

復元問卷（精神疾患正式施測版）

您好：

首先感謝您協助填寫此份問卷，本問卷目的在於了解各位對於復元概念的理解程度。題目的答案並沒有所謂的對與錯、好與壞之別，請您作答時不要與他人討論，而是依據您個人的感受來填答。此份問卷調查結果僅作學術分析之用，絕不對外公開，敬請您放心回答。

最後敬祝

身體健康 事事順心

國立成功大學職能治療學系
張雁晴 助理教授 敬上

答題範例

非 稍
常 微 稍 非
不 不 微 常
同 同 同 同
意 意 意 意

例如：我喜歡打桌球。

1 2 3 ④

如果您「非常同意」這句話，您就圈4。

I、復元態度量表

以下所提的「復元」不等同於疾病治癒/復原，而是指一個很個別化的過程，「復元」改變了人的態度、價值觀、感受、目標、技巧以及角色，讓人擁有一個滿足、有希望且有貢獻的生活，即便疾病的限制仍存在 (Anthony, 1993, p. 15)。

我們想了解您對精神疾病復元的想法。請閱讀下列語句並運用右方量表，圈選最符合您想法的項目。1 分為非常不同意，4 分為非常同意，分數愈高表示愈同意。若沒有適用選項請圈選 N/A。

非 稍
常 微 稍 非
不 不 微 常
同 同 同 同
意 意 意 意

1. 精神疾患者有能力接受挑戰。

1 2 3 4 N/A

2. 精神疾患者不能決定自己的治療和復健目標。

1 2 3 4 N/A

	非常不同意	稍微不同意	稍微同意	非常同意	無適用選項
3. 精神疾患者對自己疾病的負面觀感會增加其復元的阻力。	1	2	3	4	N/A
4. 精神疾患者有能力協助其他同儕的復元。	1	2	3	4	N/A
5. 精神疾患者的復元是一個起起伏伏的過程。	1	2	3	4	N/A
6. 不是每位精神疾患者都有能力參與復元的過程。	1	2	3	4	N/A
7. 對精神疾患者抱有期望通常是不適當的。	1	2	3	4	N/A
8. 精神疾患者除了病人的身分以外，還可以承擔不同的角色與責任。	1	2	3	4	N/A
9. 每個人從精神疾病復元的方式都不一樣。	1	2	3	4	N/A
10. 鼓勵精神疾患者追求個人目標容易導致疾病的復發。	1	2	3	4	N/A
11. 在復元過程中，處理精神疾患者的症狀比發掘優勢更重要。	1	2	3	4	N/A
12. 在復元過程中的人需要其他人的支持。	1	2	3	4	N/A
13. 精神疾患者有一點小小的進步都算是復元。	1	2	3	4	N/A
14. 即便精神症狀仍然存在，復元還是可能的。	1	2	3	4	N/A
15. 無論造成精神疾病的原因是什麼，精神疾患者都可以復元。	1	2	3	4	N/A
16. 隨著精神疾患者逐步朝向復元的目標，症狀處理將不再是其生活重心。	1	2	3	4	N/A
17. 精神疾患者的復元目標會依個人狀況和過程而調整。	1	2	3	4	N/A
18. 只有聽從專業人員的指導，精神疾患者才能復元。	1	2	3	4	N/A
19. 精神疾患者不應該承擔生活中的各種責任。	1	2	3	4	N/A
20. 精神疾患者處理生活中所遭遇的不友善對待，比管理疾病還困難。	1	2	3	4	N/A
21. 同儕的互相支持對精神疾患者的復元是有助益的。	1	2	3	4	N/A
22. 復元並不代表要回復和過去一樣的狀態。	1	2	3	4	N/A
23. 復元概念也適用於精神症狀明顯的人。	1	2	3	4	N/A
24. 我相信精神疾患者可以復元。	1	2	3	4	N/A
25. 精神疾患者與其他慢性病患者一樣，雖然可能無法完全痊癒，但能與疾病和諧共存。	1	2	3	4	N/A
26. 每位精神疾患者的復元都是經歷一樣的過程。	1	2	3	4	N/A
27. 精神疾患者要承擔做決定後所帶來的結果。	1	2	3	4	N/A
28. 精神疾患者多與大眾接觸有助於去除疾病汙名。	1	2	3	4	N/A
29. 家人的支持有助於精神疾患者的復元。	1	2	3	4	N/A
30. 精神疾患者在復元的過程中有可能復發。	1	2	3	4	N/A
31. 不知道自己生病的精神疾患者也可以在協助下參與復元的過程。	1	2	3	4	N/A
32. 精神疾患者雖然患病，仍然能夠繼續其個人發展和成長。	1	2	3	4	N/A

