

# 演慈康復之家 奇岩康復之家 季刊 第九期

第九期。季刊。APR,MAY,JUN 2010

歡迎至我們的網站回顧每一期的季刊！

各期主題：

- 1.演慈康家與奇岩康家的發展與未來
- 2.擺脫「醫療化」魔咒社區復健才有活路
- 3.評鑑機制的邊際效益正快速遞減中
- 4.精神復健—以復元取向的社區照顧模式
- 5.批判評鑑的妥適性與精神醫療的病態發展
- 6.打擊「社會排除」引導精障者回歸社會生活
- 7.在真實情境中學習—引發改變與成長的曙光
- 8.精神復健機構評鑑制度的反思

1

發行者：羅美麟

編者：羅康云

行政電話：(02)2891-3688

傳真電話：(02)2890-8613

聯絡地址：台北市北投區中央南路一段136號

網址：<http://yeantsy.myweb.hinet.net>

<http://chiyen.myweb.hinet.net>

部落格：<http://blog.xuite.net/chiyen105/blog>

E-mail：[chiyen-mic@umail.hinet.net](mailto:chiyen-mic@umail.hinet.net)

出版日：2010年3月30日／星期二

## 精神復健機構建置「類會所模式」之初探

羅美麟 / 本康家工作團隊大家長

以下是精神復健當今最夯的觀點：「生命為自己負責」、「專注於精障者個人目標、喜好與生活的抉擇」、「迎向真實世界的生活」、「聚焦於個人的強項能力的發揮」、「在實境中進行生活技能的訓練」、「社區生活的整合」、「型塑一個支持性的環境」、「持續性的支持系統」、「復健的進展與藥物治療的接合」等等構面，乃是許多文獻資料涉及關於精神復健的重點，以及此領域的專家學者普遍認同的精神復健的基本觀念與原則，觀覽台灣精神復健現況，「精神疾病失能者」仍舊普遍停留在機構化照顧機制的環境裡，急、慢性病床一如過往透過近親繁殖，操作著旋轉門式之療養照顧，而某些「社區復健機構」亦換湯不換藥地延伸病房的服務，以及晚近出現因評鑑制度的失當而誘發的「新機構化現象」精神疾病失能者整天在社區中遊盪，逛大街，無生活目標，沒有動機，竟日無所事事，不必為生活付出或對自己生命做點什麼，生活成為閒聊、發呆恍神、抽菸、喝可樂的閉鎖體系。精神復健的目的是促進精神疾病失能者的復元，以及發展與強化其生活能力與實現其人生目標，而非促使精神疾病失能者更澈底的失能。

消費者（指精障者及其家屬）需要怎樣的精神復健服務，業者又能提供怎樣的復健服務，業者被許可提供怎樣的復健服務，而怎樣的復健服務才能有效引導服務使用者走向復元與新生，社區復健在台灣，從啟蒙、觀念的啟迪與理念的發展，歷經二十個年頭，已走到極限，業者與從業人員知而不行者有之，仍舊懵懂者更有之，老一輩的精神疾病失能者已隨時光逝去，新一代失能者，是給他（她）一個機會，走向復元，還是一如過往，制度結構不仁，造成精障者更澈底的失能，他（她）又何其無辜再等二十寒暑，因此，精神復健這個領域，在台

灣急需典範的移轉與再造。移植自慢性療養院的評鑑設計，乃各專業領域妥協的產物，左右了復健服務的內涵，毫無理論依據，其標準化官式品質檢視指標，窄化社區復健走向與可提供的復健服務，無論精神復健工作者覺察與否，其結果皆限縮了社區復健場域「可提供」與「能提供」的服務，這是二十一世紀第一個十年台灣精神復健面臨的窘境。

筆者化身為精神復健服務使用者，透過精障同儕互動探究，以及從幾位復元者的經驗分享，勾勒出「類會所模式」的復健機構經營概念。社區化是目前的顯學，直接運用社區元素做為精神復健的材料是精神復健發展的必然走向，但精神復健的評鑑機制與設置標準卻阻礙這個發展的趨勢，甚至引導精神復健機構遠離社區，在社區邊陲蓋一座完全符合評鑑基準的孤立城堡。如何打破這個困局，筆者發想建置一個全新的「類會所模式」的精神復健機構經營模式，它的操作定義為以現有精神復健治療健保給付項目

