

# 陪讀心得

李信慧社工

踏進服務精神疾患的領域後，才開始接觸精神疾患領域的知識，也才知道自己對於精神疾患的種種認識太少，更何況要社會大眾，在面對一個被社會蒙上一層紗的康復者時，能給予同理與了解他們的世界是有何等的困難。也因為對於精神疾患的不認識、及康復者與家屬醫療照護、應對方式認知上的不足，不僅讓康復者及其家屬必須面對這個汙名化的社會輿論，與自我汙名化的壓力外，也讓他們常常找不到照顧與支持的資源和力量，因而落入了社會事件->汙名化->社會事件->汙名化的嚴重循環中。事實上，只要康復者能穩定就醫與服藥，在覺察到自己身心出現狀況時，能立即就醫與醫生討論變更醫療計畫，加上家屬們正確的應對與陪伴，其實他們真的無異於我們。

第一次接觸到家連家課程的訊息，是在草屯受訓時，聽到授課講師所介紹，雖知課程對自己(第一線工作者)與服務對象及其家屬很受用，但卻不知課程的承辦單位就近在眼前。就在帶回皆為獨身子女的服務對象，其父、母不約而同地問我：「當我們老了以後，小孩該怎麼辦」的問題，回中心與小督(督導)討論後，小督要我尋找有關服務精神疾患家屬的單位，也因此而與築夢關懷協會結下了這份緣。

師父說：「凡事隨順因緣」。修女說：「做就對了，上主讓你所走的每一步，都有祂的用意存在」。帶著這兩句話，我隨順著因緣來到了這個完全陌生的服務領域裡，卻帶著一般人的思考應對模式，服務著外表無異於常人的服務對象，而屢屢碰壁與受挫。很感謝蕭理事長能破例的讓我進到家屬支持團體裡，協助家屬從課程中獲得相關的知識與訊息，在第一堂深具震撼與感動的課程說明會中，看到那麼多陪伴在生病 1-20 年病患身邊的家屬，願意走出來分享照顧經驗的勇敢，及拖著年邁的身軀，希望從課程中獲得心中疑慮解答的林爸爸、林媽媽，讓我看到了他們「永不放棄」的精神與毅力，也給了我完成此次陪讀的動力。

在受到蕭理事長第一次陪讀心得的邀稿時，著實讓我有無法轉換自己為陪讀角色的尷尬，因為，每堂課的課程內容，對於我們這些剛踏入精神疾患服務領域的菜鳥而言，是與家屬一樣同為如此的重要與必須知道。在課堂中家屬所提到的問題與疑慮(為何會生病？沒有病識感、拒絕就醫與服藥、認知功能的退化、為何會拉一步退三步？為何會變得如此的懶散？等等)，卻也常常在我服務過程中所碰到，而這些問題與疑慮的解答，都在此次的陪讀中讓我得到了答案，與其說我是陪讀者，倒不如說我是個意外的受益者。

很感謝協會的接納，讓年邁的林爸爸在經過此次的課程洗禮後，願意開始規劃女兒未來去處的事實，也讓擔心兒子未來的林媽媽，從中學習到與兒子溝通互動的方式，重露笑容的跟我分享，自己已不再堅持己見，願意放手讓兒子適性的發展；而獨自支撐照顧生病女兒的呂先生，更能從中獲得了正確的照護知識，與善待自己的重要，這都該歸功於協會用心規劃的活動與課程，及在課程中同為家屬的「同路人」與同為康復者的志工願意勇敢地站出來分享，我們的10句話，永遠抵不過「同路人」的一句話。

在這次的課程中，我看到了也感受到了，大家在所有有形與無形上的努力跟辛苦，這份感動讓我更有信心也更放心地，願意在未來有機會時，將需要幫助的家屬或康復者引介到協會參加活動，我相信，在這群願意為康復者發聲的”同路人”，及有心幫康復者的社會大眾們的努力下，對於精神疾患認識落實於國民教育體制，及第一間康復者庇護性工廠的成立，將指日可待。

## 心聲

許瑞美

近來常聽聞要斷了精障者重大傷病等優惠。實在說，康復者和家屬的負擔已經夠沈重，政府都沒有在關懷我們的情況，只是一昧的聽取一些污名的新聞報導，社會的討伐，一直訓斥說要如何制裁。新聞報導殺人者要償命，卻沒有討論要怎麼讓這些不知如何自處於社會的邊緣人(沒有就醫吃藥的可憐人)。他也不願做造成社會亂象的壞人，只因為頭腦生病、沒錢就醫或被家人拋棄而造成社會的危險分子。

試想有多少家庭經濟不好同時又要照顧這些因腦生病而無法自主的人，這是多麼累人且手足無措。若補助又被政府取消，那就照顧身心障礙者的福利都沒有了，這樣經濟弱勢的家屬如何能全心照顧康復者呢？

康復者們只有社會福利和重大傷病卡及殘障手冊的微微補助，但其他類別的身障者都得到政府和社會很多精神和財力的幫助！為何精障者就被大家歧視又忽視？真是不公平！

慢性處方箋也不應說斷就斷，因我們都是非常需要這些福利補助，才有力量幫助家屬減低醫藥費、住院費的經濟壓力，才有餘力和精神照顧生病的家人。