

113 年度全國精神醫療網暨社區精神復健年度研討會

推動精神病友多元社區生活方案發展計畫之經驗分享

# 友窩精神康復者 社區生活支持計畫

---

衛生福利部嘉南療養院

柯錦雀 社會工作師

113/09/24





# 精神病人社區支持辦理歷程





# 發展復元為導向的社區精神照顧體系

SAMHSA (2021)復歸社會  
四個面向可以提升自我力量

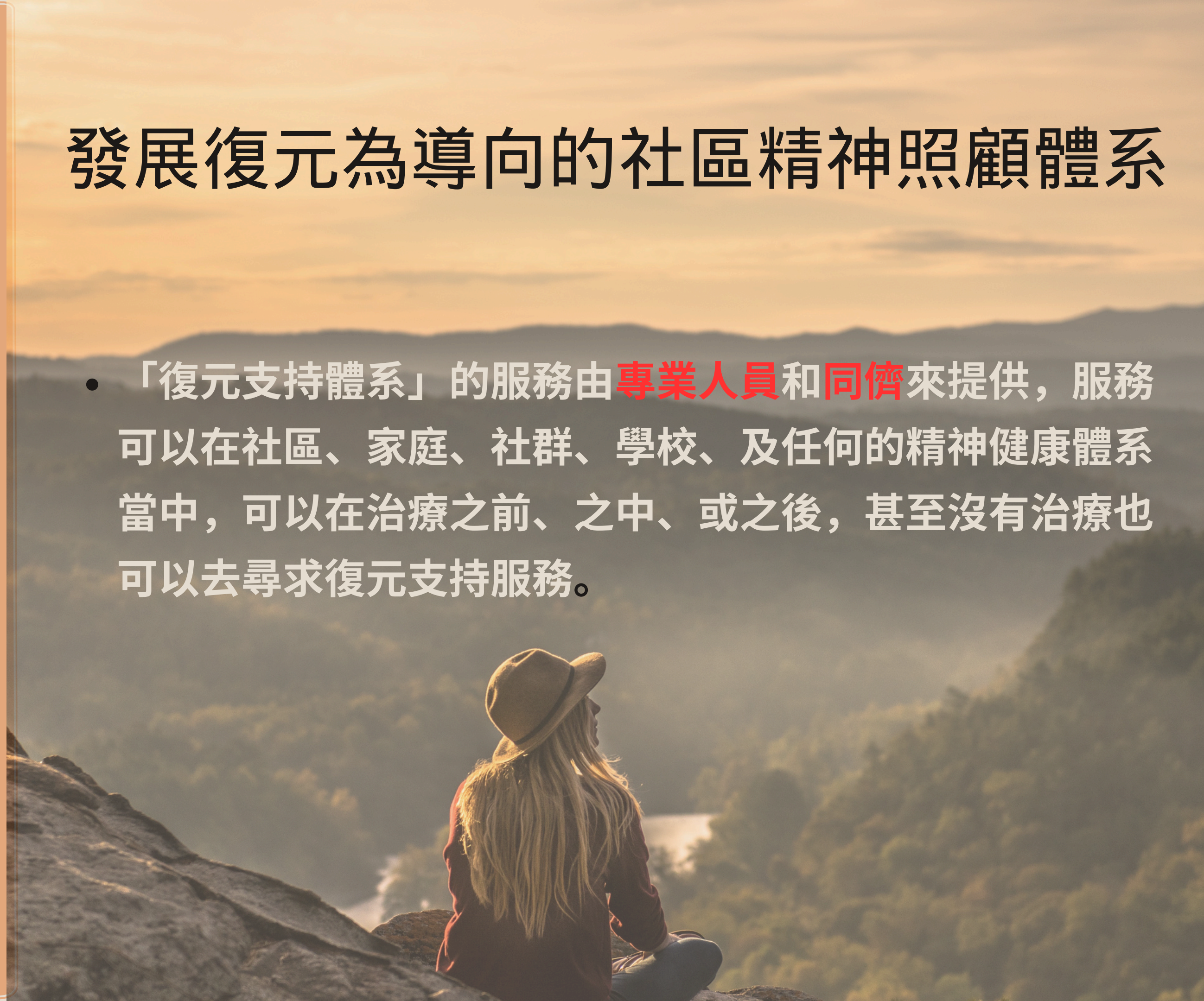
健康(*health*)