「05402c 康復之家全日復健治療」為基調，融合康復之家（住宿型機構）與社區精神復健中心（日間型機構）的復健治療，以會所的形式運作，以「復健治療對象」與「方案」的聯結為運作的主體，貫穿整個復健治療歷程，形成「類會所」的操作概念；運用「類會所」當作社區復健「運作中心」，提供結合社區元素的復健方案（此為復健治療 - 05402c 的主軸）與不同型態的住宿服務方案（此非健保給付內容）；視個案復元歷程，由「類會所」評估，以案主意願為前題，安排至社區會所周邊，個別化隸屬「類會所」的團體家庭學習獨立生活，在真實的世界中建立社區生活架構（此為復健治療 05402c 的主要復健內涵之一，重點是學習獨立生活，團體家庭之安排非充要條件），以及參與社區中真實環境的準工作復健方案（此為復健治療 05402c 的主要復健內涵之

二）；或對於需要發展基本能力之治療對象，視個別狀況參與「類會所」所提供的各類發展與強化基本能力之個別方案，或（及）團體方案（此為復健治療 05402c 的主要復健內涵之三）。收案量採配額制，以經「類會所」復健成功在社區生活的結案量為參數來調整「類會所」收案之配額，讓「類會所」以其經營能力與效能展現恰如其份的樣貌。

【配額 =  $y = (b+c+x) \cdot d_n$ ；成立初始  $(b+c+x) = 20$ ； $b=10$ =會所內床位數； $c=10$ · $(c+x)$ =會所周遭社區隸屬會所之各團體家庭床位數加總（每個團體家庭人數 $\leq 6$ ）； $x=n$ · $n$ 為經「類會所」復健成功結案，在社區生活之人數，成功結案個案須脫離精神復健治療與慢性療養健保給付（不含急性短期住院及門診就醫治療），並符合復元的定義，以健保 ID 卡追蹤確認，超過三年成功在社區生活之個案，視為永久成功個案； $d_n=1$ ，為「類會所」成立三年內無成功結案實績，第三年起逐年遞減配額之人數】

精神復健機構「類會所模式」的導入、發展與實施，非此篇短章能盡言，需要專章詳述。總之，台灣精神復健領域，其發展的軌跡，遍地烽火，罵聲連連，千夫手指，愛之深也責之切，在承載了歷史共業中，完成許多階段性任務；一路走來韋路藍縷，於今，全面醫療化的制度設計，許多措施悖離精神復健的基本觀念與原則，面臨此制度性閹割與發展的困境，看似台灣精神復健已走到盡頭，然而行到水窮處，何嘗不就是風起雲湧變革的契機，期盼未來精神復健機構「類會所模式」能建置完善，創造最大的復健效能，為社區精神復健的發展建構無限可能！

## 活力精彩



↑ 98/12/26 歲末家屬座談會暨聖誕土耳其之夜，邀約到社區中數個土耳其家庭為我們籌辦土耳其式的聖誕舞會，不但有道地的舞蹈與音樂互動，更有脫口秀與專業魔術達人的精采表演！

99/2/8 農曆新年快到了，我們一家子一起去迪化街逛年貨大街，不但試吃了好多產品，也買了自己喜歡的東西，人超多超熱鬧的！→



↑ 99/2/6 奇岩康家所有的股長一起出來聚餐吃尾牙，吃完飯後大家一起討論今年住民生活公約的修訂。



↑ 99年2月國軍北投醫院的張醫師帶實習生來奇岩康家做參訪。

↓ 99/2/13 除夕拜拜迎新年



↑ 99/2/24 媽祖誕辰遶境

↓ 99/2/26 接受派遣工作前往桃園機場接一整天的 case →





## 幫助奇夢子夢想成真

人因有夢想而充滿鬥志，因實現夢想而滿足。

每個人在年輕的時候都有夢想，但是成年之後進入社會與現實接觸，夢想逐漸調整成合乎現實的理想。在人生的階段由小的理想開始，逐步實踐。幸運的人實踐得較多，但也只有少數人能達到心理學家 Maslow 所提「需求層次論」的最高境界—自我實現。運氣不好的人如果願意妥協，也能從生活中去實踐小小的理想，找到樂趣。

然而，大多數的奇夢子卻因精神病症狀（妄想、幻聽、難專注、記憶力差、認知障礙等）、適應功能發展失調（許多人第一次發病時在青春期的，所以人格發展尚未完成…）、家庭支持體系脆弱（不少家庭有一位以上的身心障礙者、家庭經濟狀況較差…）等問題，讓他們的夢想難以成真。

