

精神復康輔導工作

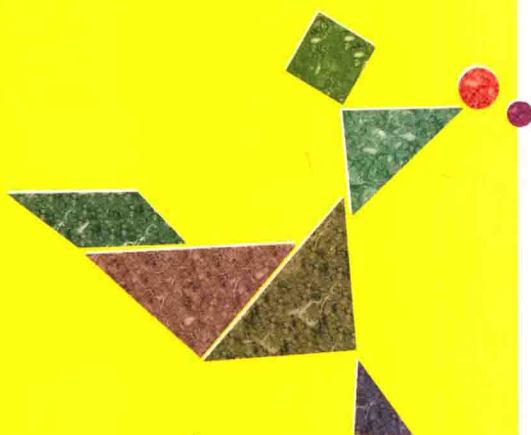
理論與個案

楊劍雲 著

分析五大輔導理論

以本地常見個案佐證

為精神復康輔導研究與實務的參考專書



精神復康輔導工作

理論與個案

楊劍雲 著

精神復康輔導工作——理論與個案

作者：楊劍雲

責任編輯：蔡祝音

封面設計：李小丹

出版：商務印書館（香港）有限公司

香港筲箕灣耀興道3號東匯廣場8樓

<http://www.commercialpress.com.hk>

發行：香港聯合書刊物流有限公司

香港新界大埔汀麗路36號中華商務印刷大廈3字樓

印刷：美雅印刷製本有限公司

九龍觀塘榮業街6號海濱工業大廈4樓A

版次：2013年5月第1版第1次印刷

©2013 商務印書館（香港）有限公司

ISBN 978 962 07 6515 5

Printed in Hong Kong

版權所有 不得翻印

本書內容只是本書作者所表達的個人意見，並不代表
香港浸會大學的立場。

Opinions expressed in this publication are those of the
authors and do not necessarily represent the stance of
the Hong Kong Baptist University.

作者簡介

楊劍雲

香港浸會大學社會工作系助理教授、註冊社工及香港輔導會認可督導員。為英國布里斯托大學社會工作學系博士。

主要教授科目為精神復康工作、兒童及青少年精神健康和認知行為治療等。早年為資深社工，曾於本港精神復康服務範疇工作十多年，服務單位包括：中途宿舍、長期護理院、輔助就業和社區精神照顧服務等。曾負責不同類型的嚴重精神病個案輔導，並督導前線社工有關個案工作和輔導手法。

精神復康輔導工作

理論與個案

序一

日常生活中，很多社會人士普遍對精神病患者及其家庭存有誤解及偏見，甚至恐懼，認為他們不正常、有暴力傾向、不可預測、具危險性，因而避免或抗拒與患者及其家屬有任何接觸。普遍更認為精神病是不可治癒的，有時甚至連患者家人都會視患者為負累。存在這樣的社會恐懼及偏見，只會對精神病患者的痊癒做成阻礙。

精神復康工作並非我的專業範疇，平時接觸的機會亦不多。通過閱讀本書，我了解到，其實大部分精神病患者在適當的治療下，是可以痊癒的。除了必要的藥物治療外，患者十分需要親友和社區人士對他們的接納、關懷和支援。此外，專業的個案工作和輔導，對患者的康復和痊癒實為關鍵。通過了解，我欣喜地看到，本港在社區精神復康服務有長足的發展。據統計，有 24 所精神健康綜合社區中心（Integrated Community Centre for Mental Wellness）在本港各區成立，僱用約 200 多名社工和專業人士，服務數以萬計的精神病患者及其家屬。在精神健康綜合社區中心提供的多元化服務中，個案工作和輔導是重要的服務內容，涉及處理不同類型的個案，包括嚴重精神病患者、尚未確診之疑似精神病個案和患者家屬的需要等。然而，有關精神復康個案工作的本地著作並不多，如何為精神病患者提供有效的個案工作和輔導，對很多社工和專業人士來說，是充滿挑戰的工作。

香港浸會大學的社會工作系自創校以來，一直重視教研與社區服務相結合，實踐“關心弱勢社羣”、“服務社區”的基本理念。本書的著者社會工作系楊劍雲博士，還有本書第八章的作者吳日嵐教授和蘇細清博士，他們都有豐富的工作經驗、實踐智慧和研究心得。本書是他們經驗及智慧的結晶。作為校長，我非常

樂意推薦此書。我相信此書的出版，不但能彌補現時有關個案工作的中文參考書籍的不足，協助有關的專業人士理解並掌握，適切本地精神復康服務的個案工作理論和輔導手法，也有助於一般的社會人士了解精神病及患者康復的過程，消除對精神病的誤解及偏見，以減少患者在康復道路上的社會障礙。

