

高雄榮民總醫院 精神部 一般衛教文件

科別	精神部	編號：2110015
主題	精神職能治療 - 復元之路你和我	101.11.14訂定
製作單位	精神部	105.07.07審閱/修訂

常常有人問起精神病能好嗎？可以再回到以前樣子嗎？身為職能治療師可以肯定的是「只要多一些的耐心和信心，一定能走上【復元】(Recovery)」之路。

何謂「復元」？吳就君教授曾說「復元」乃是「恢復元氣、從頭開始」！比起「恢復原狀、疾病痊癒」的「復原」是更貼近精神疾病康復概念。不論身臨何種磨難和疾病，在友善與支持的環境下每個人都能為自己找到出路，從轉折中再出發，為自己尋得新定位，灌注生命新希望。

在陪伴復健之友復元的路上，我們最常聽到的期望是擁有一份工作，能夠「就業」的確是復元與融入社會極有效的途徑與成果展現。但復健之友的就業之路常是鎩羽而歸，因為其中潛藏多重的障礙，包含(1)精神疾病或症狀的干擾，如幻覺、妄想。而一旦精神症狀嚴重時則必須請假或住院，導致復健之友難繼續工作。(2)工作能力退化：如認知功能、工作速度和品質、職場溝通協調能力與人際關係，不少復健之友自述不易融入同事和建立友誼，此外還有不適應職場倫理、禮節，例如：出席率不良、衛生習慣不良等，雇主對「衛生習慣」格外重視，認為維持外觀儀容整潔是基本禮儀，不容忽視。(3)其他社會環境因素：對自我評價低，以及家庭、社會及職場等外在因素，如歧視、雇主和同事的支持度及工作環境等。大部分復健之友描述曾遭受歧視，且會憂慮坦露生病

事實後能力會被質疑等等有形與無形的壓力。

為了協助復健之友能順利就業，我們成立數個庇護性職能工作坊，目前有「快樂商店」、「馬上辦代辦中心」、「工友庶務」等。工作坊儘可能模擬職場工作與環境，復健之友進入這些工作坊除了可加強工作能力，也學習調適壓力、增進社交技巧、建立規律生活作息。此外復健之友努力付出後就會得到工作獎勵金，雖然庇護性工作坊獎勵金額並不如一般工作薪資，但對復健之友而言，卻能讓復健之友肯定自己、擴展視野、重新找到希望，穩健的踏上復元之路。

備註：每年修訂或審閱乙次。

警語：所有衛教資訊內容僅供參考使用，無法取代醫師診斷與相關建議，若有身體不適，請您儘速就醫，以免延誤病情。