為了幫助奇夢子圓夢，作者自去（98）年元月起，在演慈、奇岩康復之家隔週帶領「職能成長團體」。職能涵蓋範圍廣，作者對團體成員不挑選也不排斥，接納大家庭的每位成員，或多或少、或快或慢、或主或輔，在成長的路上前進。

每次團體的進行，作者先介紹一個感性的故事帶出主題，吸引大家的興趣、加深大家的印象。其次，用深入淺出的道理，充實大家的知識，由知性層面支撐主題觀念的重要。再引導彼此分享經驗或感想，企

圖理性地改變大家的觀念與往後的行為或作法。

每次團體有一個主題，但前後次的主題環環相扣，主題從淺顯逐漸深入。以下就奇夢子的轉變作說明：

1. 從原先對家人抱怨到**學習認命**：許多奇夢子覺得家人虧欠他們，長久相互傷害，或是以自暴自棄來報復家人，如此只是造成兩敗俱傷的惡性循環。惟有認命、放下、不再依賴家人，才有學習站起來的動機。
2. 從逃避現實到**想要長大**：有的奇夢子較為幸運，有家人有能力也願意為他們付月費、定期接受他們回家探望。但是父母會老、會病、會往生；手足成家有一代之後，原本對奇夢子的關心可能會變弱或力有未逮。應趁著家人還沒放棄自己時，以成長、獨立來回報家人。
3. 從認為多吃就是幸福到**理性地進食**：背景是中低收入家庭的奇夢子來到康復之家，以吃得很多來得到滿足。但是吃得過多的後果是身材走樣、動作不夠靈活、健康出現紅燈，需要從健康教育、營養衛教、體適能概念、職業基礎能力等面向，轉變成理性地進食。
4. 從批評與磨擦中**學習包容與鼓勵**：有的年紀很輕的奇夢子有一些不成熟的言行，在團體中有時產生小

衝突。主席不直接介入，給團體成員自己平衡的機會。但是利用會後作個別輔導，逐步提升奇夢子的心智成熟。

5. 從盲目找工作到**找到合適的工作**：有的奇夢子只要有「事求人」的機會，就勇敢地去爭取，團體不波她冷水，但每次都告訴她哪一點不適合她。終於在一年後她找到兼職的工作，多餘的機會還可以提供給其他奇夢子。
  6. 從看優點忽略缺點到**明示缺點要改**：尼采說：「受苦的人，沒有悲觀的權利。」要多看奇夢子的優點，才能鼓舞他們的士氣。不要用大量的缺點壓垮他們的鬥志，當遭遇挫折時，再分析出當下最需改進之處為何。許多簡單的工作，並不需要太多的能力。在「做中學」的過程，能力被提升了之後，再去找更高層次的工作。
  7. 從待作者如長官到當作**良師益友**：正如孩子對天天相處的父母在一起，有時會有些不太敢說的話，卻能放心地跟作者說，因為作者通常不作批判者。奇夢子們從一開始待作者為督導長官，轉變視為良師益友。
- 「職能成長團體」已經進行了一年又一季，以上僅是奇夢子改變的部分，我們會一直朝著實現夢想而繼續努力。

## 原創地帶

無論是心情寫真，隨筆創作，這裡提供了一個讓住民朋友發揮藝術細胞的地方



↑無住生心／水彩 ©張玉怡

在我心中，一直有一個連我自己都害怕去想的地方，那就是生我養我的地方——我的家。說實在，叫我提筆寫文章容易，唯有談到這兒，那是比親親寶貝系列（註：作者有關出養女兒之心路歷程，請見第二、四、五、六、七、八期季刊）更令我心酸，因為一想到這個家，我的心情是

今天因為下著毛毛細雨的關係，所以派報工作暫停一天，不過我還是跟康家的志工團出門去關渡慈濟環保站做志工。今天在那裡看到一對小姐妹，姊姊約三歲，妹妹約一歲多，看到這兩位小小志工，不禁讓我想起芊芊（編按：作者之女，出生四個月後出養至荷蘭，現齡約兩歲多）。我發現其實我好像從未替我的小芊