陳新滋

香港浸會大學校長

序二

二〇〇六年前，我與香港聖公會在屯門區復康大樓進行一些合作計劃時，認識了本書作者楊劍雲。作為精神復康服務資深社工，作者對嚴重精神病患者的個案輔導是很有經驗的。雖然本港的精神復康服務已發展多年，但對很多前線社工來說，精神復康工作，尤其向患有精神病的人士提供個案工作和輔導服務，是一項充滿挑戰和困難的工作。在本港，論述精神復康服務個案工作理論的中文書籍不多，尤其是將有關理論，以深入淺出的手法作出介紹，並附以個案工作實例作說明，更是寥寥可數。

在精神復康服務方面，外國已建立了不同的個案管理模式理論（Case Management Model），包括：

1. 通才個案管理（Generalist Case Management），服務內容包括：服務需要評估、服務安排、服務協調、服務監察和服務成效檢討；
2. 復康模式（Rehabilitation Model），服務內容以技能訓練為主；
3. 堅定社區治療（Program for Assertive Community Treatment），服務內容主要透過助人專業團隊（成員包括：精神科醫生、社康護士、社工和職業治療師等），以外展家訪方式，將不同的治療和訓練，提供到受助者家中；
4. 臨床個案管理模式（Clinical Case Management），服務內容除了為受助者提供一般／通才式個案管理外，更會為受助者提供深入的個案輔導工作。這些個案管理模式，經過實證研究顯示能有效幫助精神病患者。

這些個案管理模式各有優點，亦適合不同需要的患者。

有別於上述個案管理模式，作者在本書所介紹的幾個個案

工作理論，包括：認知行為治療（Cognitive Behavioural Therapy）、“致病－壓力－應付－能力”模式（Vulnerability-Stress-Coping-Competence Model）、優點模式（Strength Model）和痊癒模式（Recovery Model），可以說是近年西方學者為精神病患者所建立的個案輔導理論，目標是協助個案處理其精神病的病徵病狀，減少精神病所帶來的困擾，和提升其生活質素。這些個案工作介入模式，經研究證實，能有效幫助精神病患者。作者不單從事理論研究，更曾成功應用這些個案管理和輔導於本地個案工作中，能有效幫助嚴重精神病患者處理其精神病患所帶來的困擾。本書除了介紹這些理論外，作者亦附以個案工作實例，說明有關的具體輔導手法。

本書能為前線社工和輔導員，介紹一些適切本地精神復康服務的個案工作理論和輔導手法，是一本值得參考的書籍。

陳麗雲

香港大學社會科學學院副院長

香港大學思源基金健康及社會工作學教授

序三

很高興能為《精神復康輔導工作——理論與個案》一書作序。

我的專業是臨床與諮詢心理學，在內地從事心理諮詢教學、實務與研究工作近三十年。由於學術交流的關係，二十多年前有幸認識一批香港的社會工作者和社會工作教育者，了解社會工作與心理輔導、心理諮詢的相似與不同，令社會工作的領域更寬廣。通過專業的社會工作者的努力，他們不僅關注患者身心健康問題等個人因素，亦關注其問題形成過程中的社會影響因素；不僅致力於促進患者的個人成長，亦致力於改善人與人互動過程中的社會環境。

社會工作的介入手法包括個案工作、小組（團體）工作、社區工作及政策檢討和倡議等。個案工作直接服務基層民眾，接觸各個羣體，面對各種複雜的需要，對個案工作者的理論和技能要求頗高。其中，最具挑戰的工作是有關精神復康方面的個案工作。

隨着社會的快速發展，威脅人們精神健康的因素越來越多，罹患精神疾病的人數逐年增加。以中國為例，根據衛生部公佈的資料，全國精神疾病的患者約一億人，需要精神健康的專業服務，其中重性精神病患者約 1600 萬。精神分裂症、情感性障礙和神經症三大類主要精神障礙發病率明顯增加，尤其是情感性障礙和神經症發病率更大幅度增加。從 1993 年和 2005 年的統計資料看，精神分裂症從 0.53% 上升至 0.78%，神經症從 1.51% 上升至 13%，情感性障礙從 0.05% 上升至 16%。數億人急需心理諮詢與心理治療。目前精神疾病的治療方法主要以藥物治療為主，心理治療遠遠不能滿足精神病患者康復的需要。一方面是由