居住(*home*)

生活目標(*purpose*)

社區 (*community*)

- 「復元支持體系」的服務由專業人員和同儕來提供，服務可以在社區、家庭、社群、學校、及任何的精神健康體系當中，可以在治療之前、之中、或之後，甚至沒有治療也可以去尋求復元支持服務。





# 起心動念

- 康家資源已不足以回應住民回社區的需求
  - 經濟、社區支持、居住議題、更自由
  - 期待實踐社區照護、正常化在社區生活
  - 復元期時個案是專家、同儕支持是最佳力量
- 
- 計畫名稱：友窩精神康復者社區生活支持計畫





# 友窩計畫內涵

---



## 多元居住

團體家屋

社區租屋

生活補助

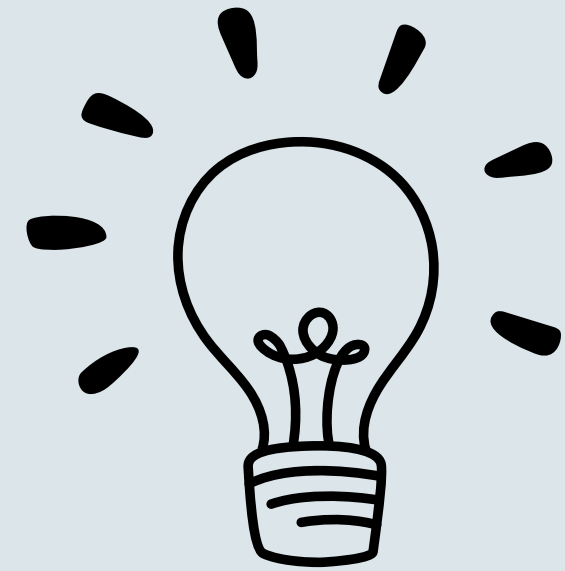


## 同儕支持

同儕支持員培訓

同儕支持服務

同儕支持團體



## 去汙名方案

真人圖書、病人教師

實在精厚話Podcast

愛讓我們都一樣微電影

在社區辦理成果展



# 多元居住

- 團屋是夥伴，也是同儕關係
- 專業人員是一種態度而非介入
- 在社區與疾病共存
- 生病也有想望的需求
- 發掘正面身分
- 自我管理精神疾病
- 發展社會角色
- 重新建構精神疾病的定義