	非常 不同 意	稍 微 不 同 意	稍 微 同 意	非 常 同 意	無 適 用 選 項
33. 精神疾患者有能力跳脫病人的框架，找到自我的價值。	1	2	3	4	N/A
34. 只有病情穩定的精神疾患者才可以參與擬定自己的治療/復健計畫。	1	2	3	4	N/A
35. 精神疾病的復元不一定需要依靠專業人員的協助。	1	2	3	4	N/A
36. 理解能力沒有受到明顯影響的精神疾患者才適用復元的概念。	1	2	3	4	N/A
37. 精神疾患者需要多樣化的資源以促進其復元。	1	2	3	4	N/A
38. 精神疾患者可以為自己的生活事務做決定。	1	2	3	4	N/A

II、復元自我評量

請針對下列有關此單位之活動、價值觀、制度、與服務的描述，圈選最符合現況的選項。1 分為非常不符合，4 分為非常符合，若沒有適用選項請圈選 N/A，**若不知道此單位之狀況則圈選 D/K。**

	非 常 不 符 合	不 符 合	符 合	非 常 符 合	無 適 用 選 項	不 知 道
1. 工作人員會歡迎我，並讓我在這個單位中感到很自在。	1	2	3	4	N/A	D/K
2. 此單位的環境(例如：大廳、活動空間等)，讓人感到親切且被尊重。	1	2	3	4	N/A	D/K
3. 工作人員會鼓勵我對自己與復元狀況抱持正面的期望。	1	2	3	4	N/A	D/K
4. 如果我有需要，我可以更換我的專業人員(包括醫師)或專任管理員。	1	2	3	4	N/A	D/K
5. 如果我有需要，我可以容易的看到我的治療/復健紀錄。	1	2	3	4	N/A	D/K
6. 工作人員不會用威脅、賄賂或其他的施壓方式，來要求我做到他們的期待。	1	2	3	4	N/A	D/K
7. 工作人員相信我可以復元。	1	2	3	4	N/A	D/K
8. 工作人員相信我有能力管理自己的症狀。	1	2	3	4	N/A	D/K
9. 工作人員相信我有能力做出生活上的選擇，例如：要住在哪裡、什麼時候工作、要和誰交朋友等。	1	2	3	4	N/A	D/K
10. 工作人員願意聆聽並尊重我對於自己的照顧與治療/復健之決定。	1	2	3	4	N/A	D/K
11. 工作人員會定期和我討論我的喜好，以及我想在生活中做的事情。	1	2	3	4	N/A	D/K
12. 工作人員會鼓勵我勇於嘗試新的事物。	1	2	3	4	N/A	D/K
13. 此單位會提供符合我背景及生活經驗的個人化服務。	1	2	3	4	N/A	D/K
14. 當我有需要，我可以討論我對信仰或心靈的需求與喜好。	1	2	3	4	N/A	D/K

