HKEC Symposium – Community Engagement XII 2017

A Shared Journey – Past, Present and Future of Peer Support Service

結伴同行– 朋輩工作之路

東區尤德夫人那打素醫院　社區精神科服務

高忻忻　個案經理
何思慧　朋輩支援員
謝方燊　朋輩支援員

朋輩支援培訓課程
Peer Support Volunteer Training

2015

Start

東區尤德夫人那打素醫院
社區精神科服務 & 職業治療 合作

目的：

讓精神病復元人士以「過來人」身份，以自身復元經歷和感想去鼓勵和支持其他精神病復元者，讓他們能夠積極面對在復元路上遇到的種種困難。

朋輩支援培訓課程
Peer Support Volunteer Training

特色：

- 醫院為本訓練課程
- 跨部門、跨專業團隊合作
  - 精神科護士、社工、職業治療師、精神科醫生、病人資源中心同工
- 每位學員配對一位個案經理及一位實習導師
- 理論課程 (30小時) +實習課程 (40小時)
- 全面的檢討及評估

朋輩支援培訓課程
Peer Support Volunteer Training

- 理論課程（30小時）：
  - 導師包括護士、社工及職業治療師。
  - 內容包括理論、分組討論、個人分享、機構參觀等。

	課堂內容
1	復元模式及朋輩支援計劃
2	希望及訂立個人目標
3	訂立個人復元計劃
4	發掘個人優勢及建立自信
5	正向思維及抗逆能力
6	聆聽與助人的藝術
7&8	演說我的復元故事
9	朋輩支援者的角色和守則
10	遇突發情況的處理

朋輩支援培訓課程
Peer Support Volunteer Training

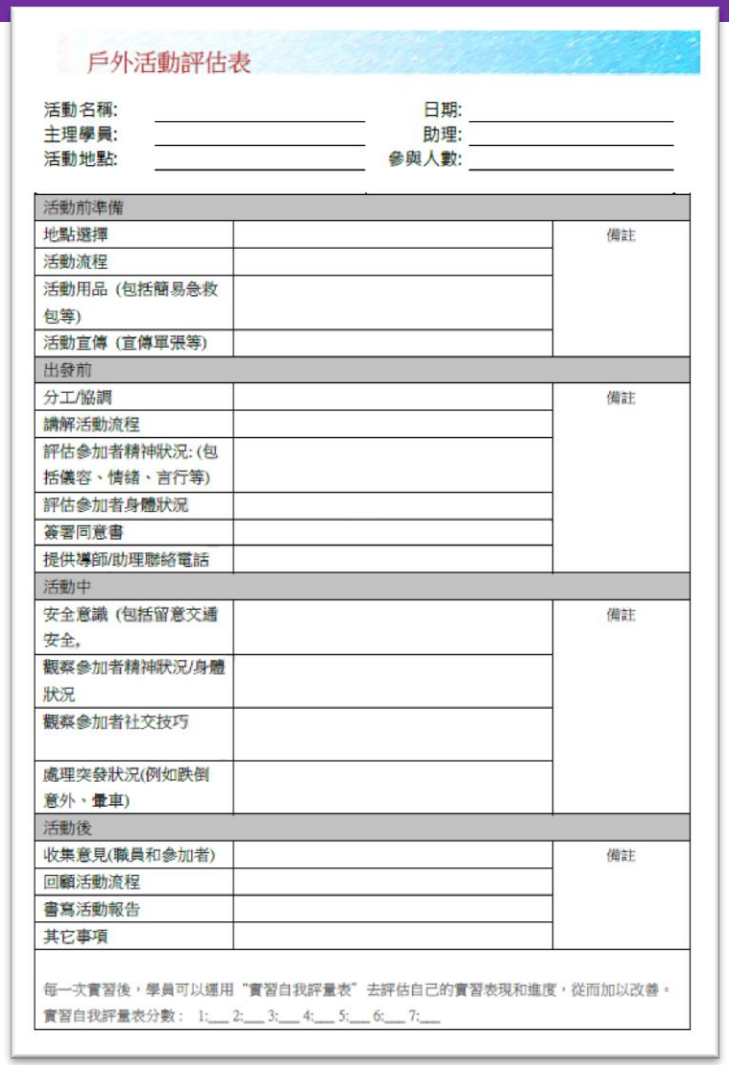
- 實習課程（40小時）：
  - 學員需進行面試以進入實習課程。
  - 實習地點囊括醫院不同部門。
  - 實習導師定期為學員提供實習方面的教導、評估、分享及意見。
  - 定期進行實習檢討會議，以促進學員及導師之間的交流，並為實習進程進行評估。

朋輩支援培訓課程
Peer Support Volunteer Training

- 實習課程（40小時）：
  - 評估工具

實習自我評量表

評量日期:	完全做到 (2分)	偶然做到 (1分)	未曾做到 (0分)
1. 實習期間均能準時到達實習機構	☐	☐	☐
2. 實習時能夠精神飽滿，愉快的面對實習任務	☐	☐	☐
3. 經常以主動積極的態度面對工作	☐	☐	☐
4. 發生突發情況時，會主動與督導師討論	☐	☐	☐
4. 會利用時間與其他學員進行溝通討論	☐	☐	☐
6. 主動觀察與紀錄各項活動	☐	☐	☐
7. 積極配合相關活動的進行	☐	☐	☐