# 團體家屋優點



- 更大自由、生活品質更高
- 擁有社會角色、融入社區更容易
- 仍有社工師定時服務、在旁陪伴與支持
- 同住者同儕支持更鮮明、合作討論更多、使用社區資源更多

我努力復元，住在團體家屋，讓我重新擁有生活自主權！



# 同儕支持服務

@服務:居家訪視、電話關懷、居家清潔

@現以電話關懷為主，居家訪視為輔

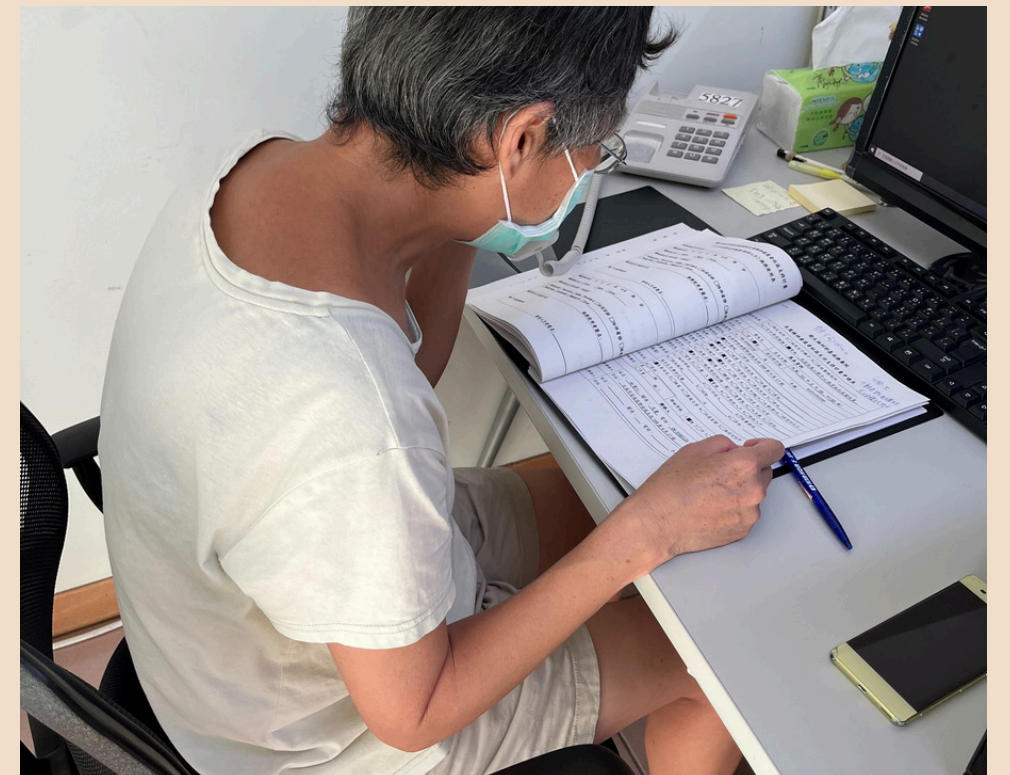
@居家訪視兩人一組

@同時間電話及訪視社區對象有20位

@由6位受訓後認證的同儕支持員服務，  
不同性別、風格有利於社區服務對象  
的媒合。

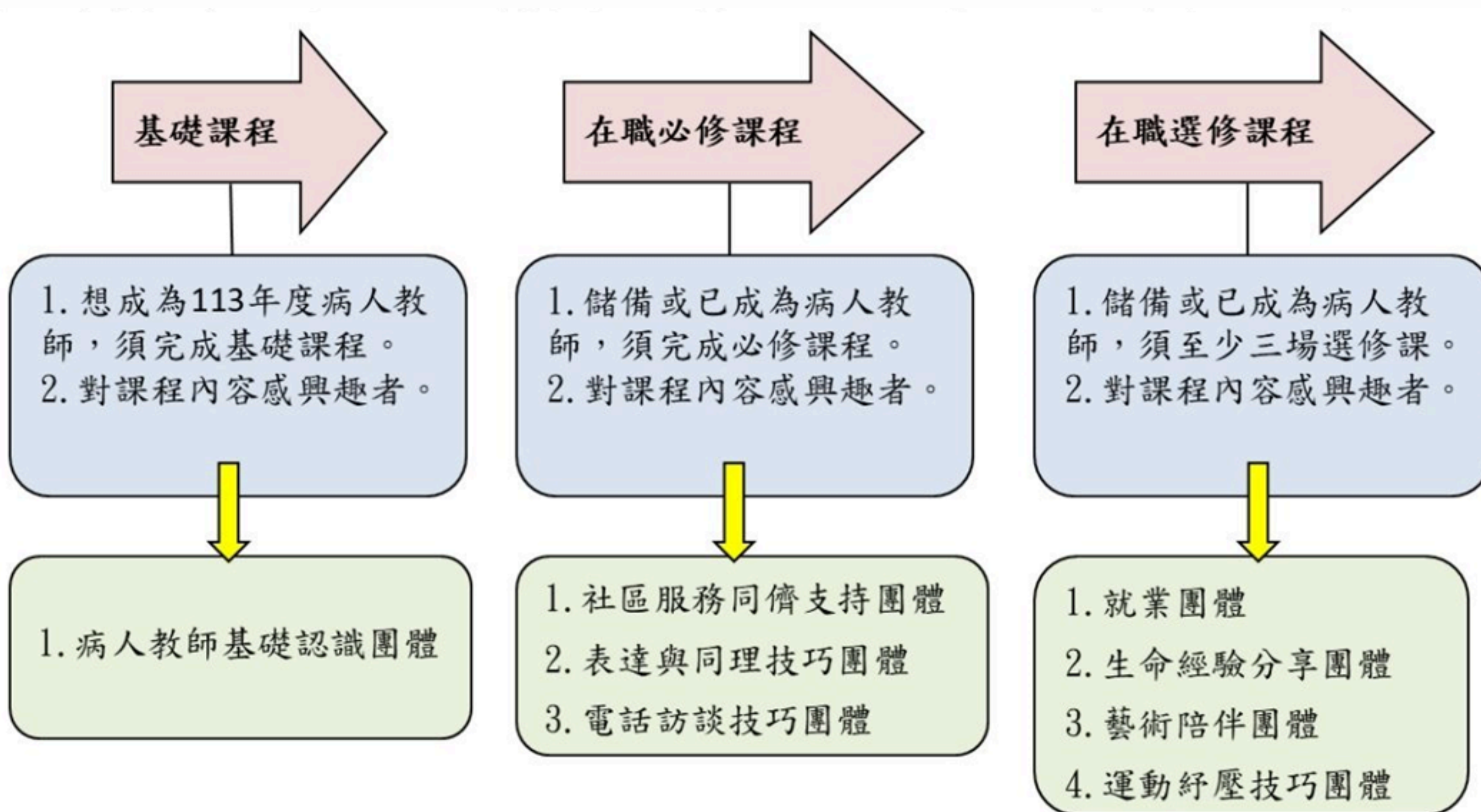
@每年要參與同儕支持員在職訓練

@訪視或電訪後獲得資訊或困惑，可向  
社工師諮詢、減輕焦慮





依據每年同儕支持員統整之經歷作培訓課程調整，113年新增執行實務困境與回饋：





# 同儕支持服務分享



- 有許多社區生活經驗可以分享
- 轉車、就醫、社區活動參與、申辦補助
- 結交朋友、互相祝福給予希望
- 對自己更有反思、更能練習同理
- 因內化，在生活中不時出現同儕支持

整理生命經驗、照顧好自己，在生活中實踐同儕支持！



# 去汙名方案

## 真人圖書



## 病人教師



## 藝術陪伴



## 社區成果展



台南市立圖書館總圖

裕文圖書館

各社區據點

心衛社工見習真人圖書

長榮大學社工系

中華醫事科技大學護理系

嘉南藥理科技大學社工系

台南護專

敏惠護專

樂齡中心

社區據點

無障礙之家

裕文圖書館

汙名體驗

精神康復者繪本分享

精神健康書展

生命經驗整理展覽



# 經費執行、轉介量及受益人數

年度	經費執行率	受益人數	受益人次
111	92%	67	585
112	98%	158	913
113 年 1-8 月	62%	78	468

年度	人數	心衛中心	社會局	本院	樂禾	自行	舊案延續
