

# 精神障礙者復元統合模式之驗證—復元階段量表發展與優勢觀點

## 之運用

### 進度報告

(NSC 98-2410-H-004 -112 -SS3)

#### 摘要

第一年之工作在於發展復元階段量表，本研究已完成量表發展、正式施測、鍵入、資料處理、描述分析、和因素分析等工作。經 24 個復健中心之協助，本研究獲得 471 個樣本。量表的建構乃透過文獻探討、專家審查、和預測，最後形成 51 題的量表。資料蒐集後，經因素分析發現六個因素，再經信度檢驗、區辨分析、和迴歸分析，發現此量表具有區辨效度，能夠區辨社區復健中心的學員和穩定居住於社區的學員；此量表亦具有外部建構效度，量表分數與權能狀態、社會功能程度和生活滿意度達顯著相關。此量表亦有很高的內在一致性，三至五週的再測信度達 0.72。此量表將用於未來兩年的實驗研究，作為結果指標。

## 壹、前言

精神疾病向來被認為易傾向慢性化，特別是精神分裂症，罹患精神疾病似乎隱含病患未來晦暗不明，亦因而帶給病患家屬失落感(U.S. Department of Health and Human Services, 1999)。然而，在 1980 年代兩股力量匯聚，使得此種觀點開始產生蛻變，復元(recovery)的聲浪響起，於 1990 年代成形。此種聲浪一方面來自長期追蹤研究發現，包括瑞士、德國、美國、與日本，研究期間最少 22 年最多 35 年，綜合各研究發現，46-68%的精神分裂症患者好轉並且/或復元。這幾個研究對復元的界定是指沒有症狀、沒有服藥、沒有怪異行為、有工作、有社會關係、並生活於社區；好轉則指前者中有一項狀況仍不佳(DeSisto, Harding, McCormick, Ashikaga, & Brooks, 1999, 宋麗玉, 2005)。Davidson 和 Roe (2007) 指出 1969 年世界衛生組織開啟國際精神分裂症患者的前趨研究，以嚴謹的長期研究設計，在世界各國檢視結果變項，研究顯示慢性精神疾病多元的結果，其發現有 25-65%的病患部份或完全復元；儘管二項文獻的數據有所出入，然而皆呈現易慢性化之精神分裂症患者，有令人驚奇的復元結果，那麼其他類型的精神疾病更是可期。另一股力量來自精神障礙(以下簡稱精障)復元者自身故事，現身說法展現精障者復元的可能性，他們陳述如何因應症狀，逐漸好轉，重新獲得生活的希望與力量，並且在社會再度擁有身分(identity)(Deegan, 1988; Leete, 1989)，更成為精障者人權倡導者。許多精神障礙者深受這些人的鼓舞，精障者復元的潛力因而受到重視。1990 年代波士頓大學內的精神復健中心(Center for Psychiatric Rehabilitation)長期致力於相關研究與服務倡導；其執行長 William A. Anthony 在

1993 年的一篇文章提倡以「復元」為願景引導精神醫療服務，並指出未來將是「復元的十年」(decade of recovery)。美國 2003 年發布總統的心理衛生新自由委員會(President's New Freedom Commission on Mental Health)以及後來的聯邦行動計畫(Federal Action Agenda)都示諭以復元為美國心理衛生處遇最高目的(Davidson and Roe, 2007)。

既然復元為最高的處遇目的，那麼復元所指為何？關於復元的定義，目前仍存在爭議，焦點在於症狀在當中扮演的重要性，其是否必然指症狀減緩？或是指克服身為一個精神病患的負面影響(Davidson and Roe, 2007)；Anthony, Cohen, Farkas, 和 Gagne(2002)給「復元」下一個綜合定義：「一個改變態度、價值、感受、目標、技巧、與/或角色的深沉個人過程，無論疾病所造成的限制是否存在，個人能夠超越疾病，過著滿足、有希望、又有貢獻的生活」(p.31)。此乃一個寬廣的定義，認為無論症狀或疾病的限制是否仍在，重要的是能夠克服並開展個人的生活；此定義也意涵復元是一個全觀的概念，含括過程和結果。文獻中指出復元的過程中有一些重要的過程要素，包括希望的萌生、接受障礙和控制症狀、能夠負起處理自己服藥和安康(wellness)的責任、有效處理障礙、發展對自己的認同(self-identity)、發展新的意義和生活目的感(Andersen, Oades, Caputi, 2003; Anthony et al., 2002; Jenkins & Carpenter-Song, 2006; Kelly & Gamble, 2005; Markowitz, 2001; Spaniol, Wewiorski, Gagne, & Anthony, 2002; Turner-Crowson & Wallcraft, 2002)。筆者以國內精障者為對象的質化研究所建構的復元模式則發現三個主要的過程要素，即自己感(sense of self)、障礙處理度、以及希望、意願、負責的行動(Song and Shih, in press)。

