6%98%AF%E7%8E%BB%E7%92%83%E5%BF%83%E3%80%81%E6%84%9F%E5%88%B0%E7%A9%BA%E8%99%9B%E3%80%81%E5%AE%B9%E6%98%93%E6%83%85%E7%B7%92%E5%8C%96%EF%BC%9F%E4%B8%80%E7%AF%87%E6%96%87%E7%AB%A0%E4%BA%86/>

<https://zh.wikipedia.org/zh-tw/%E8%BE%B9%E7%BC%98%E5%9E%8B%E4%BA%BA%E6%A0%BC%E9%9A%9C%E7%A2%8D>

註：

1. 未使用本競賽官網提供「科學文章表單」格式投稿，將不予審查。
2. 字數沒按照本競賽官網規定之限 500 字~1,500 字，將不予審查。

PS.摘要、參考資料與圖表說明文字不計入。

3. 建議格式如下：

- 中文字型：微軟正黑體；英文、阿拉伯數字字型：Times New Roman

- 字體：12pt 為原則，若有需要，圖、表及附錄內的文字、數字得略小於 12pt，不得低於 10pt
- 字體行距，以固定行高 20 點為原則
- 表標題的排列方式為向表上方置中、對齊該表。圖標題的排列方式為向圖下方置中、對齊該圖