111	67	28	0	18	21	0	0
112	158	61	6	49	17	2	23
113 年 1-8 月	78	12	2	21	9	2	32
總計	303	101	8	88	47	4	55



# 友窩相關小型研究

01

## 精神康復者擔任同儕支持員提供社區精神障礙者支持服務經驗之初探-以南部某精神專科醫院為例

廖若亘<sup>1</sup> 柯錦雀<sup>2</sup> 吳淑玲<sup>3</sup>

<sup>1</sup> 南部嘉南療養院附設樂禾康復之家  
<sup>2</sup> 南部嘉南療養院

### 目的

精神衛生法於111年修法，其中將「社會支持」概念入法，精神病人回歸社區，得有多元、可選擇的連續性服務，然而法條具體詳列可提供的社會支持項目。本研究目的在初探精神康復同儕支持員服務經驗，以作為社區精神障礙者社會支持服務參考。

### 方法

南部某精神專科醫院於111年6月至112年5月，廣邀對同儕支持有興趣的精神康復者，透過訓練成為同儕支持員，由社區心衛介、社工師媒合，提供社區精障者社會支持。同儕支持員服務後每半年施測一次「短式增強權能量表」與填寫「同儕支持服務工作心得調查表」瞭解提供服務感受，以及接受服務的社者，由社工師電訪瞭解服務經驗感受，以探索社會支持內涵。

### 結果

同儕支持服務由症狀穩定的精神康復者透過家訪與電訪關懷提供同儕支持服務，現已服務120人次社區精障者。其結果顯示一、精神康復者擔任同儕支持員，有助於提升自我充權：「增強量表」結果顯示，66.7%同儕支持員增強權能感受有提升，其中無力感受下降，以及「服務調查表」中回饋，「服務過程很有用更有自信與力量」、「儘管我是精神病患，但發現我也擁有大能力，是我過去沒發現的樣子」。二、提供同儕支持服務，有助於提升社區精障者社會支持：訪談精障者接受服務感受表示「同儕支持員每月來家訪，讓我覺得不孤單」、「可以聽到他們發病到可以服務他人的故事，對我很幫助」。在服務過程發現服務對象發病前兆，可即時聯繫相關單位。