西方學者亦致力於復元階段之探討，首先是 Spaniol 等人(2002)根據深度訪談 12 位精神分裂症患者，歸納出四個階段：深受障礙的打擊、與障礙對抗、與障礙共存、和超越障礙。Andersen 等人(2003)則根據希望、認同自己(identity)、意義、和責任承擔四個向度，建構出五個階段：茫然期(moratorium)、覺醒期(awareness)、準備期(preparation)、重建期(rebuilding)、成熟期(growth)。該研究團隊嘗試發展一個量表測量不同的復元階段，結果顯示其樣本只能區辨出三階段(Andersen, Caputi, and Oades, 2006)，不過仍是一個值得參考的工具，在實務上有其運用潛力。

在復元成為復健的目的之下，西方開始發展各種方案促進精障者復元，Salyers, Tsai, and Stultz (2007)檢視服務輸送過程，認為以復元為導向的實務應該具備下列要素：(1)認可精障者的想望和一般人一樣、(2)在處遇上以精障者之選擇為優先考量、和(3)聚焦在精障者的優勢。其也指出美國 SAMHSA 列出復元取向服務的基本元素：自我導向(self-direction)、個別化、以人為中心、增強權能、非線性、以優勢為基礎、同儕支持、尊重、責任、希望(SAMHSA, 2005)。由這些內涵可見乃是以優勢觀點增進精障者權能和促進復元的過程要素之成長。

以優勢觀點為取向的個案管理(以下簡稱優點個案管理)已運用於精障領域將近三十年，Marty, Rapp 和 Carlson (2001)指出驗證優點個案管理的八個評估研

究顯示有一致的正向結果，包括降低住院次數、提升生活品質或社會功能、與增進社會支持，儘管這八個研究仍有三個為非實驗研究，其餘三個為準實驗研究，二個為實驗設計研究，未來仍需持續驗證其成效，然而目前已顯示其對於精障者有正面的影響。宋麗玉(1998)整理不同的個案管理模式，就精神原則、案量配置、與成效做綜合考量，優點個案管理模式要求每個個案管理師 20-22 個案量乃最符合復元取向與最可行者；另一個優良模式為全方位個案管理模式(PACT)以團隊個案管理運作且要求個管師和案主數比例為 1:10，在台灣可行性低。

台灣關於精障者復元之研究相當少，除了筆者之論述外，有三篇碩士論文(朱淑怡，2007；沈詩涵，2008；洪秀汝，2004)，皆為質性研究，其研究發現與既有文獻相符。筆者於 2002 年前往美國短期研究，期間於波士頓大學內的精神復健中心鑽研復元的相關文獻，接受優點個管模式訓練，並且見習以優勢觀點為基礎的復健機構與其方案，回國後為文撰寫一篇關於復元觀點之介紹文章(宋麗玉，2005)，以質性研究方法探索台灣精障者的復元經驗，並且發展出一個復元的「統合模式」(Unity Model)(Song & Shih, in press<sup>a</sup>)，此統合模式含括精障者復元基石、復元過程要素、復元結果、促進復元因素、復元階段、與轉捩點，立基於系統觀點強調歷程中各種元素相互作用，匯聚為一股力量，促進精障者復元回歸為一，即自己。於今基於復元已為西方精障者復健實務的終極目的，筆者亟思促進台灣精障者復健服務更符合復元導向，統合模式中有一影響復元的因素為處遇模式，而如前所述，優點個管模式對於精障者之助益已有實證支持，在台灣則尚未於精障領域有系統性地運用，筆者期盼創造一個開端，於日間留院和精障者復健中心實際運用，並且驗證其對於精障者之復元影響，亦希望進一步藉此長期追蹤資料之量化研究，驗證先前質化研究發展之復元統合模式，因此擬以三年的時間進行精障者復元計畫，首先發展測量復元階段之工具，以用於後續評估研究，後兩年則以優點個管模式促進精障者復元，追蹤其復元階段與復元結果之變化。具體的研究目的如下：

