

# 台灣發展精障者同儕 支持服務之可能性

由社區家園出發

台北榮民總醫院玉里分院 精神部 鄭淦元主任醫師



# 復元、同儕、共好

- 台北榮總玉里分院發展同儕支持服務之現況
- 走向共好共榮的精神障礙服務 - 不缺席的同儕工作者

# 北榮民總醫院玉里分院發展社區式照護之歷程

居住在機構過著部分社區式生活

- 2000: 康復之家成立
- 2007: 1<sup>st</sup> 社區復健中心
- 2012: 2<sup>nd</sup> 社區復健中心



2018

- 2013: 1<sup>st</sup> 團體家屋
- 2015: 1<sup>st</sup> 社區家園
- 2016: 2<sup>nd</sup> 社區家園
- 2017: 3<sup>rd</sup> 社區家園
- 2018: 4<sup>th</sup> 社區家園

- 1985: 現代化醫院之設施設備成為地區綜合醫院以及精神專科教學醫院
- 收治4000-5000位來自談灣各地的中、重度失能之精神病人

居住在機構過著機構式生活

居住在社區過著社區式生活





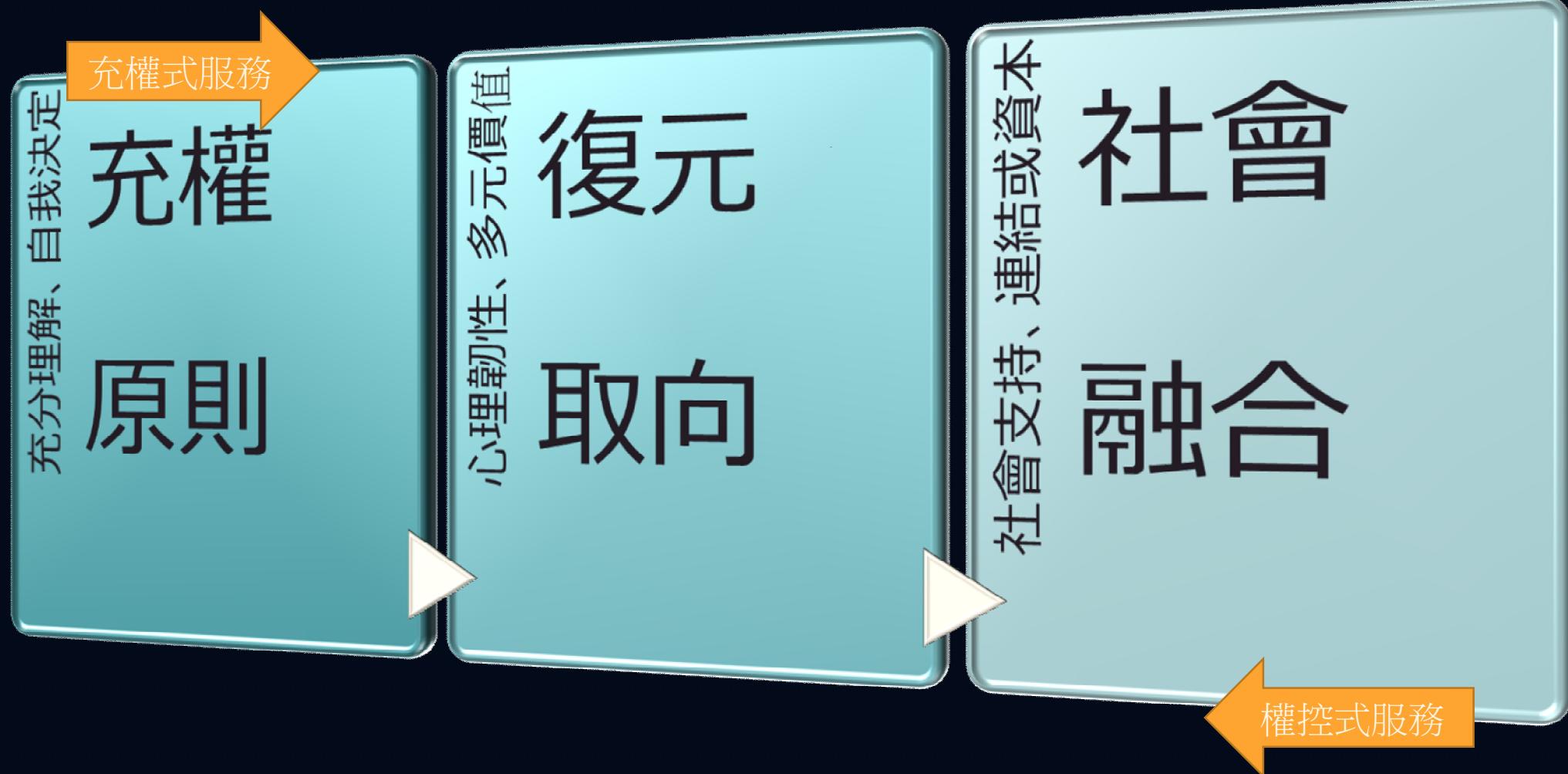
## 精神障礙夥伴的處境

- 健康照護的不平等：較高的標準化死亡比(自然死因)、身體疾病率、抽菸比例(但戒菸比例較差的醫療品質)
- 工作的不平等：就業率、支持性就業之成本效益
- 參與家庭或社會程度：親密伴侶、居住的選擇民權(投票)、身心障礙服務、長期照顧服務？

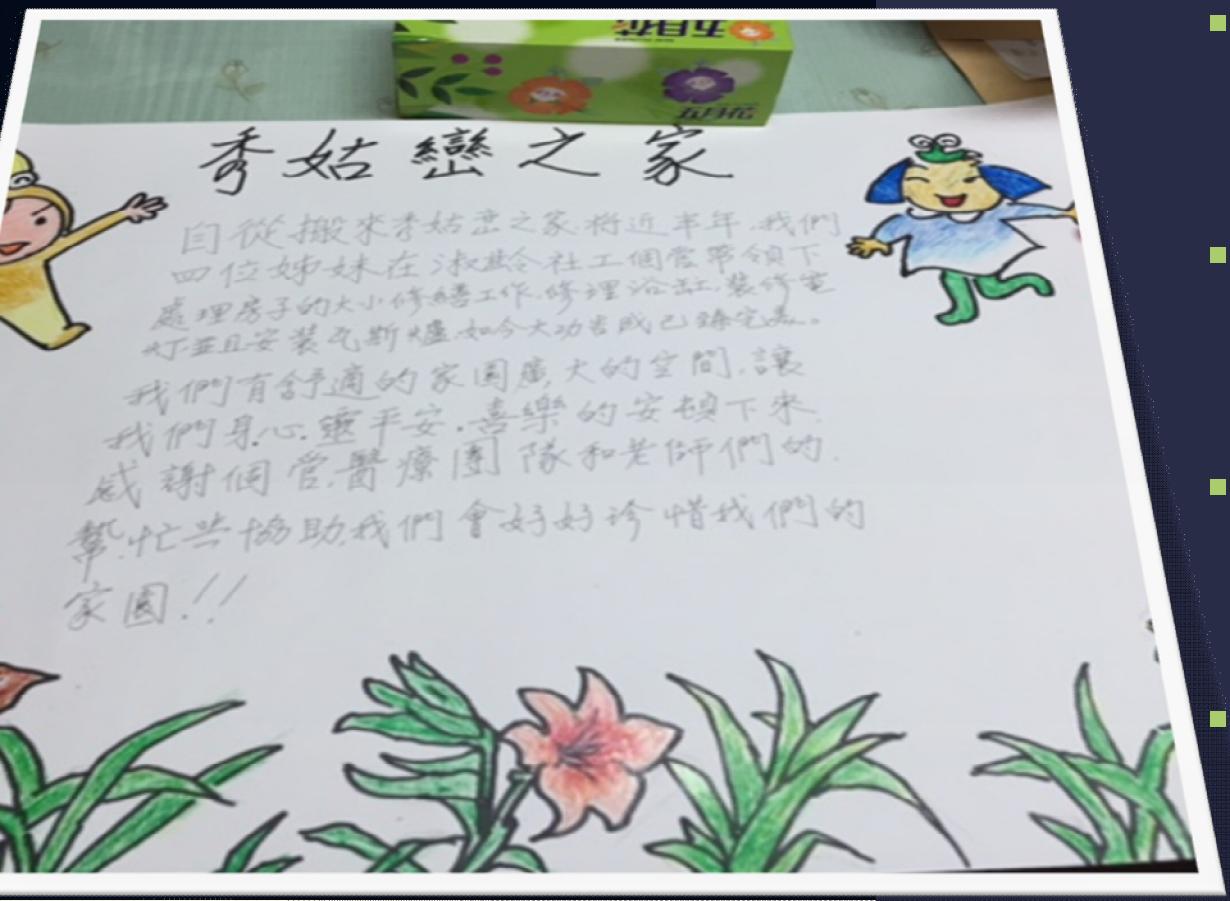
Br J Psychiatry 2003; 183: 534-9  
International Journal of Mental Health Systems, 2016 10 (1), 1-8  
Journal of Clinical Psychiatry, 2005, 66(2), 183-194  
Arch Gen Psychiatry 2001; 58: 565-72.

