

學員調查問卷

各位好！

首先感謝您協助填寫此份問卷，這項調查是想了解您的康復程度和影響您康復的因素有哪些。透過這些資料的蒐集，可以讓專業人員更瞭解精神障礙者目前的處境，進而提供專業人員未來規劃服務的參考，期待有助於各位未來的復元旅程。我們相信每個人都是獨一無二的，所處的狀態也有差異，因此下面的問題都沒有絕對的答案，請依照您自身的狀況填寫即可。另一方面，我們想強調的是您的個人資料都是匿名處理，並且僅作研究分析之用，在報告中是以整體的資料呈現，不會暴露個人的隱私，請您放心填答。再次感謝您的參與，也祝福您未來的人生旅程順利平安!!!

若有任何疑問可與我們連繫，連絡電話：(02)29370036。

宋麗玉 教授 敬託

國立政治大學 社會工作研究所

一、學員基本資料

1. 性別：☐ (1)男 ☐ (2)女

2. 出生年月日：民國（前）____年____月____日

3. 教育程度：

- ☐ (1)不識字 ☐ (2)小學（肄）畢 ☐ (3)國（初）中（肄）畢
☐ (4)高中（職）（肄）畢 ☐ (5)大專（肄）畢 ☐ (6)研究所以上

4. 婚姻狀況：

- ☐ (1)未婚 ☐ (2)已婚或同居 ☐ (3)離婚 ☐ (4)分居 ☐ (5)喪偶

5. 您第一次發病時是幾歲的時候？____歲

6. 根據醫師告訴您的，您得的是哪一種精神疾病？_____

7. 您發病以來總共全日住院過幾次？____次

8. 您最近兩年內總共全日住院過幾次？____次

8.1 您最近兩年內總共全日住院幾個月？____月

9. 您近半年來有定期服用精神藥物嗎？☐ (1)是 ☐ (2)否

10. 過去一個月當中，有多少時候你有下列感受？請在「從未」(1分)到「總是」(6分)之間勾選一個符合你的狀況的答案。

	從未	偶爾	不常	有時候	常常	總是
1. 覺得自己是一個容易緊張的人	☐	☐	☐	☐	☐	☐
2. 感到平靜與平和	☐	☐	☐	☐	☐	☐
3. 感到悶悶不樂和憂鬱	☐	☐	☐	☐	☐	☐
4. 覺得自己是一個快樂的人	☐	☐	☐	☐	☐	☐
5. 覺得沮喪，沒有任何事可以讓自己開心	☐	☐	☐	☐	☐	☐

11. 您是否有其他健康方面的疾病？____1=是(請繼續填11.1) ____2=否

11.1 若有，請填寫病名：_____

12. 您現在與誰住在一起？

- ☐ (1)家人 ☐ (2)其他親戚家
☐ (3)朋友家 ☐ (4)康復之家
☐ (5)自己住 ☐ (6)其他 (請說明：_____)

二、復元狀況量表

接下來的題目是想了解你怎麼看待自己的康復情形，每個人的精神疾病康復道路都是一個獨特的過程，因此這些題目沒有絕對的對或錯的答案，請仔細閱讀(聆聽)每一題的內容，並依照你自己的實際狀況在四個選項(從未、偶爾、有時、經常)中勾選最接近您的狀況的答案。請放心和安心回答，每題只選擇1個答案；並請務必回答所有的問題。

請問您在過去這 <u>半年以來</u> ，下面這些情形或感受出現的程度？	從未	偶爾	有時	經常
1. 我相信只要努力治療或復健，我的精神症狀有好轉的可能。	☐	☐	☐	☐
2. 我相信有一天我可以和一般人一樣。	☐	☐	☐	☐
3. 儘管還是有精神症狀，我相信未來我還是有機會可以發揮自己的能力。	☐	☐	☐	☐
4. 我願意利用一切可能的方法來改善我的 <u>症狀</u> 。	☐	☐	☐	☐