- 一、立基於 Andersen 等人(2006)之工具，加以修正以發展適用於台灣精障者之復元階段量表。
- 二、運用優點個案管理模式於精障者復健方案，並以兩年時間評估其對於精障者之復元階段和復元結果之影響。
- 三、藉此長期追蹤研究資料，檢驗統合模式之實證支持度。

第一年之工作在於發展復元階段量表，本研究已完成量表發展、正式施測、鍵入、資料處理、描述分析、和因素分析等工作。茲將結果呈現於下。

## 研究方法

### 一、研究設計

第一年之復元階段測量工具發展將遵循量表發展之步驟，將採取調查研究方

法，普遍針對復健機構學員與居住於社區復元狀況良好者進行調查。量表發展將根據 DeVellis (1991)一書中所陳述的過程，可區分為八大步驟，而筆者認為再應加上第九項，其整體過程如下：

1)決定概念並且釐清概念內涵；2)初步草擬問項--約為最後決定使用的題數的3-4倍；3)決定量表的形式；4)請專家檢視問項的適切度，並由專家建議被遺漏的內涵；5)考慮含括檢測效度的問項，包括社會欲求(social desirability)量表及其他；6)先進行試測，再就最後樣本進行施測，樣本數約需要300份方足夠；7)就統計分析的結果評估每個問項的良莠；8)決定最適的量表長度；9)進行量表最後的信度與效度檢驗。

本研究將以Andersen等人(2006)發展之復元階段量表為本，並參考Young & Bullock發展的Mental Health Recovery Measure (MHRM)(見Bullock, 2005)，與筆者之前質化研究中所發現之各階段內含，設計初步的量表內容，再透過專家學者協助檢視與預測，以形成正式施測的量表。在信度方面著重再測信度與內在一致性之檢驗；效度部份則著重檢視內容效度與建構效度，至於效標效度方面則檢視區辨效度。至於具體的信度與效度檢驗之設計如下：

1. 內容效度--請5位相關的學者專家檢閱並評定各問項之適切性；
2. 內部建構效度--進行探索性因素分析以檢驗各問項與增強權能概念之間的關係；
3. 區辨效度--將檢驗此量表是否能區辨不同復健機構之學員和處於第三或第四階段之社區精障者。
4. 外部建構效度—依據復元統合理論，檢驗復元階段與復元結果之相關程度。
5. 折半信度與內在一致性--以最後的樣本資料進行信度檢驗。
6. 再測信度部份--以 60 位樣本檢測 3 至 4 週的再測信度。

## 二、研究對象與來源

本研究的對象為精神障礙者，在診斷上排除老年癡呆症和同時有物質濫用者(含藥物濫用和酗酒)，因這兩類病患有其特殊性，第一年之復元階段測量工具發展，研究對象來源有三：1.復健機構學員與 2.居住於社區之精障復元者。復健機構部分，本研究由行政院衛生署及「康復之友聯盟」網站<sup>1</sup>獲得復健單位名稱，亦將接觸筆者熟悉的機構，徵詢機構負責人同意參與研究，並詢問學員人數。

研究者於 98 年 10 月中下旬與各縣市之社區復健機構聯繫說明研究目的，並辦理公文以確立各個復健機構配合意願，並進一步說明研究對象篩選、研究施測方式，以及問卷發放時程。確認意願後，與同意參與之復健機構聯繫，由各機構人員協助推介學員，在診斷上需排除老年癡呆症和同時有藥物濫用者(含藥物濫用和酗酒)，以及數位復健良好、已在社區就業之學員參與填答問卷，詳細之選樣標準如下：

