



外展到戶至緣聚社區

基督教家庭服務中心
和悅軒 (精神健康綜合社區中心)
高級服務經理張婉霞女士

目標

- 以人為本為取向，協助精神病康復者重投社會，建立有意義的生活；
- 建立地區支援網絡，締造關愛社區，推行互助互愛精神；
- 推行地區精神健康教育，營造包容的社區環境及氣氛。

服務內容

- 社區教育活動
- 外展探訪及輔導服務
- 治療及支援小組
- 社交及康樂小活動
- 職能訓練，包括：技能評估、工作及生活技巧訓練
- 技藝課程及興趣小組
- 外展家居生活支援
- 家屬服務

服務對象及服務範圍

- 服務對象：
 - 有潛在情緒或精神健康問題的人士
 - 精神病康復者
- 服務範圍：
 - 將軍澳南區

程序

- 簡介
- 外展到戶至連繫社區
- 總結



從《能耐為本》出發

- 運用『能耐為本取向』(Strengths Perspective)
- 去理解及協助殘疾人士探索、發掘及培養他們自身的能力及資源
- 協助他們建立地區支援網絡
- 共同締造一個平等、接納、包容及尊重的社區環境
- 讓他們能夠有尊嚴及有意義地生活。

能耐取向(Strength perspective)

- 個人有能力去學習、成長及改變
- 能耐不是病理
- 案主是主導者
- 建立合作為基本及必要的
- 地區工作方法
- 社區是資源綠洲

復元 (recovery)

復元的 二元 元素



基督教家庭服務中心
Christian Family Service Centre



RECOVERY

復元的工作範疇

復元的 4 個範疇



基督教家庭服務中心
Christian Family Service Centre



生活 Living

能夠得到基本的生活需要，使我們有尊嚴地生存。

中心服務包括：社區生活技巧訓練、家居生活技巧訓練、社交技巧訓練、自理能力訓練

學習 Learning

能夠建立興趣或尋找更多感興趣的事情，幫助我們保持精神活躍。

中心服務包括：成長小組、情緒治療小組、語文課程、電腦技巧課程、健康教育

社交 Social

與人建立有意義的關係，以分享喜與憂。

中心服務包括：男士小組、婦女小組、青年小組、互助小組、義工小組、信仰小組、社交及康樂活動、社區教育活動

工作或有意義活動 Work or meaningful activity

定期參與活動，使我們產生投入和方向感，例如工作、做義工。在過程中，我們能夠發揮創意和學習與人相處。

中心服務包括：藝術小組、綠色耕種、求職擇業技巧小組、歌唱班、舞蹈班

RECOVERY

思覺失調的徵狀

| | |
|----|--|
| 行為 | 可能會對平常喜歡的事提起勁、對社交活動失去興趣、變得 退縮或孤僻 、以及 學業或工作退步 等 由於這些先兆往往亦可能出現於其他情況，而且轉變通常緩慢而微妙，因此 容易被忽略 。 |
| 生理 | 可能會有 睡眠失調 、 食慾改變 、 失去動力 及其他 身體不適 |
| 思想 | 可能會感到 記憶困難 、 思想變快或變慢 、有一些一般人覺得 奇怪的想法 或對某些想法過分執著、以及覺得四周的事物出現難以言喻的改變。 譬如：說自己有超能力，能知道其他人的思想 |
| 情緒 | 可能出現 多疑 、 焦慮 、 易怒 以至 憂鬱 的情況 譬如：情緒常有 起伏 |

醫療診斷

| 一般看法 | 案主的看法及感覺 |
|---|--|
| <p><u>入院療程</u>，能夠幫助他們穩定精神狀況</p> <p>2星期或以上的入院療程</p> | <p>對於強迫入院抗拒，感覺如兩年的漫長</p> |
| <p><u>藥物治療</u>，改善他們的精神、情緒及睡眠等狀況</p> <p>每日早午晚或有需要時服藥</p> | <p>由於藥物的副作用，令他們肥胖、不能集中精神，所以易抗拒藥物</p> |
| <p><u>覆診</u></p> <p>需要定時如4、8、12等星期覆診1次</p> | <p>覺得幫助不大，因為只與醫生幾句的對話，認為醫生根本不知道他們在發生甚麼事情</p> |