請問您在過去這 <u>半年以來</u> ，下面這些情形或感受出現的程度？	從未	偶爾	有時	經常
5. 我願意利用一切可能的方法來改善我的 <u>生活</u> 。	☐	☐	☐	☐
6. 我靠自己的努力來改善我的症狀。	☐	☐	☐	☐
7. 我努力照顧自己的 <u>生活起居</u> 。	☐	☐	☐	☐
8. 我努力讓自己的生活更豐富。	☐	☐	☐	☐
9. 我可以為自己的行為和決定的結果負責。	☐	☐	☐	☐
10. 我試著用一些方法來改善我的生活狀況。	☐	☐	☐	☐
11. 我試著用一些方法去面對別人異樣的眼光。	☐	☐	☐	☐
12. 我試著用一些方法去尋找自己的發展機會。	☐	☐	☐	☐
13. 儘管我有精神症狀，我還是肯定自己的價值。	☐	☐	☐	☐
14. 儘管我有精神症狀，我還是有能力去完成事情。	☐	☐	☐	☐
15. 儘管我有精神症狀，我還是可以安排自己的生活。	☐	☐	☐	☐
16. 我喜歡我自己現在的樣子。	☐	☐	☐	☐
17. 我開始思考怎樣讓自己的生活過得更有意義。	☐	☐	☐	☐
18. 我的精神疾病讓我學習到一些事情。	☐	☐	☐	☐
19. 儘管有精神疾病，我仍然可以努力尋找自己的生活目標。	☐	☐	☐	☐
20. 儘管有精神疾病，我仍然可以重新找到自己的生活重心。	☐	☐	☐	☐
21. 當我做事情的時候，我知道自己想要達成的目標是什麼。	☐	☐	☐	☐
22. 當我做事情的時候，我可以思考一些狀況並且做決定。	☐	☐	☐	☐
23. 儘管有精神疾病，我還是可以嘗試新的事物。	☐	☐	☐	☐
24. 儘管我現在的狀態不見得都符合我的期待，我相信未來可以比現在更好。	☐	☐	☐	☐
25. 我對於自己的未來抱持樂觀的態度。	☐	☐	☐	☐
26. 我可以運用自己的能力或是他人的幫忙來克服我的 <u>精神障礙</u> 。	☐	☐	☐	☐
27. 我可以運用自己的能力或是他人的幫忙來消除 <u>社會的誤解和歧視</u> 。	☐	☐	☐	☐
28. 只要我努力，我就可以達成我想要的目標。	☐	☐	☐	☐
29. 我知道如何和別人說話或交往。	☐	☐	☐	☐
30. 當我有需要時，我的 <u>家人、親戚或朋友</u> 會幫助我。	☐	☐	☐	☐
31. 當我的 <u>家人、親戚或朋友</u> 有需要時，我會幫助他們。	☐	☐	☐	☐

請問您在過去這 <u>半年以來</u> ，下面這些情形或感受出現的程度？	從未	偶爾	有時	經常
32. 我嘗試去認識一些新的朋友。	☐	☐	☐	☐
33. 我會出去參加 <u>社會活動</u> (如逛夜市、花市、看電影、聽演唱會等)。	☐	☐	☐	☐
34. 我會去參與 <u>社團</u> 的活動(如到教會作禮拜、佛堂活動、交際活動、郊遊等)。	☐	☐	☐	☐
35. 我在家中有一定的職責和事情要做。	☐	☐	☐	☐
36. 整體來說，我覺得自己不錯。	☐	☐	☐	☐
37. 整體來說，我過著如一般人的生活。	☐	☐	☐	☐
38. 整體來說，我內心感到平靜。	☐	☐	☐	☐
39. 我不會感到孤單。	☐	☐	☐	☐
40. 整體來說，我對於目前的 <u>生活安排</u> 感到滿意。	☐	☐	☐	☐
41. 整體來說，我對於自己目前 <u>所擁有的人生</u> 感到滿意。	☐	☐	☐	☐
42. 整體來說，我過著快樂的生活。	☐	☐	☐	☐
43. 儘管有精神症狀，我認為自己還是可以幫助別人。	☐	☐	☐	☐
44. 如果有機會，我願意幫助有需要的人。	☐	☐	☐	☐
45. 我經驗到幫助別人是快樂的事。	☐	☐	☐	☐

三、心理內在力量

以下的問題是關於您在面對困難或壓力時的反應，這沒有標準答案，請依照您的狀況回答。

項目	非常不同意	不同意	普通	同意	非常同意
1. 在經歷困難的時刻之後，我通常能夠很快地站起來繼續往前走。	☐	☐	☐	☐	☐
2. 我很難面對和處理壓力的事件。	☐	☐	☐	☐	☐
3. 在經歷壓力事件後，我不需要很久就能恢復一般的生活。	☐	☐	☐	☐	☐
4. 當不好的事情發生時，我很難恢復正常運作。	☐	☐	☐	☐	☐
5. 我通常可以輕易地走出難關。	☐	☐	☐	☐	☐
6. 我通常要很久的時間才能克服生活中的挫折。	☐	☐	☐	☐	☐