	非常 不符合	不符 合	符合	非常 符合	無 適用 選項	不 知 道
15. 當我有需要，我可以討論我的性需求與喜好。	1	2	3	4	N/A	D/K
16. 除了保持疾病穩定之外，工作人員還會協助我發展與規劃其他生活目標(例如：工作、教育、興趣、體適能、社交互動)。	1	2	3	4	N/A	D/K
17. 工作人員會協助我找工作。	1	2	3	4	N/A	D/K
18. 工作人員會鼓勵我參與心理健康/成癮行為以外的活動，例如：宗教團體、成人教育、運動或社團。	1	2	3	4	N/A	D/K
19. 在規劃我的復元計畫時，工作人員會邀請我身邊重要的人來參與(例如：家人、親友、宗教人員或雇主)。	1	2	3	4	N/A	D/K
20. 工作人員會介紹我認識一些復元中的榜樣和良師益友。	1	2	3	4	N/A	D/K
21. 工作人員會幫助我連結其他自助團體、同儕支持團體或精神疾患權益團體等服務。	1	2	3	4	N/A	D/K
22. 工作人員會幫助我找尋回饋社區的方式(例如：志工、社區服務、鄰里守望相助/清潔)。	1	2	3	4	N/A	D/K
23. 工作人員會鼓勵我去協助他們發展新的團體、計畫、或服務。	1	2	3	4	N/A	D/K
24. 工作人員會鼓勵我對此單位的服務及工作人員給予評價(例如：滿意度回饋)。	1	2	3	4	N/A	D/K
25. 如果我想要，工作人員會鼓勵我參加此單位的委員會(例如：復健基金管理委員會等會議)。	1	2	3	4	N/A	D/K
26. 如果我想要，工作人員會鼓勵我參加此單位的行政會議或管理會議。	1	2	3	4	N/A	D/K
27. 工作人員會和我討論在什麼情況下可以完成或結束此單位所提供的服務。	1	2	3	4	N/A	D/K
28. 工作人員會定期協助我檢視個人目標的進度。	1	2	3	4	N/A	D/K
29. 工作人員會盡力協助我實現個人目標。	1	2	3	4	N/A	D/K
30. 我有機會在此單位的「工作人員教育訓練」中分享經驗。	1	2	3	4	N/A	D/K
31. 對於我的生活經驗、興趣與關注的事物，工作人員願意聆聽並給予回應。	1	2	3	4	N/A	D/K
32. 工作人員蠻瞭解附近社區的團體資源與活動。	1	2	3	4	N/A	D/K
33. 此單位有著各種不同生活背景、族群、生活習慣及興趣的工作人員。	1	2	3	4	N/A	D/K
34. 工作人員會支持我開發或連結自己的社區資源。	1	2	3	4	N/A	D/K

III、復元階段量表

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)中圈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。	0	1	2	3
2.我相信有一天我可以和一般人一樣。	0	1	2	3
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。	0	1	2	3
4.我願意利用一切可能的方法來改善我的 <u>症狀</u> 。	0	1	2	3
5.我願意利用一切可能的方法來改善我的 <u>生活</u> 。	0	1	2	3
6.我靠自己的努力來改善我的症狀。	0	1	2	3
7.我努力照顧自己的 <u>生活起居</u> 。	0	1	2	3
8.我努力讓自己的生活更豐富。	0	1	2	3
9.我可以為自己的行為和決定的結果負責。	0	1	2	3
10.我試著用一些方法來改善我的生活狀況。	0	1	2	3
11.我試著用一些方法去面對別人異樣的眼光。	0	1	2	3
12.我試著用一些方法去尋找自己的發展機會。	0	1	2	3
13.儘管我有精神症狀，我還是肯定自己的價值。	0	1	2	3
14.儘管我有精神症狀，我還是有能力去完成事情。	0	1	2	3
15.儘管我有精神症狀，我還是可以安排自己的生活。	0	1	2	3
16.我喜歡我自己現在的樣子。	0	1	2	3
17.我開始思考怎樣讓自己的生活過得更有意義。	0	1	2	3
18.我的精神疾病讓我學習到一些事情。	0	1	2	3
19.儘管有精神疾病，我仍然可以努力尋找自己的生活目標。	0	1	2	3
20.儘管有精神疾病，我仍然可以重新找到自己的生活重心。	0	1	2	3

