



理事長-蘇國禎



同心協力～眾志成城

於民國 104 年擔任協會常務理事一職，開始接觸會務與業務推動，亦參與精神疾病嚴重病人強制住院與嚴重病人指定保護人的工作，認識協會相關事務已有一段時間了，而自己曾在其他非營利組織擔任理事長，深知經營身心障礙的公益團體運作的不容易，尤其是服務精神障礙者及家庭的工作，更是堅困、辛苦。依據高雄市社會局 107 年第三季身心障礙者人口統計，精神病友已達 17,104 人，以年齡分析，45 歲以上者占 70.35%，顯示精神障礙者家庭邁向雙老的情形非常嚴重，所以協會提供服務包含支持性就業、日間型社區復健中心、社區作業設施、夜間型社區家園、弱勢家庭關懷訪視及相關知識性、技能性充權培力研習課程，更重要為精神障礙者權益與福利的倡議，許多業務的推動及執行，必須要有經費和專業人力。

自己是惶恐中接任理事長，雖然伙伴們的協助及這屆理監事認同，但在協會龐大業務量及經費中，自己壓力也不低，尤其總幹事仙季姐的熱忱支持，不用擔心、不用緊張，安啦，但自己內心還是相當澎湃；感受到精神疾病者的困境，對自己的期許及未來的願景，希望協助更多精神疾病者，了解病友的需求及家屬的困難，協會工作夥伴們運用一條龍的服務模式，將穩定的病友者透過就服員的協助幫忙，尋找到適合的工作與認同的雇主老闆，為我們未來努力方針。

結合公益宣導及設攤模式，成為協會未來募款方式之一，凝聚工作夥伴們相互扶持、支援，使其社會大眾能夠接受病友，也可以讓他們走出來，甚至參與社區的大小活動，給予最大支持協助。透過網站連接視訊的傳播、電台錄製廣播節目，也是我們倡議之一方式。總之從當初自己害怕到現在的努力及工作夥伴的支援，已漸入佳境，未來更需要理監事群的支持幫忙，大家相互扶持配合，一切的一切會新的開始，也感謝社會大眾的贊助，期待市府長官們的認同，能夠再創新高峰、新活力、新願景能美夢成真。



簡史

社團法人高雄市心理復健協會成立於 1994 年，由一群精神障礙者家屬發起組織的非營利團體，至今有 24 年，服務項目有日間照顧服務為圓夢社區復健中心、喜福社區復健中心、圓心工作坊。就業服務為精神障礙者謀取就業機會與協助職場穩定工作，夜間照顧服務為喜愛家園、臻愛家園、慈愛家園，提供住宿與生活照顧，外展照顧服務為弱勢家庭到宅關懷。辦理照顧者成長充權團體，由家屬擔任教育課程講師、嚴重精神病人公設保護人、嚴重精神病人強制住院與社區治療審查委員、社區復健機構評鑑陪評人員。此外；每年參加全省鳳凰盃運動會，健心盃才藝交流競賽，復康盃足球賽，祈為精神康復者及家庭提供多元服務。