第一類：以目前在復健中心的學員為主，由復健中心徵求有意願填答此問卷者，

<sup>1</sup> 該網站網址為：<http://health.icareasia.com.tw/sick/tami/index.html>

本研究團隊與中心負責人員聯繫時間，前往進行集體施測。

第二類：生活於社區中的學員，樣本之選樣標準主要有四：1.過去曾經因為精神疾病住院至少一次、2.目前擁有固定的社會參與(全職或兼職的工作、固定的志願服務、學生、家庭主婦、參加社團或其他社會性活動)、3.自覺往自己想要的目標邁進者、4.至少有一年沒有再住院者。這些人的症狀穩定，或是只有少數殘餘症狀；他們對自己的症狀可以掌控，也能接受自己的疾病，甚至疾病對他們的影響很少；他們大半覺得自己與一般人沒有兩樣，他們覺得自己仍有一些能力，肯定自己的價值，並且知道自己的目标為何，並且能夠付諸行動追求自己的想望；他們可以與他人建立並維持關係，能夠照顧自己和照顧別人，他們具備生活或工作的技能，在社會上找到自己的角色，如學生、志工、家管、競爭性就業(兼職或全職)，並且滿意自己的生活。此類樣本仍透過社區復健中心推薦，都是過去曾經參與復健中心，表現良好且已回歸社區者，由中心詢問其填答意願，若其方便則可以在助理預訂前往施測的時間一併到中心填答問卷，否則由中心工作人員轉交和收回，再寄給研究團隊。

施測過程於 98 年 11 月 6 日開始至 12 月 22 日施測完畢，由研究人員至機構協助填寫，採集體施測的方式進行填答，共有 24 間精神復健機構同意參與研究，第一類學員回收 370 份有效問卷，第二類學員回收 101 份有效問卷，總共回收 471 份有效問卷。

### (三)再測問卷之發放

本研究將復元量表進行再測，配合再測之單位共有五間，分別為社團法人台北縣康復之友協會附設心橋工作坊(簡稱台北心橋)、得揚工作坊(簡稱台北得揚)、心翔社區復健中心(簡稱新竹心翔)、私立均仁坊社區復健中心(簡稱台北均仁)、台北市康復之友協會附設孫媽媽工作坊(簡稱孫媽媽工作坊)。為配合不同機構之日常時程以及機構之意願，再測問卷發放時間與前次正式問卷之發放時間中間相隔之週數，每間有所不同，分別依序為台北心橋相隔 3 週、台北得揚相隔 3 週、新竹心翔相隔 4.5 週、台北均仁相隔 5 週、孫媽媽工作坊相隔 11 週。施測方式僅孫媽媽工作坊是由機構工作人員協助填寫問卷，以郵寄方式寄回，其餘機構皆為研究人員至機構到場協助填寫。

無論是預測、正式施測或是再測，完成一份問卷者，本研究給予 200 元便利商店禮卷作為酬謝。

## 三、資料蒐集方法

除了復元階段量表本身之外，問卷內容首先就人口變項和疾病變項呈現樣本之輪廓，另外則納入社會功能量表、增強權能量表、和生活滿意量表，以檢驗復元階段量表之外部建構效度。

- 1) 人口變項—性別、實際年齡、教育程度、婚姻狀況、居住狀況(與家人同住、與親戚同住、與朋友同住、自己一個人住、住康復之家)。
- 2) 疾病變項—診斷(精神分裂症、情感性精神疾病、其他)、發病年齡、發病以來住院次數、最近兩年內住院次數、服藥狀況(有/無，定期與否)、是否有其他健康問題。
- 3) 復元階段—第一年研究的焦點即在發展此測量工具，本研究將參考 Andersen 等人(2006)發展之復元階段量表與 Young & Bullock 發展的 Mental Health Recovery Measure (MHRM)(見 Bullock, 2005)，並依復元統合理論中各階段的復元者狀況設計量表內涵。除此之外，將分別測量專業人員指認精障者之復元階段。
- 4) 復元結果變項—這些結果變項將作為檢驗復元階段測量工具之外部建構效度，根據文獻與統合理論，這些變項與復元階段相關。
  - (1) 角色獲取、關係建立、與自我照顧三方面將以宋麗玉(2001)發展的「精神病患社會功能量表」測量，該量表涵括社交/退縮(2題)、人際溝通(3題)、獨立-能力(5題)、獨立-表現(5題)、娛樂(9題)、社會性(6題)、職業/就業(6題)七個向度共 36 題，由職業/就業可反映個人目前是否有工作的角色，若沒有，那麼是否有其他如學生、家庭管理、志工等其他角色。社交/退縮、人際溝通與社會性可用以呈現關係建立狀況。自我照顧則可以由「獨立-能力」與「獨立-表現」兩方面反映。娛樂方面可以作為生活品質的補充資料。該量表的各次向度都具有良好的內在一致性(在考量題數之下)(.52 - .86)，以及三至四週的再測信度(.75 - .94)。效度方面，因素分析結果顯示各向度都具有內部建構效度；照顧者與病患本身的評量之間具有一致性；這份量表也具有區辨效度，病患與其手足之間在各社會功能向度的分數都達到顯著差異。另外，宋麗玉依壓力因應模式，檢驗社會功能總分與其他變項之關係，驗證了這份量表的外部建構效度。這份量表建構了社區精神病患的社會功能常模，71 分以上為「高功能」，52 - 70 分之間則為「中度到優」，34 - 51 分為「尚可至中度」，33 分以下則為「低功能」。
  - (2) 增強權能—將採用筆者發展之權能量表(宋麗玉，2006)，該量表共有 34 題，共有八個因素，包括個人層面的「自我效能與內控」(8 題和「外在掌控力」(6 題)；人際層面的「人際溝通技巧」(3 題)、「人際自我肯定」(3 題)、與「社會自我肯定」(3 題)；以及社會政治層面的「社會政治資源與影響」(5 題)、「社會政治權能」(3 題)、與「社會政治行動」(3 題)。此為四分的總加量表形式，選項包括：非常不同意(1 分)、不同意(2 分)、同意(3 分)、非常同意(4 分)，分數越高則權能感越強。其中「外在掌控力」因素所含的五題需要反向計分，即第 9、10、11、12、21、27 題的計分方式為：非常不同意(4 分)、不同意(3 分)、同意(2 分)、非常同意(1 分)。這份量表之發展所使用的樣本包括三類，

