

學員姓名：_____

機構名稱：_____

復元狀況評估表

各位好!

首先感謝您協助填寫此份問卷，這次的調查主要是想瞭解您目前的復元狀況、社會支持狀況、內在心理狀況和權能感受等。透過這些資料的蒐集，可以讓專業人員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!!!

宋麗玉 教授 敬託

國立政治大學 社會工作研究所

徐淑婷 醫師

高雄長庚醫院 精神科

一、病患基本資料

1.性別：____0=男 ____1=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，您得的是那一種精神疾病？_____

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 1分	2分	3分	4分	5分	總是 6分
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10.1) _____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。	☐	☐	☐	☐

	從 未	偶 爾	有 時	經 常
4.我願意利用一切可能的方法來改善我的 <u>症狀</u> 。	☐	☐	☐	☐
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。	☐	☐	☐	☐

	從 未	偶 爾	有 時	經 常
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。	☐	☐	☐	☐
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、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

	從 未	偶 爾	有 時	經 常
1.提供工作方面的協助	☐	☐	☐	☐
2.提供活動方面的協助	☐	☐	☐	☐
3.借給我東西或金錢	☐	☐	☐	☐
4.提供我需要的資訊	☐	☐	☐	☐

	從 未	偶 爾	有 時	經 常
5.陪伴我一起做事情	☐	☐	☐	☐
6.陪我聊天	☐	☐	☐	☐

2. 請問您過去半年內有往來的朋友有幾個？ ____個

2.1 這些朋友當中，有幾個是在日間留院或復健中心認識的？ ____個

2.2 請問您覺得過去半年內，當您有需要時，朋友給您的協助是否足夠？

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

3. 請問您覺得過去半年內，當您有需要時，鄰居給您的協助是否足夠？

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

4. 您現在是否有親密的伴侶？ ____1=是 ____2=否

5. 請問您覺得過去半年內，當您有需要時，醫療或復健人員給您的協助是否足夠？

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

6. 請問您過去半年內，使用過哪些福利服務項目？ (請勾選)

	是	否
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)	☐	☐
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)	☐	☐

四、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。	☐	☐	☐	☐	☐

五、權能感受

以下是關於個人對「人生」和「作決定」的一些觀點，請勾選最接近您現在感受的答案。第一個直覺的想法通常是最適切的，不要在一個問題上花太多時間思考。另外，請誠實回答，如此您的答案才能反映出你真正的感覺。每題只選擇1個答案；並請務必回答所有的問題。

項目	非常不同意	不同意	同意	非常同意
1. 當我做計畫時，我有把握事情可以成功	☐	☐	☐	☐
2. 我對於自己所做的決定具有信心	☐	☐	☐	☐

	非常不同意	不同意	同意	非常同意
3.我覺得自己是一個有價值的人	☐	☐	☐	☐
4.我認為自己是個有能力的人	☐	☐	☐	☐
5.只要我認為可能的事，就可以做到	☐	☐	☐	☐
6.我能夠決定我生活中大部分的事情	☐	☐	☐	☐
7.一旦設定目標，我會努力去達成	☐	☐	☐	☐
8.我能樂觀地面對挫折	☐	☐	☐	☐
9.我對生活感到無力	☐	☐	☐	☐
10.我自覺無法和有權力的人對抗	☐	☐	☐	☐
11.我認為運氣不好造成我生命中的不幸	☐	☐	☐	☐
12.我通常感到孤獨	☐	☐	☐	☐
13.我有勇氣面對困難	☐	☐	☐	☐
14.我知道如何和別人維持良好的溝通	☐	☐	☐	☐
15.我能夠清楚地向別人表達自己的想法	☐	☐	☐	☐
16.與別人有不同的意見時，我能夠溝通和協調	☐	☐	☐	☐
17.當我需要別人幫助時，我會向別人提出來	☐	☐	☐	☐
18.我敢在公開場合表達與別人不同的意見	☐	☐	☐	☐
19.當與別人意見不一致時，我可以保持心情的平靜	☐	☐	☐	☐
20.別人會重視我說的話	☐	☐	☐	☐
21.我覺得別人忽視我的存在	☐	☐	☐	☐
22.我可以說服別人接受我的建議	☐	☐	☐	☐
23.我覺得自己可以改變所處的環境	☐	☐	☐	☐
24.人們一起努力，可以改變社會的環境	☐	☐	☐	☐
25.人們如果團結起來，可以產生更大的社會力量	☐	☐	☐	☐
26.採取行動就有可能解決社會問題	☐	☐	☐	☐

	非常不同意	不同意	同意	非常同意
27.社會的現實狀況不是市井小民可以改變的	☐	☐	☐	☐
28.只要是對的事情，我敢向權威挑戰	☐	☐	☐	☐
29.我願意參加集體行動來改善鄰里的問題	☐	☐	☐	☐
30.我願意參加集體行動來改善社會的問題	☐	☐	☐	☐
31.我願意為社會上不公不義的事情挺身而出	☐	☐	☐	☐
32.當人們遭遇不公平的社會對待時，我敢表達不滿的聲音	☐	☐	☐	☐
33.如果要爭取自身的權益時，我知道可以找哪些人幫忙	☐	☐	☐	☐
34.如果需要向社會或政府表達自己的聲音時，我可以找到管道	☐	☐	☐	☐

謝謝您協助填答這份問卷，請再檢查每題是否都填答了!!!

最後，您若對於生活或自己，若有任何想法，請利用下面的空間書寫：