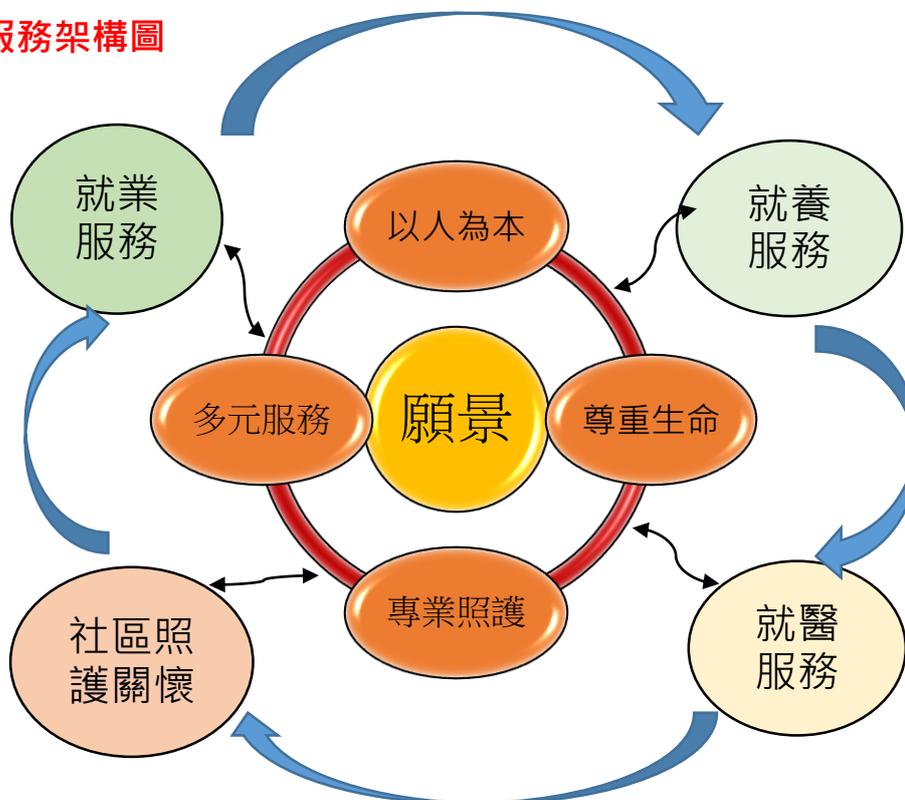
宗旨

本著為服務精神障礙者及家屬間相互扶持、關懷外，共同為精神障礙者相關就醫、就業、就學、就養、社區復健、社區照顧服務及權益與福利倡導努力不懈。

願景

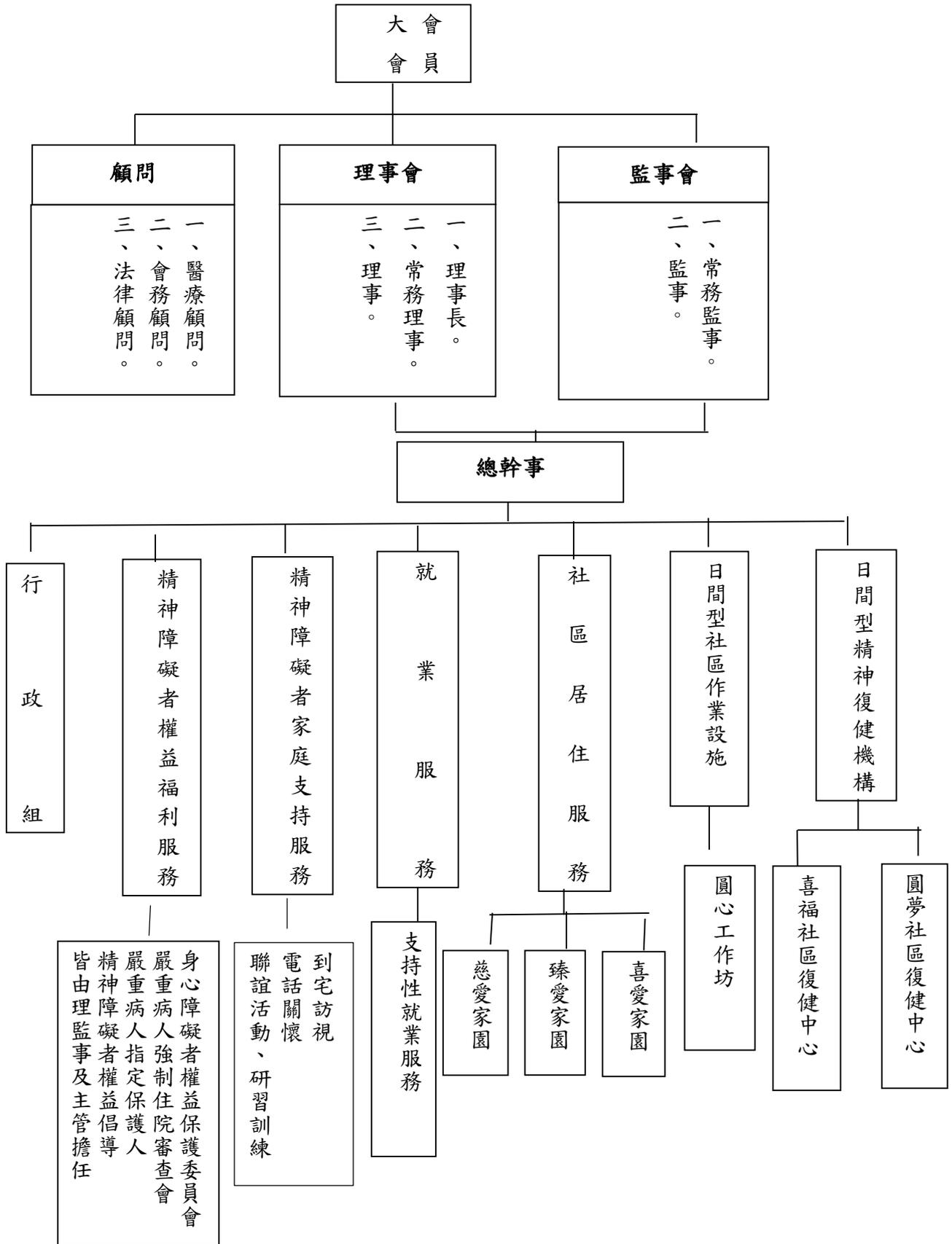
以人為本、尊重生命、專業照護、多元服務。

服務架構圖





組織架構圖





理監事成員

| | | | |
|------|-----|------|-----|
| 理事長 | 蘇國禎 | 理事 | 侯冠郡 |
| 常務理事 | 簡茂宗 | 理事 | 陳亦祺 |
| 常務理事 | 阮庭翰 | 理事 | 趙素幸 |
| 理事 | 沙凱生 | 理事 | 陳光鳳 |
| 理事 | 陳秀琴 | 常務監事 | 郭月娥 |
| 理事 | 楊三良 | 監事 | 吳清涼 |
| 理事 | 張中明 | 監事 | 林學賢 |

工作人員

| 姓名 | 職稱 | 單位 |
|-----|----------|------------|
| 陳仙季 | 總幹事兼督導 | 社區家園、圓心工作坊 |
| 陳素慧 | 社工員 | 社區家園 |
| 向美珍 | 教保員 | 社區家園 |