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
21.當我做事情的時候，我知道自己想要達成的目標是什麼。	0	1	2	3
22.當我做事情的時候，我可以思考一些狀況並且做決定。	0	1	2	3
23.儘管有精神疾病，我還是可以嘗試新的事物。	0	1	2	3
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。	0	1	2	3
25.我對於自己的未來抱持樂觀的態度。	0	1	2	3
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> 。	0	1	2	3
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> 。	0	1	2	3
28.只要我努力，我就可以達成我想要的目標。	0	1	2	3
29.我知道如何和別人說話或交往。	0	1	2	3
30.當我有需要時，我的 <u>家人、親戚或朋友</u> 會幫助我。	0	1	2	3
31.當我的 <u>家人、親戚或朋友</u> 有需要時，我會幫助他們。	0	1	2	3
32.我嘗試去認識一些新的朋友。	0	1	2	3
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)。	0	1	2	3
34.我會去參與 <u>社團的活動</u> (如到教會作禮拜、佛堂活動、交際活動、郊遊等)。	0	1	2	3
35.我在家中有一定的職責和事情要做。	0	1	2	3
36.整體來說，我覺得自己不錯。	0	1	2	3
37.整體來說，我過著如一般人的生活。	0	1	2	3
38.整體來說，我內心感到平靜。	0	1	2	3
39.我不會感到孤單。	0	1	2	3
40.整體來說，我對於目前的 <u>生活安排</u> 感到滿意。	0	1	2	3
41.整體來說，我對於自己目前 <u>所擁有的人生</u> 感到滿意。	0	1	2	3
42.整體來說，我過著快樂的生活。	0	1	2	3
43.儘管有精神症狀，我認為自己還是可以幫助別人。	0	1	2	3
44.如果有機會，我願意幫助有需要的人。	0	1	2	3
45.我經驗到幫助別人是快樂的事。	0	1	2	3

請翻頁續填

IV、個人基本資料

以下為您的個人資料，請依題目所需逐題作答，如果選填其他則請註明清楚。

- (1) 性別：1. ☐男 0. ☐女
- (2) 出生年月日：民國_____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. ☐大學(專) 肄/畢 6. ☐研究所以上 肄/畢 7. ☐其他_____
- (4) 婚姻狀況：1. ☐未婚 2. ☐已婚 3. ☐同居 4. ☐離婚 5. ☐分居 6. ☐喪偶 7. ☐其他_____
- (5) 宗教信仰：1. ☐無 2. ☐佛教 3. ☐基督教 4. ☐天主教 5. ☐道教 6. ☐其他_____
- (6) 族群(以主要所屬文化/族群勾選)：1. ☐閩南人 2. ☐客家人 3. ☐外省人 4. ☐原住民
5. ☐其他_____
- (7) 就業狀況：1. ☐全職工作 2. ☐兼職工作 3. ☐支持性就業 4. ☐庇護性就業/工作坊
5. ☐無就業 6. ☐退休/志工/家管/學生 7. ☐其他_____
- (8) 居住環境：1. ☐獨居 2. ☐與家人同住 3. ☐與朋友同住 4. ☐康復之家 5. ☐其他_____
- (9) 根據醫師告訴您的，您得的是那一種精神疾病？(請只勾選一項)
1. ☐思覺失調症 2. ☐憂鬱症 3. ☐躁鬱症 4. ☐情感思覺失調症 5. ☐其他_____
- (10) 請問您第一次發病是何時？(請擇一回答)
_____歲/民國_____年/ 就讀_____ / ☐不確定
- (11) 接受服務之單位名稱：_____
- (12) 單位屬性：1. ☐社區家園 2. ☐社區復健中心 3. ☐康復之家 4. ☐其他_____
- (13) 單位所在縣市：_____
- (14) 來此單位接受服務多久時間：_____