分別為全國社工系的專任教師、20 個縣市家暴中心的社工員及其所服務的案主，最後有效樣本數為：教師 113 位、社工員 125 位、與案主 120 位，共 358 位。於回收問卷後三週內進行再測信度，接受再測者有 59 位，其中社工員有 37 位，案主則有 22 位。施測結果可依量表總分區分為四種權能程度：113 分以上(1SD 以上)為「高權能」，100 – 112 分之間(0SD – 1SD)則為「中度到高」，87 – 99 分(-1SD – 0)為「尚可至中度」，86 分以下則為「低權能」(-1SD 以下)。在信度方面，量表各向度都有很好的內在一致性方面——「自我效能與內控」(0.892)和「外在掌控力」(0.771)；人際層面的「人際溝通技巧」(0.840)、「人際自我肯定」(0.656)、與「社會自我肯定」(0.721)；以及社會政治層面的「社會政治資源與影響」(0.802)、「社會政治權能」(0.831)、與「社會政治行動」(0.878)。三週之整體量表再測信度為 0.80。在效度方面，因素分析結果顯示各向度都具有內部建構效度，各題項與其所屬的向度之間的相關都在 0.45 以上。這份量表也具有區辨效度，亦即教師、社工員、和案主之間的整體權能感有顯著差異，教師的權能感高於社工員和案主，社工員又高於案主。在外部建構效度方面，此量表總分和一些變項整體上有顯著相關性，教師和社工員樣本的 adjusted  $R^2$  為 51.2%，案主樣本為 31.1%；個別變項中達顯著正相關者則有：「參與團體種類數」、「角色機會和支持」和「生活滿意度」。

(3) 生活滿意度—生活滿意度乃是就整體生活滿意、經濟狀況、工作狀況、自己的能力、與外在環境五方面加以測量。此乃筆者自己設計，選項與計分包括非常同意(1)、同意(2)、不同意(3)、非常不同意(4)。

#### 四、資料分析方法

1. 描述性分析：以描述性統計資料(百分比、中數、平均數、標準差等)呈現樣本在各量表問項回答與整體量表分數之分佈狀況，以及樣本基本資料。
2. 皮爾遜積差相關分析(Pearson Correlation)：檢驗前測-再測的相關程度，同時也作為檢視建構效度的步驟之一，亦即概念間的相關程度。
3. 探索性因素分析：用以檢視量表之內部因素結構，亦即概念之內部建構效度。分析時採用 Common Factor Analysis 及 Varimax 轉軸法(假設因素之間彼此獨立)；因素的 Eigenvalue  $\geq 1$  才被萃取，問項的因素負荷量(factor loading)  $\geq 0.4$  方被納為因素的指標。
4. 區辨分析(Discriminant Function Analysis)：用以檢視「復元階段量表」分數能否區辨不同復健場域的精障者，包括康復之家、復健中心、與在社區屬於第三或第四階段者。
5. T 檢定：檢視兩類變項與量表向度之相關。
6. 單因子變異數分析：用以檢驗三類以上類別變項與量表向度之相關。
7. 複迴歸分析：用以檢驗概念之外部建構效度，亦即控制人口與疾病變項後檢驗「復元階段」與復元結果之關係。