| 黃士柏 | 社工師、就服員 | 支持性就業服務 |
| 顏怡馨 | 就服員 | 支持性就業服務 |
| 王世民 | 社工員 | 關懷訪視 |
| 張裕城 | 主任兼職能治療師 | 圓夢社區復健中心 |
| 吳佳芬 | 社工 | 圓夢社區復健中心 |
| 王玲玲 | 專管員 | 圓夢社區復健中心 |
| 黃淑梅 | 專管員兼護理師 | 圓夢社區復健中心 |
| 許素雯 | 主任兼護理師 | 喜福社區復健中心 |
| 陳宜君 | 職能治療師 | 喜福社區復健中心 |
| 莊智凱 | 專管員、社工師 | 喜福社區復健中心 |
| 黃家華 | 專管員 | 喜福社區復健中心 |
| 洪熾真 | 專管員兼社工員 | 喜福社區復健中心 |
| 鍾姍容 | 社工 | 圓心工作坊 |
| 楊雲雅 | 教保員 | 圓心工作坊 |
| 梁雅涵 | 教保員 | 圓心工作坊 |
| 黃淑玲 | 行政助理 | 協會 |
| 許雅惠 | 行政助理 | 協會 |



總幹事報告-仙季



過去承接由前輩們開疆闢土，埋下服務種子的理念，戰戰兢兢，步步為營，培育幼苗，灌溉、施肥、翻土、再播種，週而復始、薪火相傳，歷經 24 年歲月，一步一腳印，實踐協會成立初衷，推動就醫、就業、就養學、社區照護之相關福利與權益。