## 親親寶貝 連載第七集

◎ Kitty

芊做過什麼事，頂多只是物質方面，不過那也只有短短四個多月，如今當我有能力可以為芊芊做些什麼時，她卻有可能永遠消失在我生命中，留下的只是四個月的回憶。

最近我正在為自己的人生做些改變，可是我不知道這樣改變對現在或未來的我好不好，可是不管怎樣我都不能讓芊芊丟臉，也不可能讓自己失敗，因為這次的出發關係到我自己是否有能

力恢復到過去未發病前的工作能力及獨立，所以我現在的每一步都小心翼翼地走。

我要讓芊芊知道，媽咪在精神、生理情況最差的情況生下妳，但是因為有了寶貝妳，才能讓媽咪不放棄自己，因為有了妳，媽咪才有目標去拚，只希望可以做個不讓芊芊丟臉的媽咪，讓芊芊驕傲的媽咪！

## 心靈深處

◎ Kitty

混雜著思念、心痛與怨恨，為什麼一個家會讓我有那麼多情緒呢？

先說怨恨吧！在我出生的家庭中，我排行老大，因為父母年紀有些差距，所以管教方式也有差別，而我所怨恨的，是母親不公平的對待。小時候不管父母為了什麼原因吵架，事後我一定會被母親責罵：「都是妳害的！都是為了妳，妳爸才會跟我吵，妳為什麼不去死！」這句話我從小聽到大，之後妹妹們相繼出生，當然母親

的疼愛似乎永遠輪不到我，有的只是當妹妹們犯錯時，作姊姊的出現當作母親棍下的替死鬼。這就是為什麼直到今天我想回家但也不願回去的主因。

當然，家中還有我想念的人，就是我爸爸跟最小的兩個妹妹。還記得我發病那年，就是我奶奶去世那年，全家族的人把老人家的死，怪到我身上，說我就是殺人兇手。你可以想像那時候的感覺嗎？說實話，那時候的我是一片空白

，後來爸爸告訴我，我那時只有呆呆的坐在靈堂前一直哭，其實我真的遺忘了。不過，我永遠記得的，是當時爸爸在大家指責我的時候保護我，當我每每受到母親打罵時他都護著我。我永遠都忘不了五年前當我決定離開家，爸爸眼中的不捨。不知道，現在爸爸的頭髮又白了多少？



↑無題／蠟筆 ©小安

換人。但我覺得，人因夢想而偉大，人一但沒有夢想，會像行屍走肉一樣；有了夢想，才會為了實現夢想而努力與成長，不是嗎？

## 夢想起飛

◎ Kitty

記得剛出社會時，因為年輕所以有很多理想及抱負，不過所謂的理想與抱負在當時的長輩眼中，都是年輕人的白日夢。但對於年少氣盛的我而言，都覺得那是一些要我們放棄夢想的言論，只會把它們當作放屁。那時候找了一群志同道合的朋友開始從打工做起，一兩年後存了一筆錢，在三重開了我們的

第一間店，白天我們有正當工作，夜晚來臨時，我們一個個都是一間卡拉 OK 的老闆。這段時間算是我人生的高峰時期吧！

現在跟當年一起打拚的夥伴在聚會閒聊，那對我們而言，都是想當年罷了。如今每個人都有了牽掛，不再是當年的毛頭小子了。現在，我要從零開始，心中倒好像回到過去，只是搭檔

四月 年度運動會  
五月 春季旅遊  
六月 端午包粽  
六月 夏季家屬座談會  
六月 第十期季刊發行

## 生活佈告欄



# 演慈康復之家 奇岩康復之家 十三年歷久彌新的獨門秘方

羅美麟 / 羅康云 整理

## ◎ 機構性質

本機構屬於「社區精神復健機構」，目的在為協助精神狀況穩定之精神疾病患者逐步適應社會生活，於社區中提供病人有關工作能力、工作態度、心理重建、社交技巧、日常生活處理能力等之復健治療（參考精神衛生法／第三條）。

## ◎ 機構特色

### ● 成立宗旨（以奇岩康復之家為主體陳述）

○ 宗旨：  
相信生命會找到自己的路，他人能協助的不過是偶而充當拐杖的角色，期盼能協助精障朋友找到屬於自己的復健之路。

○ 定位：  
奇岩康復之家致力於發展為一家住民自治與個別化的康復之家，工作人員充分扮演始能者的角色，使住民充權自發，成為一個不會受異樣眼光歧視的人。

### ● 獨家特色

#### ○ 3S 的獨立生活功能教育（以奇岩康復之家為主體陳述）

奇岩康復之家在進行獨立生活學習與訓練時，工作人員以低程度的介入，透過自主、自治、自覺的模式與原則，進行服藥管理、財務管理、健康規劃、烹飪學習、內務整理與家事學習、休閒生活…等獨立生活學習與訓練，並透過高度自治會議幫助住民朋友學習自我管理。



