

邁向成功的精神復健之路

在炎熱的六月裡，某個星期六早上，臺大醫院西址一樓各處因無門診而較平日相比安靜許多，但位在精神醫學部大樓三樓的日間復健中心卻異常熱絡，許多家屬前來參加半年舉辦一次的家屬座談會，這些家屬皆在中年以上，也有不少是六、七十歲以上的長者，甚至是八十幾歲的高齡長者，他們前來參與的共同目的就是要關心長期在日間復健中心復健的病友，並了解如何陪伴他們邁向成功的精神復健之路。

家屬陸續就座後，病房主任致詞歡迎，由醫師先向家屬們介紹精神復健需注意的各項重點，然後由護理師講述應如何照顧病友，接著職能治療師則說明如何幫助病友在日常生活中復健，再由社工師來分享照顧病友需有的準備，與家屬如何自我照顧。最精彩的部分是二位成功復健，於離開日間復健中心後，順利就業的病友回來現身說法，告訴大家他們是如何一步一腳印的復健來達到目前的成果，這部分對於家屬們有很大的鼓舞作用。在綜合座談與雙向交流時間中，家屬們都踴躍提問，彼此互相打氣，同時表達對日間復健中心的感謝，座談會就在這溫馨而熱烈的氣氛中結束了。

許多精神病友在經過藥物治療後病情得以穩定下來，但有些人仍會因殘餘的精神症狀影響日常生活，有些對自己疾病的認識不足需要持續配合治療，更有人在經歷一場精神疾病的風暴後，一時無法回歸學校或職場，又不知道如何安排有助精神健康的生活，在種種狀況下，經過精神科醫師專業評估後，轉介病友來參與日間復健中心的復健活動。週一到週五每天上午 9:00 到下午 4:00，透過藥物治療及各種動態與

靜態的復健活動、衛教、排藥訓練、會談治療、團體心理治療與心理演劇等項目，讓病友得以持續改善病情，建立生活規律，維持生活功能及增進人際互動與疾病適應，同時紓解心理壓力並學習安排生活，而這些有賴於整個團隊包括醫師、護理師、職能治療師、臨床心理師與社會工作師的密切合作來提供上述的服務，而病友的復健成功與否更需要家屬的配合與支持方能克竟其功。社工師會去了解家屬對於病友病情之認識與接受程度，定期與家屬連絡，了解隨著時間推移在照顧病友上所產生的問題，適時給予關懷、說明和協助，更會視其需要請團隊其他專業人員給予適合的服務。

家屬座談會就是社工師在了解家屬的需求後，為了讓家屬能更密切與團隊合作，有機會進一步討論他們所關切的問題，同時增進彼此間的聯繫與情誼，統籌並偕同團隊其他人員所舉辦，且每一次都針對當時家屬最關切的問題來設計，故每次主題皆不相同。在座談會上看到這些家屬認真聽講，積極努力的發問，中場休息時還趕緊與自己熟識的團隊人員討論病友的情況，也不忘與其他家屬交流照顧心得與心情故事，這種親情關愛的真切流露，著實令人感動，也激勵我們在舉辦家屬座談會時更用心貼近其需求，且持續努力服務這群病友與家屬，以協助他們邁向成功的精神復健之路。

社會工作室社會工作師 陳韻如