現在 2018 年辦理日間型圓夢社區復健中心、喜福社區復健中心、圓心作業設施，夜間型住宿居住服務；喜愛家園、臻愛家園、慈愛家園。為因應精神障礙雙老家庭的問題與需求，提供社區精神障礙家庭外展到宅關懷，亦推動康復者及主要照顧者復元模式及多元的充權培力課程研習、訓練，服務區域涵蓋高雄市南區、西區、中區。服務成效如下：

| 服務計劃名稱 | 服務人次 |
|------------------|---------------------------------|
| 1.心智障礙者社區居住與生活服務 | 5,040 人次 |
| 2.支持性就業服務 | 總服務 43 人 推介就業 25 人、就業成功 17 人 |
| 3.圓夢社區復健中心 | 9,663 人次 |
| 4.喜福社區復健中心 | 8,849 人次 |
| 5.圓心工作坊 | 3,713 人次 |
| 6.弱勢精障者家庭支持服務 | 50 戶 335 人次 |
| 7.精神疾病管理與復元 | 367 人次 |
| 8.家庭照顧者復元培力 | 40 人次 |
| 9.家庭照顧技巧培力服務 | 132 人次 |
| 10.家屬與康復者紓壓團體 | 253 人次 |
| 11.陪伴同行-活出精彩人生 | 培力 112 人次，社區宣導 1000 人次 |

總幹事報告

| | |
|-------------------------|--------|
| 12. 康復者復元培力團體 | 164 人次 |
| 13. 照顧者支持與訓練及研習 | 134 人次 |
| 14. 運動 i 台灣-障礙者多元運動訓練營 | 680 人次 |
| 15. i 健康、i 運動混合球類體驗營活動 | 403 人次 |
| 16. 會員大會暨精障者及家屬聯誼活動 | 153 人 |
| 17. 辦理第 14 屆建心盃才藝交流競賽初賽 | 486 人 |
| 18. 打造優質生活-樂活才藝活動 | 80 人次 |

2018 年最大突破有康復者的復元模式的培力及復元故事的宣導，從康復者身上看到他們對復元的期待與希望，於分享復元故事過程中能自我覺察疾病的樣貌及康復的元素，亦從其他同儕分享中學習復元的方法，尤其接觸校園的學生，而學生即時當面給予回饋，讓他們越發有自信與成就感。



於今年七月至雲南昆明協助帶領他們的精神障礙者家屬上家連家的團體課程，其中大部分家屬為父母，其年齡 60 歲以上，每天 5 點多出門轉 2 班公交車到上課地點，每個人非常認真學習，因為在大陸有此機會非常不容易，由家屬一句名言「練了一身鋼筋水泥」可知資源缺乏。反觀台灣在本會每年努力撰協計畫向政府及民間單位爭取經費，以 2018 年辦理 220 小時活動課程，而家屬參與效益仍須繼續努力。

未來工作計畫為 1.復元服務模式能繼續辦理之外，多元培力康復者從事同儕支持工作。2. 製作復元故事繪本集冊。3.製拍復元故事成微電影。4.培力家屬從事復元工作。5.實踐多元居住模式，落實 CRPD 身障者自立生活精神。

陳仙季 2019.01.31

陪伴同行～活出精彩的人生

康復者培力 13 人～112 人次

康復者外展服務 8 人～社區、校園復元故事宣導 1000 人次

一、前言

從傳統治療精神疾病觀念，著重消除正向症狀和恢復生病前狀態，然而精神障礙者及家人仍受困於疾病影響，跳不出罹患精神病是「沒有希望」的思維框架。尤其面臨長期症狀干擾、人際退化、無法專注、工作技能不佳，社會烙印，雖是種種能力不及或汙名，精神障礙者總是努力維持疾病穩定，且在穩定中力求好好的生活。因此；運用精神復元概念，倡導精神病只是康復者生命的一部分，而非生命的全部，他們跟你我一樣，在家庭、社會裡可以扮演不同角色和責任，讓康復者重拾社會角色，發揮個人的能力及發掘各項優勢，從新賦予新的生命意義、目標與希望。