每週一次的家庭聚會是全體住民都要參與的重要會議，由住民主持、各幹部報告，決議家中大小事務。本圖乃民選戶長的交接儀式。

#### ○ 與社區結合的復健方向

唯有在真實的環境中互動，才能達到復健的功效。因此，所有的復健方案皆結合社區元素。主要的社區方案分為兩大類：**身心健康休閒方案**（體能、烹飪、園藝、音樂、休閒…等）與**志工角色復健方案**（環保、摺文宣、公園認養、社區導覽、康樂表演…等），以及發展中的**工作角色就業方案**。主要的特色就是復健的場域皆位於社區當中，並能夠融合當地居民，對於住民朋友成功邁向復健成功之路具有重大意義。



利用社區的各種元素、機緣，去創造住民朋友與環境有意義地互動的機會。本圖乃社區導覽志工向耕莘護校的同學導覽北投社區的留影。

#### ○ 強化住民主體性的工作方法

本機構努力於增強住民的能力與動機，創造真實環境中的刺激，引發住民朋友學習與改變的動力。以充權賦能的概念與住民朋友互動，透過最少而必要的干預，並站在陪伴與引導的角度發展「復元」的工作方法。重視發展住民之主體性，因此致力於促進個人的社會網絡：親屬支持網絡、同儕互動網絡與社區支持網絡。

**S 親屬支持網絡：**包含平時與家屬的電話聯繫，在社區的休閒活動亦經常邀約家屬參與；每月一次的家庭動力團體，連結家屬與家屬、家屬與住民、家屬與機構；固定寄送機構每季的季刊給家屬，包含了資訊提供與相關的家屬專欄；每半年一次的家屬座談會，主題設計豐富並有新鮮感，強化家屬與康家之互動。

**S 同儕互動網絡：**創造同儕互動的學習平台，促進每個住民朋友彼此之間的互動，製造互助合作的機會，增加彼此的合作性、友好度與信任感，催化家庭化的凝聚力與向心力。住民朋友主持的生活討論會中，工作人員零介入，展現高度的住民自治。

**S 社區支持網絡：**強化住民朋友對於社區資源的使用，諸如市場採買、公園運動、圖書館閱讀、交通工具使用、宗教場所…；引進個人與團體的外部志工；敞開大門頻繁地接受團體或民眾的參觀拜訪；與慈濟功德會建立緊密的互動關係（環保站、大愛媽媽班、歲末圍爐、歲末祝福、大愛台新聞採訪報導、大愛刊物文章報導、草根菩提紀錄片拍攝…）

## ◎ 服務對象

精神狀況穩定之精神疾病患者，且無自傷、傷人之虞，無嚴重之內外科疾病，願意配合就醫及服藥，願意接受復健治療，有行為能力，能遵守生活公約者。在本康復之家，對於服務對象統一以「住民朋友」稱之。

### ● 3S 核心價值（以奇岩康復之家為主體陳述）



#### ○ 工作人員無距離相處模式（以奇岩康復之家為主體陳述）

在奇岩康復之家的工作人員，都要學習當一個「笨媽媽」的角色，只要沒有立即性的危險，一般都不會直接幫住民朋友處理問題，盡量讓住民去發揮。工作人員站在陪伴者的同儕角度，鼓勵、支持、同理、傾聽住民朋友需求，建立夥伴關係，而非有上下階級的互動關係，共同建立情感豐富的大家庭。透過扮演同儕的角色，更能強化住民朋友的主體性。

#### ○ 賦權員工的領導模式

本機構的工作團隊屬於「學習型」的組織，所有工作成員參與問題的界定，持續創新、改變與改善，注重組織成長、學習與達成目標的能力，資訊共享。領導者創造愉快的工作氛圍，重視每位員工的聲音，信任員工的能力並充分授權，帶領員工一起學習，發展個人工作專長，體驗工作自我實現的高峰經驗，並採用「團體建構法」進行員工在職教育。