化阻力為助力

## 充權式服務 vs. 權控式服務



## 台北榮總玉里分院發展同儕支持服務之現況



- 花蓮縣社會處舉辦之同儕支持員或個人助理訓練課程 (2015-2020)
- 醫院舉辦之精神障礙者同儕支持工作者訓練課程 (2017-2020)
- 同儕支持服務融入社區復健中心支持性就業系統 (2017-2018)
- 同儕支持服務融入康復之家或社區家園個案管理系統 (2019-2020)

# 運用同儕力量的家園夥伴

## 同儕支持定義

1. 同儕們擁有相似的歷程，更貼切彼此之遭遇，能給予更真誠的同理與認同
2. 這是一個聚焦於尊重、分擔責任以及能對何者是有幫助的達到共識的原則之下而提供與接受協助之系統

## 同儕支持服務之操作

1. 互助支持
2. 同儕自發性的運作方案
3. 以同儕為服務提供者

同儕支持社  
區家園



Journal of Mental Health, 2011; 20(4): 392–  
Schizophrenia Bulletin, 2006; 32(3): 443-450

# 家園夥伴的同儕力量

- 1. 規則精神科門診追蹤
- 2. 服藥習慣養成
- 3. 危機早期發現
- 4. 健康的生活型態
- 5. 避免酒精傷害

- 1. 家務處理技巧
- 2. 和鄰居之溝通技巧
- 3. 生活事件處理技巧

- 1. 保管自己的戶頭和現金管理
- 2. 自我決定家園公約
- 3. 養寵物、使用電子產品、機車、電動腳踏車

## 健康促進

- 1. 使用玉里鎮上公共設施
- 2. 參與里長或鎮長舉辦之活動
- 3. 自然的和鄰居互動

- 1. 社區活動時分享自己的經驗
- 2. 就讀夜間補校
- 3. 長期照顧相關志工與義工服務

# 同儕工作者與治療師共同帶領之長期照顧工作訓練方案 (一)

程

時間：2017年8月-2018年12月

參與者：6位同儕工作者(接受共24小時之訓練)在兩梯次中服務46位服務使用者(庇護性工作訓練或支持性就業)，其中42位完成方案(退出者：1位回到原生家庭，2位出席率<80%，1位轉至急性病房)

服務內容：由同儕工作者輪流與治療師共同帶領長期照顧工作訓練課程(每週2小時共16週)以及職場問題解決團體(每兩週1-1.5小時共16週)

同儕工作者：就業經驗分享(說自己的故事)、技巧示範與教導、情境演練

治療師：課程大綱與架構、課程前置安排同儕工作者之服務內容、知識與技巧之說明

## 結果

- 總體社會支持顯著改善 →  $149.1 \pm 31.8$  vs.  $161.2 \pm 35.0$ , df = 41, t = -2.70, p = 0.01(社會支持量表)
- 朋友與同儕的支持顯著增加 →  $44.4 \pm 12.0$  vs.  $53.2 \pm 13.2$ , df = 41, t = 4.72, p < 0.001(社會支持量表-朋友或同儕)
- 社會功能改善 →  $69.8 \pm 9.8$  vs.  $72.6 \pm 8.8$ , df = 41, t = 3.50, p = 0.001(整體功能評估);  $75.2 \pm 8.8$  vs.  $78.1 \pm 9.5$ , df = 41, t = 2.59, p = 0.01 (華人社會功能量表)
- 收入增加 →  $37.5 \pm 35.5$  vs.  $43.6 \pm 38.0$ , df = 41, t = 2.57, p = 0.01 (收入；美元)
- 精神症狀減少 →  $31.2 \pm 6.7$  vs.  $29.3 \pm 5.0$ , df = 41, t = -2.83, p = 0.007). (簡明精神病評估量表-18)

## 同儕工作者與治療師共同帶領之長期照顧工作訓練方案 (二)

支持服務融入支持性就業系統下，思覺失調症之服務者的社會功能、職業功能(週薪)、社會支持(主要來自同儕)以及精神症狀皆有明顯改善，但身心健康(華人量表)無顯著差異。

服務使用者急性發作：身心健康與精神症狀在收案時(CHQ=6; BPRS-18=45)

對照組與雙盲設計以致難以排除以下之偏誤：原有系統之改善、專業人員投注更多注意力、來自評估者之

參與者週薪成長16.7%; 156位支持性或庇護性社區工作者5% (43.3 USD to 45.5 USD)