二、目的

(一)、增強康復者認識自我優勢及學習溝通技巧



培力康復者，透過自我覺察，運用「重視個人優勢」、「參與」和「個人化」等復元元素設計，發掘其內在、外在的優點，建立新的康復概念，行成具體的事蹟。

(二)、實踐社區生活復元，豐富自我，創造生命意義

走過相同道路的人最能體會康復者的心路歷程，藉由康復者復元的經驗與故事，願意與同儕或社會大眾一同分享，以生命影響生命，啟發康復者或一般民眾的正向想法，提昇其社區融和生活的技能和歸屬感。

(三)、促進社區民眾對精神疾病正確觀念

以在地社區宣導、網際社群宣導等服務方式，使廣大社區民眾重新認識精神礙者相關疾病、醫療、就業等障礙因素，導正其刻板印象，使一般民眾了解精神疾病是腦的疾病，非汙名的病因。

陪伴同行～活出精彩的人生

三、實施方式

(一)、服務期間：107年1月1日至107年12月31日

(二)、服務對象：精神障礙者

(三)、執行項目：

| 培力階段 | 實習階段 | 外展階段 |
|--------------------------------|--------------------------|---|
| 1.20小時課程 2.需完成80% 3.結業證書 | 1. 完成實習 2. 評核成為「復元甜心」 | 1. 至社區、學校、媒體倡導去汙名。 2. 關懷支持康復者。 3. 安排交流、討論、分享。 |

四、服務成效評估 (一) 培力階段量_化效益

1.成員基本資料統計：13人

| 基本資料 | | 人數 | 比率(%) |
|------|---------|----|-------|
| 性別 | 男性 | 3 | 23.08 |
| | 女性 | 10 | 76.92 |
| 年齡 | 30歲-39歲 | 3 | 23.08 |
| | 40歲-49歲 | 3 | 23.08 |
| | 50歲以上 | 7 | 53.84 |
| 疾病診斷 | 思覺失調症 | 6 | 46.15 |
| | 情感性精神病 | 6 | 46.15 |
| | 器質性精神病 | 1 | 7.70 |
| 生病歷程 | 10年-19年 | 5 | 38.46 |
| | 20年-29年 | 4 | 30.77 |
| | 30年以上 | 4 | 30.77 |



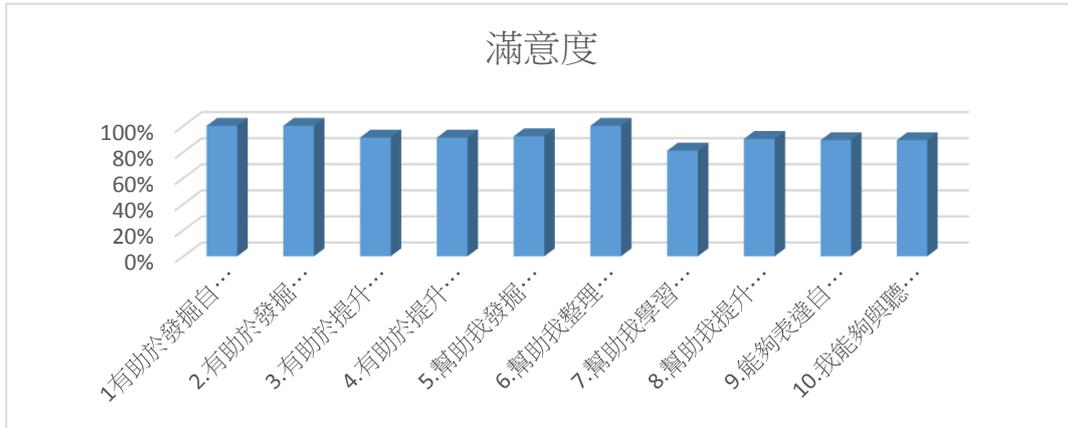
2.滿意度問卷有五面向：發現自己

內外優勢、人際互動技巧、疾病自我覺察、表達能力、分享故事技巧。**滿意度問卷統計分析**：整體滿

意度達92%，其中課程對提升表達能力及應對技巧，仍需要較多時間練習。

陪伴同行～活出精彩的人生

3.滿意度統計：



(二) 培力階段質化效益

1.成員回饋

1-1、我喜歡自己的哪些優點呢?為什麼?

