

筆下心澄：智障精神科系列三：輝輝在彩虹下的康復之旅

在青山醫院匯智樓住了一群智障精神科的病人，他們因不同的原因需要住院治療，加上他們的社交能力和情緒控制比較弱，為了促使他們重投社會，智障精神科的專業醫護團隊為他們打造了一扇色彩繽紛的「大門」，那是「彩虹活動中心」（IDACE）。

根據「正常化原則」（Normalization Principle）和行為改造法 (Behaviour Modification)，凡轉介到中心的智障病人，我們會進行評估，設計個人化的訓練計劃，並提供多元化的創意藝術活動和小組活動等，去發掘病人的個人潛能和發展日常生活技能，使他們在「彩虹」下能夠得到正能量和支持鼓勵，並協助他們重新出發，踏上康復之路，重投社區。

對中度智障並患有自閉症的輝輝來說，這一扇「彩虹之門」曾是他與外界的一個連結，也是他重啟人生的轉捩點。

輝輝剛轉入青山醫院時，受限於自閉症的特質，有社交溝通困難，個性固執，興趣狹隘，所以他極度排斥社交，對環境的轉變充滿不安，情緒異常波動，令他陷入自我封閉。對於這類同時患有智障與精神病的病人，藥物治療只是基礎，真正的突破點在於如何提升其自信心和正向思維，重建他們對外界的信任和重燃對人生的希望。

在醫療團隊的安排下，輝輝開始定期前往「彩虹活動中心」參與各項復康活動和多元化的訓練。中心秉持「盛放的花蕾」的理念，為他度身訂造了一系列訓練：

藝術治療與自我表達：透過繪畫和手工藝，輝輝逐漸學會用色彩代替難以表達的言語，這不僅減輕了他的焦慮，更讓他從創作中獲得了前所未有的滿足感。

生活技能評估與訓練：「彩虹活動中心」更為輝輝提供了基本的日常生活技能訓練，讓他練習打理個人衛生、簡單的清潔工作及社交禮儀等。從各項訓練中，輝輝懂得欣賞自己的優點及才能，為他重投社區奠下重要的基石。

動感世界與社交互動：輝輝很喜歡在中心使用智能活動投影機進行訓練，他在遊戲與群體活動中，學到排隊等候、控制情緒和享受遊戲的樂趣。醫護人員更引導他學習與人溝通和社交禮儀，從最初的退縮到後來能主動參與互動，這一步跨得雖慢，卻極其堅定。

經過醫護團隊的悉心灌溉後，這朵「花蕾」終於燦爛盛放了。輝輝的情緒變得穩定，自理能力顯著提升，更重要的是，他重拾了對生活的信心和重燃對人生的希望。

今天，輝輝在「彩虹活動中心」的訓練已成功「畢業」了，他正式獲准出院，重返社區宿舍生活。當他背起背囊，穿上整齊的私家衫和波鞋告別我們時，臉上露出了久違的笑容，猶如一位充滿自信和希望的「小天使」。「彩虹活動中心」不僅是一個為智障精神科的病人提供訓練的場所，更是病人重返社區的一道重要橋樑，讓像輝輝一樣的病人能在專業醫護團隊的全面照顧與關懷下，跨越障礙，活出自我，為自己的人生畫出「彩虹」。

撰文：青山醫院精神健康學院精神科資深護師葉婉笑

(轉載自香港 01 | 筆下心澄 | 2026-7-21)

香港 01 網站連結：<https://www.hk01.com/sns/article/60371341>