

心靈溝通 — 精神病康復者的互動

精神病人在病發時，可能會出現「怪異」的行為，引致一般人對他們心存恐懼。不少人認為他們難以溝通，甚至威脅公眾安全，故對精神病康復者採取「敬而遠之」的態度。

誠然，不同種類的神經病對患者的身體、心理、社會及心靈狀態等方面或會有著不同程度的影響。因此部分患者與人溝通時難免出現障礙，或是有不合適的社交表現，甚至未能有效地表達自己。由於惡性循環，康復者多缺乏自信、慣於社交退縮，甚至抗拒與人溝通。



▲ 體健舍友帶領不良於行的舍友玩遊戲



▲ 體健舍友向體弱同伴送上祝福與關懷

疾病固然影響到人際關係或個人動力，但精神病康復者與一般人無異，都需要在生活中與人相處、與人互動溝通。經驗告訴我們，有些精神病康復者亦渴望與人多接觸和願意關心別人。在明愛賽馬會荔景社會服務中心，為精神病康復者而設的長期護理院「荔康居」內，就有為數 425 位的舍友每天都在群體中生活，學習和實踐溝通的技巧。除了職員及舍友間的互動外，中心亦讓舍友實踐社區生活適應和學習社交生活技能。



▲ 探訪前的準備 — 合作設計問候咭

為加強舍友間的互動，中心今年組織了各類型的舍友互訪活動，包括由一班體健舍友探訪和關顧另一群需要臥床或行動不便的舍友。透過探訪，不單能夠建立舍友的社交能力，更讓一些體弱舍友感受到別人的關愛。在招募舍友參與探訪活動時，舍友都非常踴躍主動地報名。在社工的帶領下，他們預備了小禮物（如自製心意卡等），為被訪者送上祝福。這種以行動展現心靈間的溝通相處，獲得舍友的積極回饋：看見他們面上流露的笑容和滿足感，工作人員也深受感動。在冷漠和被動的背後，精神病康復者比一般人更需要「愛」與「關懷」的正能量，以打破他們的人際隔膜，重拾對人對己的信心。中心日後將帶動康復者踏出院舍，與他們的生活伙伴互動（包括職員、家屬、義工和其他社區人士），協助他們超越個人限制，活出有尊嚴的人生！