#### ○ 重視團體工作

持續在發展準治療性的團體工作技術，促進住民朋友的改變與成長。透過團體中的分享與討論，不但可以藉由同儕的力量促進住民朋友積極地與社區互動，更可以有效檢視週間住民朋友與社區互動的情況，共同成長。各式各樣的團體，包含社區生活輔導團體（每週一次／社工）、生活常規學習團體（每週一次／專任管理員）、社區生活適應團體（每月兩次／社工）、戒菸團體（每月兩次／社工）、職能復健團體（每月兩次／職能治療）、生活知能學習團體（每月兩次／職能治療）、家庭動力團體（每月一次／社工）等。



運用團體有意義的互動，不但可以促進住民產生自我改變的力量，更可檢視社區真實生活的情形並將其意義化。本圖乃社工帶領戒菸團體的情形。



創造真實環境中的刺激，站在陪伴與引導的角度發展工作方法。本圖乃住民自主主持澳門利民會前來機構參訪的座談會，住民不但是主角，更共同主導整個活動的過程。



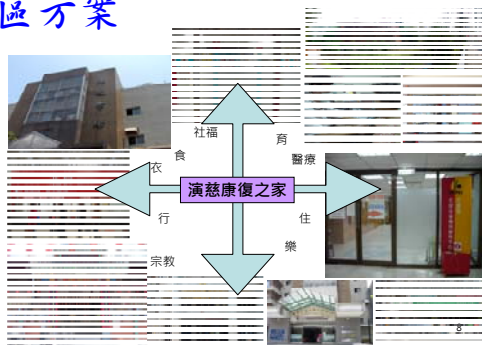
# 社區融合與資源開發

精復機構應取得並發展屬於自己獨特的社區資源與社區方案

羅美麟 / 羅康云

根據筆者多年的臨床實務經驗體認，唯有讓住民朋友在真實的環境中學習，才能有效地達到復健

的功效；然而現今多數的社區精神復健機構因為受到評鑑制度方向走偏之影響，以至機構走向與復元概念背道而馳。筆者了解到社區處遇模式的發展對於社區精神復健領域有相當重要的影響，因此整理了自身於臨床領域中發展之社區融合與資源開發的經驗，以期能夠為社區精神復健之發展帶來些許進益。



## 一、社區融合的概念

對康復之家的的工作員而言，康復之家的概念宜視其為住民朋友的家，為住民的一種集合體，或是一個「團體家庭」或「社區家園」的概念，而非一個「機構」的概念。社區融合指住民與其所處的環境的融合，而不是機構要跟社區融合，所以融合的主體是「住民」與「環境」的融合。而要怎麼融合，融合什麼東西，也就是融合的客體，指的是融合的內容、關係的建立、脈絡、交換的條件、熟悉度、互動的方式、接受度...等。更進一步把社區融合的主體「住民」與「環境」看成是資源的一種型態，社區融合也就是資源的融合與流通，「我」是社區的資源，整個社區為「我」所用。達到此水乳交融的境界需要一些努力，首先要以開放的心胸，不要有任何防衛，勇於嚐試，與人為善，漸得到他人的認同，其次抱持著「吃虧就是占便宜」的心態，才能與社區建立起良好的互動關係。所有的復健方案更要與社區結合，如此不但能夠增強住民的能力與動機，創造真實環境裡的刺激而引發學習與改變的動力，要言之，社區融合的歷程就是復健的歷程，也就是精障者復元與新生的歷程。此融合的歷程中更能夠促進住民發展個人的社會網絡，包含親屬支持網絡、同儕互動網絡與社區支持網絡的發展，皆是強化住民主體性的重要枝幹。

門戶開放無疑是社區融合的第一步，能做到百分之百門戶開放的康家，就已經邁向成功的一半了！但是，難道社區融合的概念僅只於打開大門讓住民在社區中漫無目的的遊走（wander）嗎？事實上，真正的「社區融合」應是住民與社區進行有意識與目的性的一種互動。這種互動，本康家以積極的發展「團體工作」來檢視其互動的成效，透過團體中的分享與討論，不但可以藉由同儕的力量促進住民朋友積極地與社區互動，更可以有效檢視週間住民朋友與社區互動的情況，共同成長。

## 二、社區資源開發經驗

社區資源開發的背後隱藏許多不為人知的努力，因為社區資源是一種互動互惠的關係，貿然使用資源而不付出，只會成為加深社區拒絕我們的劊子手，因此在開發資源時，必須小心謹慎，別讓社區對我們產生不好的印象與誤解。