### 結論

精神康復者透過擔任同儕支持員，從被照顧者成為照顧者的角色，有助於提升自我充權，並提升社區精障者社會支持。

02

## 推動真人圖書館降低精神康復者自我汙名之成效探討

柯錦雀<sup>1</sup>、吳淑玲<sup>2</sup>  
衛生福利部嘉南療養院

### 目的

真人圖書館創辦於2001年的丹麥，透過對話來消除對特定族群的偏見與汙名，而南部某醫院附設精神復健機構因此推動真人圖書館三年，此研究目的在於探討精神康復者作為真人圖書分享者的自我汙名成效，以及社區民眾作為聆聽者對精神疾病的去汙名成效。

### 方法

南部某醫院附設康家成立已八年，109年至111年辦理真人圖書館，陪伴15位精神康復者整理自己的疾病過程、遭受汙名經歷、復元現況後，直接與社區民眾接觸，總計有182位民眾參與對話。接觸前後讓精神康復者自填精神疾病汙名感受短版量表、具信效度的英文版Mini-ICF-APP及半結構式訪談以探討汙名變化。

### 結果

擔任真人圖書分享的15位精神康復者平均年齡34歲，皆高中職以上學歷且未婚、診斷思覺失調症80%佔多數、入住精神復健機構皆超過兩年。在精神疾病汙名感受短版量表、Mini-ICF-APP及半結構訪談中發現結果：  
一、Mini-ICF-APP皆有中度功能：根據Mini-ICF-APP結果，「靈活性」、「與社區接觸」、「團體整合」及「耐性」等項分數高於其他精神康復者。  
二、精神康復者自填精神疾病汙名感受短版量表得分平均數與標準差從 $2.80 \pm .75$ 降為 $1.85 \pm .56$ 。分析差異的主要來源為「他人排斥貶抑」，意即原本感受被排擠，在分享中獲得他人友善回應，被排擠感有明顯下降。  
三、願意擔任真人圖書分享的精神康復者皆有院外工作或工作復健訓練。  
四、社區民眾現場反應熱烈，在會後回饋表上多次出現支持與理解的字眼，甚至表示打破新聞媒體呈現的精神病患偏見。

### 結論

真人圖書館創造精神康復者與社區民眾直接對話的機會，確實有助於降低精神康復者的自我汙名，尤其在被「他人排斥貶抑」上降低最多，有機會衝擊到精神康復者的自動化負面思考，讓照護品質從機構擴展到社區民眾，提升對精神疾病的理解程度，不失為精神疾病三級預防的創新方式。