於中國的心理諮詢與心理治療專業人員嚴重不足，另一方面是對精神病患者的個案管理與心理治療缺乏有效的理論、模式和方法。

有幸閱覽本書的內容，很欣賞，也感到很興奮。本書的內容非常豐富新穎，不僅包括了對精神病的基本成因、康復進展以及康復標準的討論和闡述，而且關注精神病致病的社會因素探討和分析；不僅重視如何促進提高精神病患者的康復和對患者家屬的支援，而且強調了“預防勝於治療”的理念，論述了預防精神病的理念和計劃；不僅介紹了西方被實踐證明非常有效的多種個案工作模式，而且嘗試創立具有中國本土文化特徵的認知行為治療 PLAY 模式；不僅詳細介紹了如何運用認知行為治療這種非常成熟的工作模式，而且介紹了近年來備受關注的、基於積極心理學思潮影響的優點模式；不僅有系統且深入淺出地介紹了多種個案工作的理論，而且結合作者本人多年的實踐經驗，生動地通過幾個真實個案，呈現了精神病患者經由心理治療而改變的具體過程。此外，本書還強調了個案工作中所需要的跨學科合作的重要性。

作者既有扎實的理論根底，又有科學實證的研究依據，更有豐富的個案工作經驗，還有充滿人文關懷的情感，令讀者更容易了解精神復康中所關注的精神病因、殘餘因素、社會因素以及不同學派的應對和實踐模式，大大地增加了本書的可讀性、實踐性和操作性。

社會工作在中國內地剛剛起步，有關社會工作的工作模式與手法，尤其是對精神病患者這樣特殊人羣的服務，以及西方理論經驗的本土化等議題尚處於探索階段，更缺乏專業性、強調理論與實踐相結合的專業書籍。本書的出版將對中國的社會工作者、心理諮詢師、心理治療師以及精神科醫生，尤其是精神復康

領域中的同行，有重要的指導意義和參考價值。我強烈地推薦本書，特別地，我向國內的同行強烈地推薦此書。

我急切地期盼這本專業書籍的正式出版。

樊富珉

清華大學心理學系副系主任及教授
中國心理學會臨床與諮詢心理學分會副理事長

序四

隨着 50 年代精神科藥物的發展，精神病治療特別是重性精神病如精神分裂症、抑鬱症及躁狂抑鬱症等，患者往往可以縮短在醫院接受治療的時間，返回社區康復。除了接受藥物治療外，心理輔導及社區支援服務在他們的康復進程中扮演着重要角色。因此，社工為患者及其家屬提供社會服務的場景，亦不只局限於精神科醫院、門診，還包括在社區中各種精神復康支援服務，如中途宿舍、長期護理院、輔助就業和再培訓計劃、精神健康綜合社區中心等。精神健康的範圍廣闊而社工服務對象類別眾多，除了從事康復服務的社工外，其他從事兒童、青少年、家庭、長者及社區工作的社工，亦會為受到精神健康困擾人士及其家屬提供服務。

雖然為精神病患者提供服務相當普遍，但對許多前線社工來說，在輔導精神病患者及其家屬的過程中，往往遇到不少困難和挑戰。不同類別的精神健康問題會受到不同徵狀的困擾，其性質和程度亦有所不同。輔導重性精神病患者，無論是顯性徵狀如幻覺、妄想等，或隱性徵狀如退縮、被動等，甚至有些精神病患者有自殺意念或 / 和行為，社工隨時要面對不同的危機處理。倘若社工對精神健康和精神病的知識不足、經驗不夠，卻要理解案主的思想、情緒及行為，並懂得與他們溝通、明白他們的內心世界，往往是一項挑戰，既不容易與他們建立工作關係，更遑論有效地輔導他們。儘管接受過基本專業培訓的社工已認識一些輔導患者及康復人士的理論，但將理論實踐出來，協助患者康復卻是另一回事。社會工作是實踐的專業，社工懂得理論，並不代表可以有效地運用，協助服務使用者。

輔導受精神健康問題困擾人士的理論或模式和手法不少，

作者楊劍雲博士在《精神復康輔導工作——理論與個案》一書內介紹了近年在精神健康和康復界比較流行，更新及以實證研究較多的模式。作者除了介紹每一個模式的發展歷史，根據該模式的重要概念和信念來分析精神病的成因、患者的思想、情緒和行為及評估方法和復康結果外，還以案例說明如何應用該模式來分析、評估、介入的手法和步驟。作者對每一個理論都有清晰及詳盡的解釋，並糅合有關文獻於討論當中，使內容更為充實。更難得的是作者經常運用圖表來闡釋一些較複雜的概念，讓讀者較容易掌握理論和實踐方法。

此外，作者還加入了如何減輕家屬照顧受精神病困擾人士的壓力和挑戰的篇章。近數十年以來，西方和本地已有不少精神健康和復康的研究和文獻確定，家屬對照顧患者康復作出的貢獻，同時也指出他們的重擔、困難和需要。不少研究已證實，家人的情緒表達與患者康復進程有着密切關係。因此，家屬工作的發展、介入模式和方法在精神健康服務範疇內日漸受到重視及推廣。特別欣賞作者在這一章內加入家屬錦囊，以問答方式列出一般家屬常遇見的困難，並建議解決方法，簡單扼要，為家屬提供具體幫助。