四、社會支持

1. 當我們面臨一些問題或困難時，我們常會尋求家人或親戚的幫忙，請問您在過去這半年以來，您的家人或親戚給您的協助有多少？請勾選適合您的答案。

項目	從未	偶爾	有時	經常
1. 提供工作方面的協助（例如：寫履歷、找工作等）	☐	☐	☐	☐
2. 提供活動方面的協助（例如：尋找、報名、參加活動等）	☐	☐	☐	☐
3. 借給我東西或金錢	☐	☐	☐	☐
4. 提供我需要的資訊（例如：）	☐	☐	☐	☐
5. 陪伴我一起做事情（例如：外出吃飯、旅遊、看電影等）	☐	☐	☐	☐
6. 陪我聊天	☐	☐	☐	☐

2. 下列的陳述可能符合或不符合您的狀況，請勾選最適合您的答案。

項目	絕對是	可能不是	可能是	絕對不是	不適用
1. 我大多數的朋友都比我有趣（味）。	☐	☐	☐	☐	☐
2. 當我覺得寂寞時，有一些朋友可以和我聊天。	☐	☐	☐	☐	☐
3. 我經常和朋友碰面或者聊天。	☐	☐	☐	☐	☐
4. 我覺得朋友有聚會的時候並不一定都會找我。	☐	☐	☐	☐	☐
5. 對於我如何處理我的問題，沒有人可以給我客觀的意見。	☐	☐	☐	☐	☐
6. 假如我生病了，需要別人帶我去看醫生，我可能會找不到人幫忙。	☐	☐	☐	☐	☐
7. 如果生病了，我很容易可以找到人幫忙家事或工作上的事。	☐	☐	☐	☐	☐
8. 當我在處理個人問題需要別人提供建議時，我可以找得到人。	☐	☐	☐	☐	☐
9. 別人不常邀請我和他們一起出去。	☐	☐	☐	☐	☐
10. 我的大部份朋友都比我更能成功地改變自己的生活。	☐	☐	☐	☐	☐
11. 如果我必須出遠門幾個星期，要找到人來幫我照顧房子（如植物和寵物等），可能有困難。	☐	☐	☐	☐	☐
12. 沒有我可以信賴的人給我經濟方面的好建議。	☐	☐	☐	☐	☐
13. 我比大多數的人滿意自己的生活。	☐	☐	☐	☐	☐
14. 要找到人借我交通工具(如機車或汽車)使用幾個小時有困難。	☐	☐	☐	☐	☐

項目	絕對是	可能不是	可能是	絕對不是	不適用
15.我認識的人當中，至少有一個人的建議是我可以信賴的。	☐	☐	☐	☐	☐
16.我很難比得上我的朋友。	☐	☐	☐	☐	☐

3. 您現在是否有親密的伴侶？____1=是(請繼續回答 3.1 題) ____2=否 (請跳到第 4 題)

3.1. 請問您覺得過去半年內，當您有需要時，親密伴侶給您的協助足夠嗎？

☐ (1)相當不夠 ☐ (2)不夠 ☐ (3)尚可 ☐ (4)足夠 ☐ (5)相當足夠

4. 您有宗教信仰嗎？

☐ (1)無 (請跳到第5題)

☐ (2)有

4.1 您的宗教信仰是：

☐ (1)佛教 ☐ (2)道教 ☐ (3)民間信仰 ☐ (4)一貫道 ☐ (5)基督教

☐ (6)天主教 ☐ (7)回教 ☐ (8)其他 (請說明：_____)

4.2 請問您覺得過去半年內，當您有需要時，由宗教而來的支持(例如經文或同修的協助)足夠嗎？

☐ (1)相當不夠 ☐ (2)不夠 ☐ (3)尚可 ☐ (4)足夠 ☐ (5)相當足夠

5. 請問您覺得過去半年內，當您有需要時，機構中的復健人員給您的協助足夠嗎？

☐ (1)相當不夠 ☐ (2)不夠 ☐ (3)尚可 ☐ (4)足夠 ☐ (5)相當足夠

五、專業關係

以下的題目是想了解您對於所參加的這個復健機構的工作人員的看法和感受。請回想工作人員在服務您時，在下面各項目的執行程度。請以主要服務您的那位工作人員為回想的焦點，若是沒有特定的工作人員服務您，請以您接觸過的工作人員的一般表現來回答您同意他們有做到該項陳述的程度。