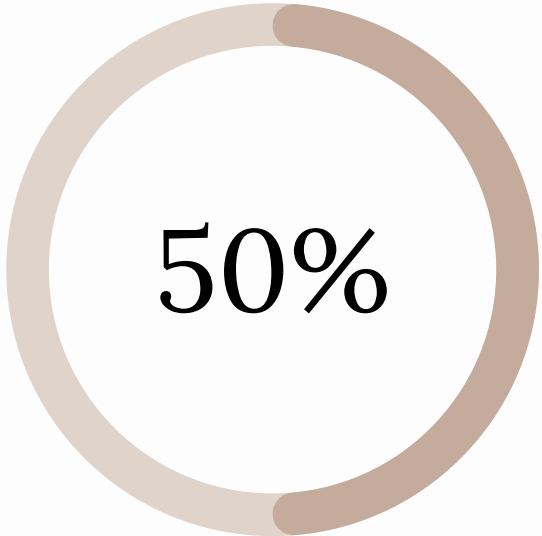
關鍵字 精神康復者、真人圖書館、社會汙名、自我汙名

- 同儕支持員增強權能提升明顯，尤其生活無力感下降、自信提升，並發現自己的另一面。
- 真人圖書整理生命經驗以及分享後獲得聽眾回饋的過程有效降低自我汙名。



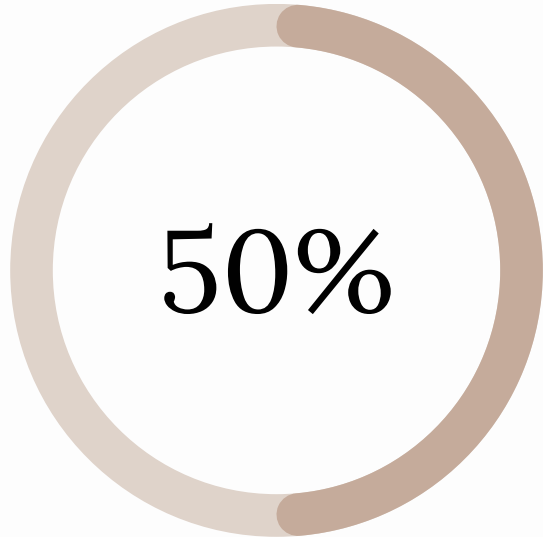
# 友窩執行三年困難

111年一頭熱、112年修正計畫、113年調整策略



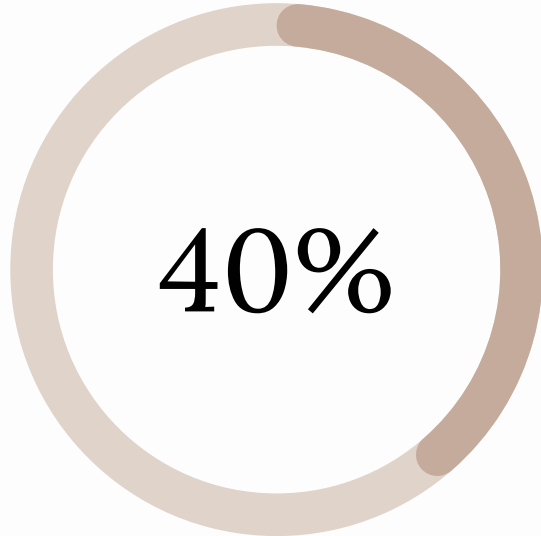
50%

團體家屋地點尋找不易  
房東接受度、空間需符合精神康復者特性、不該是機構的延伸



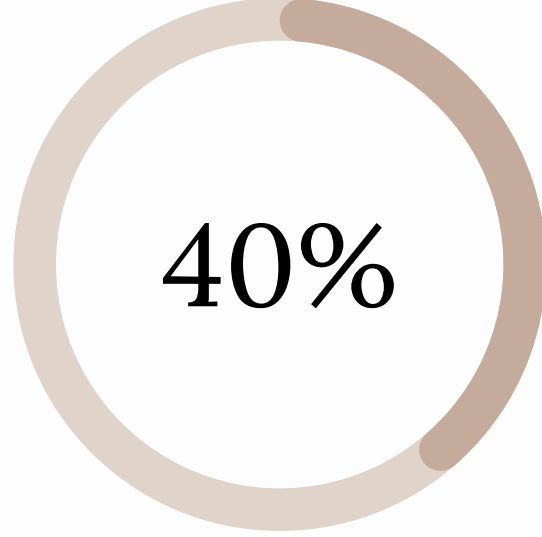
50%

服務使用者及轉介者對計畫尚不熟悉、社區精神康復者對同儕支持員服務帶著不合理期待



40%

同儕支持員因社區服務對象反應而影響情緒、服務有時會中斷、台南市幅員廣較難以一家之力居家訪視關懷



40%