# 走向共好共榮的精神障礙服務 - 不缺席的同儕工作者



- 國外同儕支持服務之相關實證
- 台灣精障者同儕支持工作者可能之發展、訓  
以及支付方式
- 台北榮總玉里分院社區精神照護團隊持續會  
力的方向

案例照片均經由當事人同意刊載露出，並簽署同意授權書

# 國外同儕支持服務之實證

- 以美國為例：50個州針對物質使用疾患以及精神疾患病人提供同儕支持服務，  
35個州的Medicaid保險有支付
- 醫療使用：減少住院率、增加在社區的居住時間、減少急診使用
- 疾病嚴重度：減少精神症狀
- 復元相關指標：促進希望感、充權感以及復元之階段、自信心
- 身體健康：同儕工作者服務可以促進服務使用者戒菸、飲食調整、與醫師溝通、主觀的健康舒適度
- 社會心理指標：社會功能、生活品質

1. 醫療使用、精神症狀以及復元相關指標證據較充足
2. 對照比較方式：在原有之服務增加同儕支持服務或直接與非同儕工作者比較

# 思覺失調症之社會心理介入 (具有實證之建議- Patient Outcomes Research Team 2009)

- 主動式社區治療 (assertive community treatment) + 同儕支持服務 (peer support services)
- 支持性就業 (supported employment) + 同儕支持服務 (peer support services)
- 認知行為治療 (cognitive behavioral therapy)
- 家庭為基礎之介入服務 (family-based services)
- 代幣經濟措施 (token economy)
- 技巧訓練 (skills training) + 同儕支持服務 (peer support services)
- 酒精與其他物質使用疾病之介入 (psychosocial interventions for alcohol and substance use disorders)
- 體重管理之介入 (psychosocial interventions for weight management) + 同儕支持服務 (peer support services)

# 同儕支持在台灣精神醫療或精神障礙服務可能的發展

日間病房：介紹環境、工作訓練的小組長、治療活動的小幫手 → 各治療團體的共同帶領者。

社區復健中心或康復之家：介紹環境與協助適應團體生活的資深住民、自治團體的幹部常客 → 管理員助理

社區居家治療：提供社區自立生活與疾病管理技巧之經驗分享(居家護理師之助理)

社區家園：提供社區自立生活、疾病管理技巧、社區生活圈之資源使用與具體協助(專案社工師之助理)

社區支持性就業：提供職場問題解決、面對歧視的經驗分享、職務再設計的討論(專案就服員之助理)

社區照顧者或障礙者之自助團體：家屬團體的共同帶領者、自助團體的帶領者

社區身心障礙服務：自立生活支持服務(同儕支持員或個人助理)、生活重建服務之支持陪伴者(專案社工師助理)

長期照顧服務：以自主、自立生活為目標提供居家或社區據點之培力支持、擔任各式延緩失智、失能課程之助

# 同儕支持工作者在台灣可能的訓練方式

- 職業重建系統：職業訓練含生活津貼(輔助專業工作)
- 身心障礙服務系統：同儕支持員或個人助理之訓練課程後的進階訓練
- 長期照顧服務：照顧服務員之再進修選項(類似失智症照顧學分)

# 同儕支持在台灣精神醫療或精神障礙服務可能的支付方式

- 職業重建系統：支持性就業服務計畫經費
- 身心障礙服務系統：同儕支持員或個人助理之服務費
- 長期照顧服務：照顧服務員之鐘點費或志工交通誤餐費

# 一個精障夥伴的工作 vs. 一個服務系統的復元導向



可發展的職業

- 工作訓練課程的助理
- 個案管理師助理
- 自助團體的帶領者



知能與技能

- 建立夥伴關係
- 會談技巧
- 經驗分享
- 社區自立生活技能
- 與服務團隊成員溝通合作
- 書寫記錄



服務態度與內容

- 遵守服務倫理
- 不批判的關懷態度
- 同理心支持
- 說自己的經驗或故事
- 實際陪伴與具體協助
- 促進夥伴與服務團隊成員之溝通

# 不是破碎 不是風鈴 而是完整 而是生命

我親愛的牛兒與燕兒      鄭淦元

漂流木

漂流 漂流

載浮載沉地翻滾河床下的小石子

擱淺囉

河岸邊流連忘返的牛兒 拍拍水花

送走了他

腳踏車

踩踏 踩踏

左晃右晃地爬昇橋面前的大斜坡

上橋哩

河谷上高空迴旋的燕兒 啾啾歌唱

讚美了他

我踩著踏板  
喝著歌兒  
吹著晚風  
望著雲朵  
心想著  
河岸已找不著牛兒了  
天空也見不到燕兒了

他們  
他們  
應該在不遠處  
過著美好的日子吧！

謝謝大家