喜歡服務人群、善解人意、喜歡聽歌及唱歌。喜愛運動、語文能力不錯、喜愛小孩。喜歡幫學員訂餐、做公車時會讓位給老人坐。細心、有責任心、做事用心。喜歡閱讀，吸取新知識並站在巨人的肩膀看世界開闊視野、好奇心旺盛。心地善良、真誠、誠懇、樂於助人、有領導能力。

1-2 的過程中，我做了哪些有助於復元的行動呢?

認識自己，接受自己，宗教信仰。自我察覺，站在別人的立場而想。與障礙對抗，與障礙共存，超越障礙。去學習突破和改變。正向的自我概念，熱誠的建

立生活目標，參與社區復健中心。建立病識感，按時服藥。學習開朗，與人溝通，脾氣要克制，與障礙共存。

1-3、如果一位仍受疾病困擾的人向您請教復元的方法，你會建議哪些復元的觀點或行動呢?

困難和挫折時不要擔心，只要勇敢走過去就不會被打敗。雖然踢足球受傷了，只要有信心及勇敢還是敢踢。思想不要太執著固執，改變想法，可聽音樂、畫畫、種種花草等。正向的心情讓我們有好的情緒，興趣讓人生活有重心。穩定吃藥和適量運動都有幫助康復。

(三) 外展階段效益

1 完成復元故事：8 篇

| 篇數 | 故事主題 | 作者 |
|----|-----------|------|
| 1 | 永不放棄的小丸子 | 小璇 |
| 2 | 如鷹展翅上騰 | 小玲 |
| 3 | 我與憂鬱症相伴 | 小惠 |
| 4 | 相信自己是可復元 | 小杏 |
| 5 | 我的生命故事三部曲 | 旗津女孩 |
| 6 | 幫助我發光發熱的人 | 小朱 |
| 7 | 認真生活 | 小娟 |
| 8 | 掙脫憂鬱枷鎖 | 小慈 |

2. 外展方式與場次

| 外展方式 | 場次 | 復元 甜心 | 參與 人數 |
|----------------|---|----------|----------|
| 社區 | 4 國家衛生研究院 運動活化啟動夢想 全國健心盃才藝交流 協會親子活動 | 6 | 1000 |
| 校園 | 4 樹德科技大學 輔英科技大學 | 8 | 229 |
| 電台 | 3 高雄教育電台 | 3 | |
| 網際 社群 | 5 官網、臉書 | 5 | |
| 支持 關懷 服務 | 3 到宅訪視個案 | 4 | 6 |
| 合計 | 19 | 26 人次 | 1235 |

3. 2018 國衛院論壇研討會

復元甜心將生病心路歷程，刊載在網址

http://vod.nhri.org.tw/seminar1/20180623/20180623_forum.html



2018 國家衛生研究院論壇研討會
精神病人社區照顧需求探討及評估

研習時間：2018年6月23日(星期六) 研習地點：臺北市立聯合醫院松德院區3樓英莖講堂
 主辦單位：國家衛生研究院
 協辦單位：台灣精神醫學會、社團法人中華民國康復之友聯盟

4. 高雄教育電台-復元甜心將生病心路歷程

陪伴同行～活出精彩的人生

高雄教育廣播電台網址<https://www.ner.gov.tw/program/>

5a83f4e9c5fd8a01e2df00c9/5b890c26593b1300059ebafc



5.校園宣導回饋

本活動讓我能以不同的眼光看待精神疾病患者。能否舉例不同之處？

* 搭公車時經常遇見一位自言自語的女生，以前覺得很吵、很煩，經過這次講座，更能體諒他的處境。

* 以前我認為精神病會做出傷害人的事情，聽此講座，改變一些想法。

* 其實他們也有可能是我們學習力量，不應以歧視眼光看待他們。

* 要康復很不容易事情，他們很努力。這個活動可以帶給他們改善的話，一定要多多舉辦。

* 你的分享讓我了解不放棄自己，只要肯努力就會得到回報。

* 聽完你的演講之後，讓我覺得每個人都可以有夢想。

* 傳達給我很多的正面能量，不管任何事都要勇敢面對，不放棄。

* 加油「Life makes life for live」。你們的經歷真的很特別，許多人會虛度光陰，不懂的珍惜每分每秒，包括我自己也是，是你們讓我知道，再次認真看待 * 想做的事，把握當下，謝謝你們。