經費核定較晚，在服務上可能無法即時或可能漏接，且須先行墊付費用





# 想法與建議

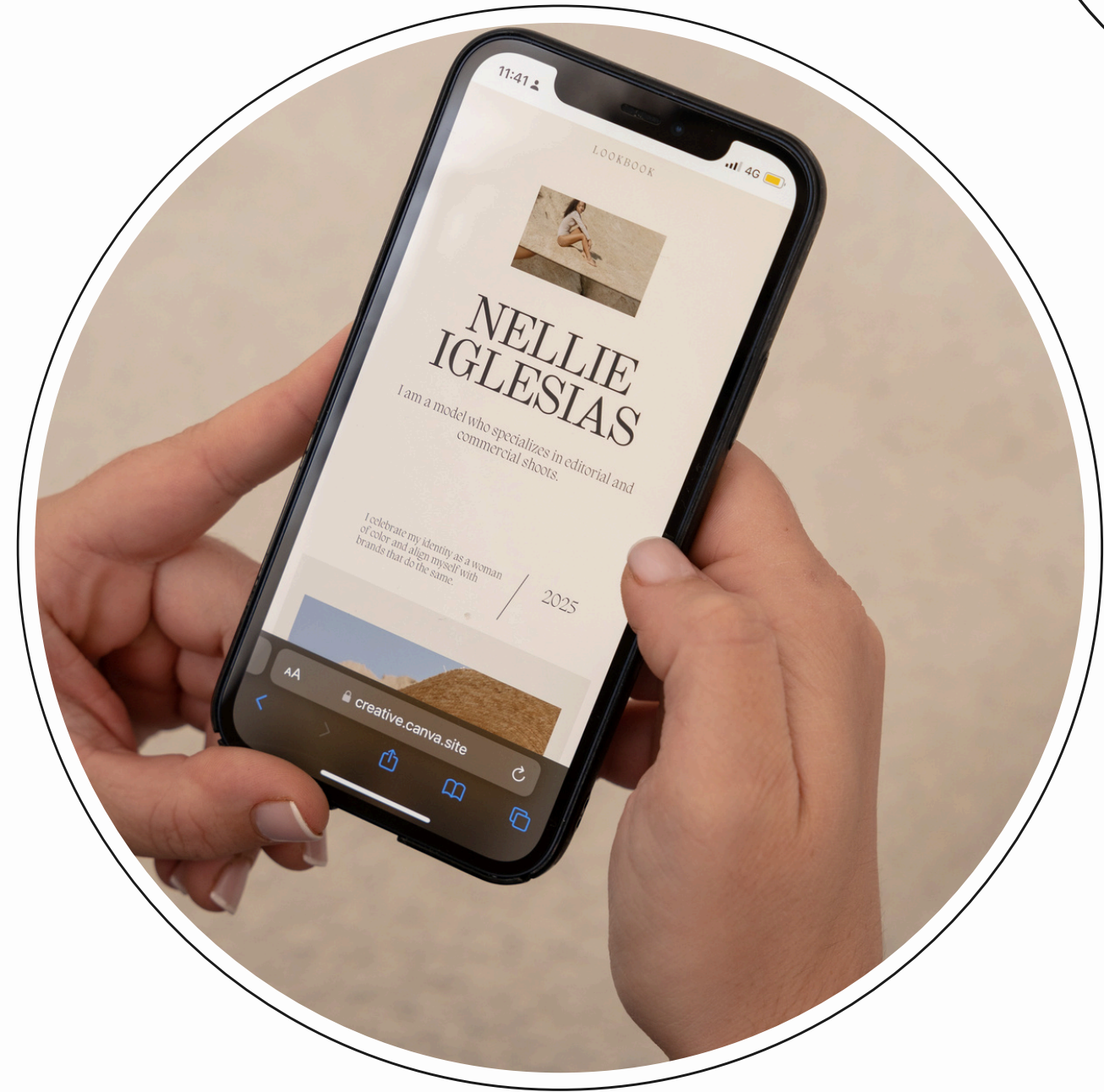
- 既是要接住社區個案，建議多元社區居住方案服務對象也能納入疑似精神診斷者，不限於持有心智障礙證明或精神科重大傷病卡者
- 目前轉介單位以本院及心衛中心為主，鼓勵住宿型機構將回到社區的精神康復者轉介給同儕支持服務或社區支持服務
- 醫院單位無法承租社會住宅，建議擴大給承辦團體家屋者得以承租，以增加承租成功率





# 申請本計畫對康家住民的好處

- 精神復健機構也可申請此計畫
- 康家的功能:為實現在最小限制環境中做精神復健朝向復元，無家可回又達最佳復元的康復者可準備團體家屋共居
- 與心理衛生中心衛生局有更密切合作
- 康家住民有機會參與同儕支持培訓又不用舟車勞頓
- 可能接收到更多社區個案轉介至康家服務
- 讓康家成為去汙名代言人，而非嫌惡設施
- 因此鼓勵精神復健機構申請身心障礙布建計畫





# Thank You



歡迎以臉書、IG、podcast了解精神復健



衛生福利部嘉南療養院