社區資源其實就是人緣、地緣、機緣的聯集，應在可觸得的範圍中取得並發展屬於自己獨特的社區資源與社區方案。而本康家發展的社區方案類別分有敦親睦鄰、學術研究與教育實習、精障領域團體聯誼互動、宗教團體、家屬資源連結、引進志願服務、相關領域公會／協會／學會參與...等。

### ◎ 敦親睦鄰參訪類

對於外界人士提出想來康家內部作參訪的邀求，本康家抱持著大膽面對、勇於接受的心態，不僅被動的接受參訪，更主動出擊舉辦各種茶會活動邀請客人前來參觀，或是主動前往各類型的機構參訪，如此才能創造出更多機緣，幫助社區資源的開發。例如過去本康家在舉辦敦親睦鄰下午茶會時，曾與喜願麵包結合，主辦了一場「動手做麵包，分享我的故事」的主題性茶會，高達 38 位來賓至本康家內部共襄盛舉；陽明大學十字軍精醫隊學生亦每年都會出團至本康家與住民朋友共同籌劃下午茶會；英國利民會澳門分會 20 餘位專業人員也曾經透過網站了解本機構，進而與我們連繫參訪。



### ◎ 精障領域團體聯誼互動類

如果社區中有舉辦任何相關的活動或比賽，諸如各類體育（鳳凰盃等）或才藝競賽（健心盃等），或是相關機構有互動參訪的機會，我們都會盡量參與，期待能夠透過這樣機會能夠有更多的聯誼與互動。



### ◎ 學術研究與教育實習

無論是提供學術研究需要邀請住民參與問卷調查，或是社工、護理、職能、醫學...等學生參訪，亦或與大專院校合作成為社工實習機構，甚至與衛生署合作成為相關職場教育訓練之實習機構，我們以正面的心態接受外界到機構內部作學術研究與教育實習。一般機構對於開放參觀多少有些擔憂，因為外界不了解精神障礙復健領域的獨特文化或脈絡，常帶著自己的價值觀與想像，容易對機構產生誤解；對於此種情形，我們運用會後討論澄清的動作，來幫助外客釐清事實與真相，降低外客帶著誤解離開的情況。

### ◎ 宗教團體類

北投社區本身宗教的資源相當豐富，這裡我們特別整理與慈濟功德會建立的資源關係。起初我們僅有在環保站擔任志工，剛開始從關係的維繫互動到場地的清潔，背後著實做了不少努力，才漸漸建立起互相信任的基石，到後來，慈濟只要有舉辦適合的活動，如大愛媽媽班、歲末圍爐／祝福...等，都會邀約我們參加，甚至透過大愛台新聞、大愛刊物文章對我們作相關報導，草根菩提的紀錄影片拍攝亦與我們作結合。



### ◎ 家屬資源連結類

平時就要建立與家屬的良好互動關係，諸如平時的家屬電話聯繫、社區活動邀約（如登山健行、運動會、志工活動...）、每月一次的家庭動力團體、每季季刊資訊提供與家屬專欄、每半年一次的家屬座談會...等。家屬座談會當中，我們每次都會發展不同的主題，吸引家屬的熱烈參與。



### ◎ 引進志願服務類

志工的資源多半依靠地緣或人緣，我們目前有的社區志工資源相當穩定，而且種類繁多，包含活動類、庶務類、義剪類...等。



### ◎ 相關領域公會／協會／學會參與類

我們自 2008 年 3 月開始發行本康家之專屬季刊，其中對於推廣社區精神復健做了很多努力，並積極的參與相關的協會與學會，如全國康復之家聯誼會、台灣社區精神復健發展協會、台灣心理衛生社工學會...等。



## 三、本康家之社區融合復健方案

本康家的社區融合復健方案依性質分為兩大類：身心健康休閒類與志工角色復健類。身心健康休閒方案包含了體能類、烹飪類、園藝類、音樂類、休閒類...等。而志工角色復健方案包含了環保類、摺文宣、公園認養、社區導覽員、康樂表演...等。

## 四、社區資源之永續經營

社區資源是一種願意努力就會有巨大效益的投資，或許投資的初期會花很多心力，但只要腳踏實地一步一步的往前走，漸漸的，資源就會越滾越大，遍地開花。

