

星島日報健康專欄《保健至專》- 傷健如何共融？

任何人也有活得有意義和豐盛的權利，精神病患者也不例外，工作是生活中很重要的一環，除了可讓人感到自己是健全的個體，亦能帶給我們自信、自尊、社交接觸及收入等。然而，社會人士是否願意給一個機會予精神病康復者？

在就業市場裏，精神病康復者往往未能得到平等對待而令其自我歧視情況甚普遍，亦因欠缺信心，治療效果也受影響，使病情反覆。這些情況往往是由於社會人士及僱主對精神病及治療的誤解而造成，例如僱主會擔心康復者是否有暴力傾向，他們能否承受壓力，會否因承受不了上司的批評而情緒失控，以及能否達到工作要求等，各種疑慮令康復者的失業率長期高企。

微調工作安排

精神病種類很多，嚴重程度及其對工作能力的影響亦各異，大部分康復者均能如常人一樣上班。部分人如可在工作上得到適當調適，更能自如地應付工作。僱主可向員工灌輸正確的精神病知識，讓他們適當地處理康復者的情緒反應，減少不必要的疑惑和恐懼。

大部分康復者仍要定時覆診及服藥，以預防復發。僱主如能坦誠與他們商討及作相應安排，定能讓他們安心及遵從醫生指示覆診和服藥。有些康復者會偶爾出現短暫的精神恍惚或難以集中精神的情況，僱主可持接納的態度及加以諒解，亦可安排短暫小休。

此外，他們適應新工作所須的時間可能較長，動作亦可能稍為緩慢。僱主可安排較資深及有耐性的同事指導，循序漸進地安排工作，並多作鼓勵和包容，此舉能讓他們盡快適應新工作，重拾自信。

青山醫院精神健康學院一級職業治療師魏晉強

(轉載自星島日報 | 保健至專 2014-08-28)

任何人也有活得有意義和豐盛的權利，精神病患者也不例外，工作是生活中很重要的一環，除了可讓人感到自己是健全的個體，亦能帶給我們自信、自尊、社交接觸及收入等。然而，社會人士是否願意給一個機會予精神病康復者？

在就業市場裏，精神病康復者往往未能得到平等對待而令其自我歧視情況甚普遍，亦因欠缺信心，治療效果也受影響，使病情反覆。這些情況往往是由於社會人士及僱主對精神病及治療的誤解而造成，例如僱主會擔心康復者是否有暴力傾向，他們能否承受壓力，會否因承受不了上司的批評而情緒失控，以及能否達到工作要求等，各種疑慮令康復者的失業率長期高企。

微調工作安排

精神病種類很多，嚴重程度及其對工作能力的影響亦各異，大部分康復者均能如常人一樣上班。部分人如可在工作上得到適當調適，更能自如地應付工作。僱主可向員工灌輸正確的精神病知識，讓他們適當地處理康復者的情緒反應，減少不必要的疑惑和恐懼。

大部分康復者仍要定時覆診及服藥，以預防復發。僱主如能坦誠與他們商討及作相應安排，定能讓他們安心及遵從醫生指示覆診和服藥。有些康復者會偶爾出現短暫的精神恍惚或難以集中精神的情況，僱主可持接納的態度及加以諒解，亦可安排短暫小休。

此外，他們適應新工作所須的時間可能較長，動作亦可能稍為緩慢。僱主可安排較資深及有耐性的同事指導，循序漸進地安排工作，並多作鼓勵和包容，此舉能讓他們盡快適應新工作，重拾自信。

整理：Kar

今日顧問：
青山醫院精神健康學院
一級職業治療師魏晉強