戶外活動評估表

活動名稱: _____ 日期: _____
主理學員: _____ 助理: _____
活動地點: _____ 參與人數: _____

活動前準備		
地點選擇		備註
活動流程		
活動用品 (包括簡易急救包等)		
活動宣傳 (宣傳單張等)		
出發前		
分工/協調		備註
講解活動流程		
評估參加者精神狀況: (包括儀容、情緒、言行等)		
評估參加者身體狀況		
簽署同意書		
提供導師/助理聯絡電話		
活動中		
安全意識 (包括留意交通安全。		備註
觀察參加者精神狀況/身體狀況		
觀察參加者社交技巧		
處理突發狀況(例如跌倒意外、暈車)		
活動後		
收集意見(職員和參加者)		備註
回顧活動流程		
書寫活動報告		
其它事項		

每一次實習後，學員可以運用“實習自我評量表”去評估自己的實習表現和進度，從而加以改善。
實習自我評量表分數： 1:___ 2:___ 3:___ 4:___ 5:___ 6:___ 7:___

過去…藉由朋輩支援看見希望
Finding hope from Peer Support Training

- 原來我所經歷的可以幫助其他同路人
- 給予我動力積極找尋方法與病共存
- 增強自信
- 找到我的方向

過去…應徵朋輩工作員
Apply for the post

1) 為何希望成為朋輩工作員？

2) 我的考慮

3) 準備工作

為何希望成為朋輩工作員?
Why become a Peer Support Worker?

- 現時社會的情況
- 希望的傳承
- 讓同路人知道，他們於復元路上並不孤單

I want to live, not merely survive
And I won't give up this dream of life that keeps me alive I've gotta be me.

Walter Marks

我的考慮
Considerations

- 家人的反應　(E.g. 害怕被標籤)
- 自己的情況　(E.g. 殘餘正性徵狀, 情緒管理)

準備工作
Preparation

- 找尋朋輩支援的相關資料 (HK, Overseas)
- 準備相關文件
- 面試準備 (E.g.想題目, 自己的優勢及不足之處)
- 心理上的預備 (E.g. 處理以往工作所得的負面情緒及恐懼)

現在…成為朋輩支援員工
Now…as a Peer Support Worker

1) 工作內容

2) 所面對的挑戰

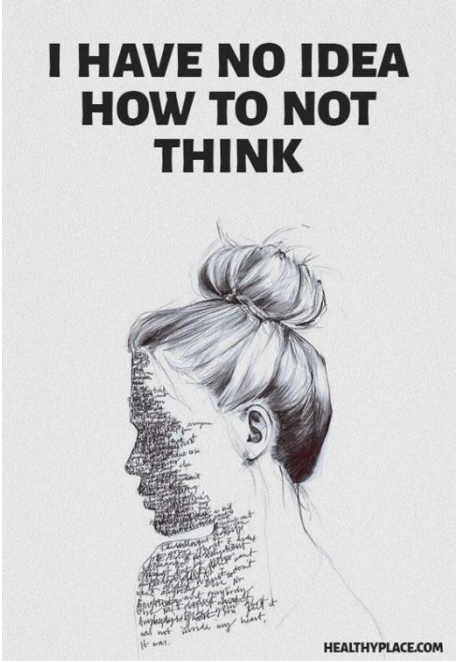
3) 我的得著

朋輩支援員工的工作
Role as a Peer Support Worker in PYNEH

- 在醫院內外帶領各類小組活動
- 以自身經歷分享個人故事
- 用心聆聽每位康復者的故事
- 組織社區活動與復康者投入社區
- 和醫護人員分享復元經驗及心路歷程
- 與準備投身醫療團隊的學生分享及討論
- 在社康護士培訓課程和不同座談會分享

所面對的挑戰
Challenges

- 情緒管理
  - 例如: 壓力處理、負面情緒
- 工作上的挑戰
  - 例如: 面對恐懼、工作量
- 適應新環境
  - 例如: 部門運作、同事間相處



我的得著
What I have learnt

- 可以學以致用、幫助其他人
- 大開眼界
- 學會與人相處的技巧
- 享受與同路人互動
- 更好的與病和平共處 (不是死忍, 而是從根源解決)

將來...展望朋輩支援的發展及願景
Future...Development of Peer Support Service

- 讓大家重新認識精神病
- 加強社會包容
- 增強自信
- 給予復元希望

願景
I wish…

- 將來有更多同路人願意投身這行業，以生命影響生命。
- 令大眾多明白及接納同路人，使他們能夠過他們想過的生活。
- 令受情緒或精神問題所困擾的人士能夠病向淺中醫。

結語

- ***‘Everyone deserves to live the life they want to live’*** ***---- Anonymous***

- 這就是支持我對抗正性徵狀的原動力，不管前路有多難行，我也會走下去。因為我要將希望展現給康復者，及向大眾證明康復者也有能力付出，並且有權利過他們想過的生活。

多謝大家

THANK YOU