預防遠勝於治療，社工不僅關心精神病患者的康復，協助他們融入社區生活，還關注如何減低他們復發機會，更重要的是預防精神病的發生。在個人、家庭、學校和社區推廣精神健康，提高社會人士注意精神健康。作者在這個重要議題上作出了詳細討論。

書中觸及的各個理論和實踐方法均來自西方社會，對運用於華人社會的服務使用者而言，亦需探討中國文化背景下，應注意的地方及特徵，作者加入了兩位教授撰寫的文章，糅合中國文化的理念於認知行為治療內，嘗試為此理論的應用提出一個本土化的模式，為此書增添色彩。

事實上，西方文獻已有不少輔導精神病患者及其家屬的教學書籍，但中文參考書籍卻為數不多。楊劍雲博士是一位資深社工，曾在精神健康及康復界前線服務和督導多年，他將其豐富的工作經驗、實踐智慧和研究心得結集，正好填補了中文文獻的缺乏和不足。這是一本在精神健康領域不可多得的中文參考書籍，值得推薦。

陳啟芳

香港浸會大學客席教授

目序

在我過去所督導和接觸的前線社工中，他們大都表示對嚴重精神病患者提供個案工作和輔導缺乏信心。我相信如果前線社工能掌握適切和有效的個案工作理論和介入手法，應該有助他們提升在精神復康工作上的信心。這想法引發我撰寫本書。

本書得以成功出版，首先要多謝妻子對我的支持和鼓勵，她對兩名年幼兒子的悉心照顧，令我能在工餘時間專心寫作。多謝香港浸會大學社會工作系系主任吳日嵐教授和香港浸會大學社會工作系講師蘇細清博士撰寫本書第八章，有關糅合中國文化理念於認知行為治療的PLAY模式，增加本書的閱讀價值。更要多謝多位學術界名人和前輩，包括：香港浸會大學校長陳新滋教授、香港大學社會科學學院副院長陳麗雲教授、清華大學心理學系副系主任樊富珉教授、香港浸會大學客席教授陳啟芳教授、新生精神康復會行政總裁游秀慧小姐及“愛協團契”團牧陳一華先生，在百忙中抽空為本書寫上寶貴的序言。

此外，亦要多謝書中提及的受助者，多謝他們同意讓我在書中以個案工作實例方式，描述他們的狀況和康復進展。然而，為保障他們的私隱，本書內並沒有顯示他們的真實名字。同時，當中提及的個案背景和康復狀況亦有所修改。如果讀者認為書中個案實例內所提及的個案背景和情況跟自己的十分相似，實屬巧合，敬請見諒。

謹以本書獻給內子慧儀、兒子溢朗和溢生，多謝你們無盡的愛心、接納、支持和鼓勵！

前言

根據 2011 年人口普查的結果，香港人口於 2011 年 6 月底的數目約為 707 萬人。一般估計患有精神病的人口數目約 15% 至 25%；而患嚴重精神病的則介乎 1% 至 3%（醫院管理局，2009）。以此推算，估計香港約有 106 萬至 177 萬人患有精神病，而當中約有 7 萬至 21 萬人患有嚴重精神病。根據醫管局的統計，2009/2010 年度接受醫院管理局服務的精神病患者人數達 16 萬 5 千多人（此數字包括接受醫管局旗下醫院提供之住院、專科門診及日間醫院的人數，並不包括接受私營醫院、私立醫生門診服務的人士）。較 2005/2006 年度的 13 萬 4 千多人，升幅逾兩成三，反映本港的精神病患者數目一直持續上升。這些病患者大多在社區居住和接受治療。

精神病是指從精神醫學角度可被診斷的疾病，這病患影響了個人的認知、情感、社交能力及社會角色等。在這定義下，精神病（Mental illness）和精神障礙（Mental Disorder）雖然名稱不同，但意義卻是相同的。精神病有不同類型和嚴重程度，一些主要和常見的精神病包括：抑鬱症、焦慮症、精神分裂症、人格障礙、濫藥成癮和認知障礙症等。

治療精神病，藥物治療只是其中一種方法。實證研究顯示，個案心理輔導和社區支援服務亦有助病患者的治療和康復。在本港，論述精神復康服務的個案心理輔導理論的中文書籍不多，尤其是將有關理論，以深入淺出的手法介紹，並附以個案工作實例作說明，更是寥寥可數。

本書在第一至五章，介紹了幾個個案心理輔導理論，包括：“致病－壓力－應付－能力”模式、認知行為治療、優點模式和痊癒模式，這些都是近年西方國家學者所建立的個案管理和