* 很厲害!不管發生什麼事，都能把生命活得很精彩。

陪伴同行～活出精彩的人生



(一) 社會人士影響力

1. **改變對精神病人刻板印象**：藉由與社會大眾面對面的實際接觸，進而了解精神障礙者的樣貌，非媒體所報導社會事件描述的樣態。

2. **學習正面力量**：接觸精神疾病，了解因長期受症狀干擾，力求疾病穩定，努力過生活，啟發社會人士，勇敢面對生病歷程或生活的挫折。



(二) 復元甜心影響力

1. **了解復元 (recovery) 意義**：康復之路是需與疾病共存，可能面對疾病的起起伏伏，卻仍活出自我。

2. **尊嚴、自信的重建**：分享復元故事有二位成功就業，目前仍在職中。

3. **改變自我汙名**：罹患精神疾病是精神障礙者生命中的「痛」，當他們可以將生病的經驗轉化為助人的能量，此「痛」成為精神障礙者生命中寶貴的財富。

(三) 專業人員影響力

讓專業人員著重優勢看到的是「可能性」而不是問題、「選項」而不是「限制」、「安康」而不是「疾病」

(Modrcin ,Rapp,Chamberlain,1985)。

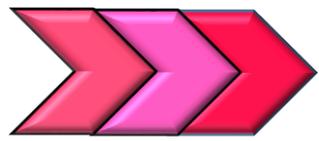


(四) 影響力的擴散

1. 義守大學企管系的學生，協助拍攝二部復元故事影片，學生從未接觸過精神障礙者，透過製作影片過程而了解...

2. 經由影片、文字、談話，透過電台、網路、臉書等連結、播放、分享，漸進影響社會人士。

3. 由專業人員陪伴康復者投入復元工作，透過陪伴、支持精神障礙者，亦運用生病故事與社會大眾分享，將此的串聯轉化為正向的循環，締造友善社會的光景。



圓心工作坊



一、服務目標

社會局評鑑 90 分。服務人數 23 人，總服務 3,713 人次

提供「作業活動」訓練，提升工作態度及作業能力。提供「健康支持」活動，強化自立生活能力。藉由「人際關係」課程，提升社交能力、促進親子互動。藉由「社會參與」活動，促進心智障礙者與社區民眾的認識與互動，建立與社區民眾的友善關係，進而營造一個包容的環境，並藉此認識、學習搭乘公共運輸系統，支持心智障礙者走入社區。



二、體適能效益

- 1.本年度「體適能活動」共辦理 48 場次，共服務 768 人次，參與總人次達成率為 105%。
- 2.本年度「瑜珈課程」共辦理 33 場次，共服務 555 人次，參與總人次達成率為 193%。
- 3.經比對服務使用者體能狀況前後測顯示，「體適能前後照對測」體能狀況提升者占 74%。評估項目如下「體重」成功減重者占 90%，「上肢柔軟度」提升者占 66%、「下肢柔軟度」提升者占 65%、「上肢肌耐力」提升者占 74%、「下肢肌耐力」提升者占 65%、「心肺有氧耐力」提升者占 82%。





三、電腦社團

透過教保員安排由淺入深之電腦系列課程，使作業者對於電腦有基礎概念，近而學習打字等技能，共進行 40 次，總服務人次為 520 人次。

四、代工作業

代工項目有「**螺絲組裝、紙類加工**(如筆記本包裝)」等兩個品項，透過協會職能訓練師協助進行工作分析、教保員輔具製作等方式，協助服務使用者自行或分組完成代工作業；經反覆練習，95%服務使用者代工技能支持程度降低，可自行完成代工項目，有 5%服務使用者可由同儕支持完成代工項目。