工作人員在服務我時，他/她有做到……	非常 不同意	不同意	同意	非常 同意
1. 協助我看見並接納自己的優勢	☐	☐	☐	☐
2. 幫助我保持正向樂觀	☐	☐	☐	☐
3. 協助我樂觀地看待事物	☐	☐	☐	☐
4. 讓我覺得我可以過有意義的生活	☐	☐	☐	☐
5. 我和工作人員建立起一種信任關係	☐	☐	☐	☐
6. 協助我不因精神疾病而感到羞恥	☐	☐	☐	☐
7. 協助我認清自己的限制	☐	☐	☐	☐
8. 協助我從與障礙共存中找到意義	☐	☐	☐	☐
9. 協助我學習如何維護自己的權利	☐	☐	☐	☐
10. 接受我低潮時候的狀態	☐	☐	☐	☐
11. 鼓勵我冒險和嘗試	☐	☐	☐	☐
12. 提醒我有成就的地方	☐	☐	☐	☐
13. 能夠了解我	☐	☐	☐	☐
14. 協助我對自己有良好的感受	☐	☐	☐	☐
15. 協助我從困難和挑戰中學習	☐	☐	☐	☐
16. 能夠真心地聽我說話	☐	☐	☐	☐
17. 關心我這個人，而不只是關心我的症狀	☐	☐	☐	☐
18. 能夠尊重我	☐	☐	☐	☐
19. 協助我對未來抱持希望	☐	☐	☐	☐
20. 協助我建立自信心	☐	☐	☐	☐
21. 視我為一個人，而不只是一個疾病診斷	☐	☐	☐	☐
22. 協助我與障礙共存	☐	☐	☐	☐
23. 協助我了解我的精神疾病	☐	☐	☐	☐
24. 信任我	☐	☐	☐	☐

六、福利服務使用

請問過去半年內，您需要哪些福利服務項目？又使用過哪些福利服務？(請勾選)

福利服務項目	需要 的項目	使用過 的項目
1. 就醫補助 (如：自行負擔門診費用減免、重大傷病減免部分負擔費用、健康檢查等)	☐	☐
2. 經濟補助 (如：中低收入生活補助、交通工具優待、風景區、康樂場所或文教設施優待、租屋補助、購屋補助等)	☐	☐

福利服務項目	需要的項目	使用過的項目
3. 就業福利(如：創業貸款利息補助、承租商店或攤販租金補貼、公益彩券經銷商之申請等)	☐	☐
4. 保險補助(如：社會保險自付部分補助、國民年金補助)	☐	☐
5. 就學補助(如：學費減免、獎學金、助學金)	☐	☐

七、復健服務使用

1. 您在現在這個機構參與復健活動多久了？ ____年____個月

1.1. 一般來說，您每週來機構接受復健幾天？ ____天

1.2 您每天來這機構參加活動大約共幾小時？ ____小時

2. 以下是精神復健機構可能提供的服務內容，請回想您在現在這個復健機構實際參與的活動項目和參加的程度，就下面每個項目填寫符合您狀況的答案。

項目	沒有	很少	有時	經常
1. 獨立生活與自我照顧訓練（例如：購物、自我照顧、金錢管理等）	☐	☐	☐	☐
2. 人際互動與社交技巧訓練（例如：溝通技巧、自我肯定訓練等）	☐	☐	☐	☐
3. 生活安排與社區生活復健（例如：認識社區資源、參觀社區的設施、參加機構辦理的旅遊活動等）	☐	☐	☐	☐
4. 體能訓練(例如：固定的健走活動、打籃球、打棒球等)	☐	☐	☐	☐
5. 維持病情穩定訓練(例如：藥物自主管理活動、健康維護、衛教團體等)	☐	☐	☐	☐
6. 產業代(加)工訓練（例如：作代工並領有獎勵金）	☐	☐	☐	☐
7. 庇護性工作訓練（例如：參與餐飲或烹飪訓練、參加清潔隊、農作或園藝訓練、文書訓練等）	☐	☐	☐	☐
8. 職前訓練及就業復健（例如：求職技巧、撰寫履歷、面談的方法、學習使用大眾交通工具等）	☐	☐	☐	☐

八、就業支持

1. 您是否曾經有過支持性就業或一般就業(包括部分工時和全時)的經驗嗎?

☐ (1)否 (若勾選這個答案，無需填答下面的題目)

☐ (2)是，大約工作多久? _____個月，甚麼樣的工作：_____ (續答下題)

2. 在您工作的期間，雇主對您的表現，給予肯定的程度如何?

☐沒有 ☐很少 ☐有時 ☐經常

3. 在您工作的期間，同事對您的表現，給予肯定的程度如何?

☐沒有 ☐很少 ☐有時 ☐經常

4. 在您工作的期間，當您有需要協助時，雇主支持您的程度如何?

☐沒有 ☐很少 ☐有時 ☐經常

5. 在您工作的期間，當您有需要協助時，同事支持您的程度如何?

☐沒有 ☐很少 ☐有時 ☐經常

謝謝您協助填答這份問卷，請再檢查每題是否都填答了!!!