介入工作目標



個人之連繫

生活環境之連繫

- 家庭、學校、同輩

社區之連繫

個人(intra-personal)之連繫

*透過外展到戶

1. 建立合作伙伴
2. 共同訂立復元目標
3. 鼓勵案主付諸行動

- 激發當事人復元的信心、希望
- 強調自主、自決能力
- 以人為本，尊重當事人的獨特性
- 尊重個人的復元步伐及選擇
- 探索生活/生命意義
- 相信及發展當事人的獨特性

外展到戶 - 建立合作夥伴關係

- 工作人員以**平等**的態度與案主**對話**，建立**互信**，易地而處**明白**案主的**主觀經驗**，理解案主**病徵**背後的**意思及需要**，建立**雙向**的溝通對話。
- 在個案的角度，工作人員**如朋友**般與他們交往及相處，亦師亦友，當案主遇而難時向工作人員詢問意見。

患上思覺失調的青少年-內心世界

- 每次說話的時候，別人總是不聽、不明白，並且只是問他「睡得好、吃了葯沒有？」，雖然我是有思覺失調，但也有**思想和感受**！
- 形容自己被四週的人視為不正常，感覺很**辛苦**！
- 覺得別人以同情的目光看待，有時又覺得**被孤立、疏遠**，與周圍的人很有**距離**，感覺很**孤單**。
- 漸漸將自己的想法及感受放低來**認同**別人的做法。
- 心底裏覺得自己好似**帶著面具與人相處**，覺得沒有人明白而覺辛苦
- 有時，還故意做一些令人**難受**的事，來表達心裏的**不快**
- 當想改變的時候，已自覺**控制**不了。

外展到戶 - 共同訂立復元目標

- 需要案主參與建立個人計劃
- 發展個人興趣及嗜好
- 培養成功感
- 進修/工作計劃
- 強化家庭關係
- 建立穩定性的人際關係及社交網絡

外展到戶 - 鼓勵案主付諸行動

- 我們相信每一位案主都有自己的能力、潛能及資源，鼓勵付諸實踐。同時，協助建立支援網絡(同輩、家庭、學校)，讓其能耐能以繼續在日常生活中培養。

生活環境(Context)之連繫

1. 同輩之間

- 舉辦興趣小組、互助小組、體驗活動

2. 家庭支援

- 幫助家人明白精神病患者在康復過程的困難及需要

3. 學校支援

- 幫助老師明白如何幫助患精神病的學生
- 協商如何幫助他們

- 發展朋輩支援
- 建立互助互愛精神



社區之連繫

1. 地區精神健康教育及推廣
2. 社區共融活動
3. 義工服務發展

- 推展授權與充權
- 推行接納、尊重、包容社區文化
- 發掘地區資源，推動復元社區環境及條件
- 鼓勵重投社區，服務有需要人士



個人之連繫

成果：

1. 接納自己曾經患病及現在復元階段中
2. 為自己訂立目標，譬如：進修、參加培訓課程、工作
3. 更有信心面對生活上遇到的困難與挑戰
4. 擴闊視野，學習感恩和知足

仍需努力：

案主仍感受外在環境及病患中帶來的壓迫而影響情緒，期望能夠多些空間給予他們！

生活環境之連繫

成果：

1. 同輩 - 多了一群朋友，更懂得欣賞自己及別人，經驗及享受施予及接受 (give & take)
2. 家庭 - 家人能夠了解他們復元的步伐，而作出鼓勵及期望
3. 學校 - 一個別的老師及同學表支持

仍需努力：

1. 凝造支持的環境 (holding environment)

社區之連繫

成果：

1. 經歷互關懷，減低部份「病人」身份帶來的負面標籤影響
2. 感受被接納和肯定，從而增加隔人社區的信心

困難/限制：

1. 社會人士對精神病患者仍存有「成見」，欠缺認識及了解。
2. 誤解他們是「病人」，對他們的說話亦往往認為是不真實及不存在的，忽略他們整全的需要

總結



聯絡方法

- 電郵：sally_cheung@cfsc.org.hk
- 電話：**(852)-3521 1611**
- 傳真：**(852)-2706 1223**
- 地址：九龍將軍澳景林邨鄰里社區中心
201室