攝影社



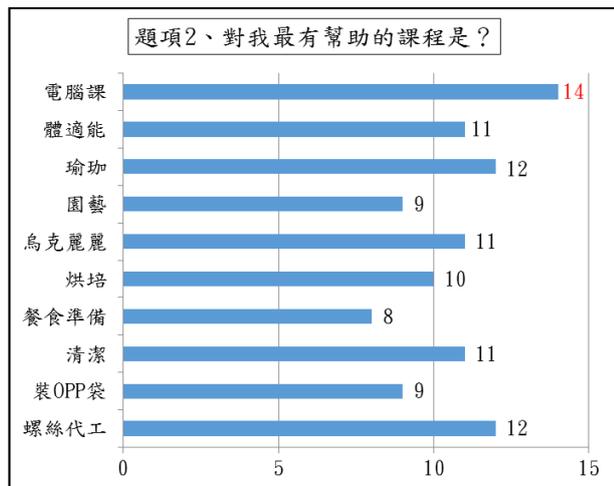
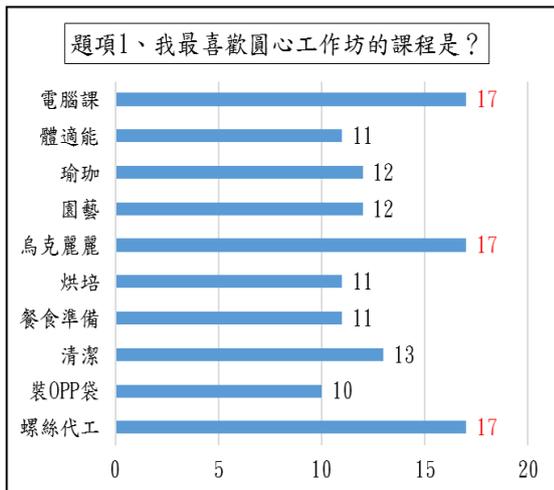
英語社

透過每週一次自主活動時間，使作業者開會自行選擇想參與之社團，每半年開會討論是否變更參與社團，活動課程每季重新策劃一次，今年社團內容有**攝影、桌遊、英語**等。



備餐作業

圓心工作坊



作業者服務滿意度自陳調查，作業者最喜歡的活動及課程是「電腦課、烏克麗麗課、螺絲代工」；對自己最有幫助的課程是「電腦課」；在圓心工作坊有問題時主要會去詢問「工作人員」；當自己有不滿或想表達想法時，大多數人皆認為「可以舒服表達自我想法」；且在圓心工作坊內參與課程及活動，「可以自己決定」；而在圓心工作坊內，今年度學習到最多的新技能是「清潔」，而在「電腦課」學到最多的新事物。



執行檢討

ISP 與休閒活動個別目標相呼應

107 年度主要規劃重點為服務使用者之 ISP 策略擬訂及支持方式確立，但與休閒課程中個別目標設定較缺乏連結，故明年將以此為目標，以期使服務使用者有更完善之服務。





服務人數 36 人。總服務 9,663 人次。

體適能為多元體能活動，加強學員心肺耐力、柔軟度、肌力與肌耐力、體重控制，課程的安排並參考改變階段理論，分為 5 階段並配合體適能訓練項目(心肺適能、肌力與肌耐力、柔軟度)，運動種類足球有氧瑜珈、健走、羽球、游泳...等)。每年參加「心滿意足復康盃」足球賽。

健康舞蹈社團：

社區老師提供舞蹈、肢體律動的教學，活化學員的腦力，促進身心靈健康，且每年參加全省健心盃才藝交流比賽，榮獲佳績，經常受邀參與社區活動的表演，達到去汙名與社區融合效益。



社區生活化之多元復健

包含護理衛教團體、心理健康促進活動、生活教育團體、身心舒壓活動等，強化學員人際互動、認識疾病、規律門診、服藥、改善社會功能、增加日常生活技能。