#### 量表發展過程

## 量表初版

此量表之發展乃參考 Andersen 等人(2006)之 Stage of Recovery Instrument (STORI)和 Young and Bullock (見 Bullock, 2005)之 Mental Health Recovery Measure 之概念內涵和問項，進而參考 Onken, Craig, Ridgway, Ralph, & Cook (2007)、Song (2005)和 Song and Shih (2009)對於復元內涵之界定，分別就復元過程和結果兩部份構思問項。過程部份含括 9 個向度：希望、因應意願和行動、負責的行動、障礙處理度、自己感、發現新意義/目的、自決、覺察未來可能性 (potentiality)、和勝任度；結果部份則有四個向度：社會功能/角色表現、整體安康、生活滿意、助人意願。初版共有 70 題，其中復元過程有 47 題，復元結果 23 題。此為四分的總加量表形式，選項為：從未(0)、偶爾(1)、有時(2)、經常(3)，分數越高代表復元程度越佳。

## 專家審查：

本研究請 11 位專家學者針對初版協助就適切性(1=是、0=否)與重要性(1-5 分)加以評量，並建議增加或刪除之題項與用字之修改。專家名單如表 1。審查結果顯示重要度絕大多數(63 題)達到 3 以上，只有兩人認為重要者有 7 題；重要度達 4 分以上者有 59 題。筆者將適切性未達 3 以上或重要度未達 4 以上之題目刪除，共 15 題；另外則刪除語意重覆的兩題(障礙處理度的第 8 題與 hope 第 5 題)，以及合併社會功能/角色表現的 5,6 和 7,8，再增加四位專家學者建議的四題，(social functioning 1 題、overall wellbeing 1 題、life satisfaction 1 題、helping others 1 題)，形成預測版本 56 題。

表一、協助量表內容效度審查之專家學者名單

姓名	服務單位	職稱
施教裕	國立暨南國際大學社會政策與社會工作學系	副教授
王增勇	國立陽明大學衛生福利研究所	副教授
徐淑婷	長庚醫院高雄院區精神科日間病房	主治醫師
陳俊銘	呈泰復健中心	主任

## 預測

本研究預試單位為私立呈泰日間型精神復健機構(簡稱呈泰)，以及中華民國康復之友聯盟台北精障者交誼中心(簡稱台北 my house)，研究者於 98 年 9 月與預試單位聯繫，徵得同意後於 98 年 9 月 29 日至呈泰發放問卷，回收 13 份有效問卷，並另於 98 年 10 月 2 號至台北 my house 發放問卷，回收 21 份有效問卷，整體預試問卷共回收 35 份，研究者根據問卷內容進行分析，並參考受訪者意見進行問卷修改。根據預測樣本計算各題項之鑑別力(DP score)，發現有五個題項(#2、#7、#36、#42、#44)之鑑別力小於 0.5，因此予以刪除。



量表正式施測版本

最後的正式施測版本為 51 題，其中過程面向有 31 題，結果面向有 20 題，詳細內涵如附錄三所示。

## 研究結果

### 一、樣本基本資料

#### (一)基本資料

本研究共 471 位獲有精神疾病診斷之學員填答問卷，有效樣本數為 471 位，依照本研究對受訪者之定義，可分為第一類學員(非社區學員)共 370 位(78.6%)，第二類學員(社區學員)共 101 位(21.4%)，整體平均年齡為 37 歲(SD=9.6)。根據表一，本次填寫問卷之學員男性有 262 位(55.6%)、女性有 209 位(44.4%)，兩者差距不大，以男性略多；就教育程度而言，大約半數學員為高中(職)(肄)畢，佔 51.5%(N=128)，其次為大專(肄)畢，佔 27.2%(N=128)，教育程度中上。以婚姻狀況來看，大部分為未婚佔 76.6%(N=361)；其次為離婚佔 13%(N=61)，顯見學員以未婚狀態為多。

表二、基本資料表

		次數	有效百分比	總計(遺漏)
性別	男	262	55.6	
	女	209	44.4	
	總和	471	100.0	471
是否為社區學員	是	101	21.4	
	否	370	78.6	
	總和	471	100.0	471
教育程度	不識字	3	0.6	
	小學(肄)畢	13	2.8	
	國(初)中(肄)畢	240	17.4	
	高中(職)(肄)畢	240	51.1	
	大專(肄)畢	128	27.2	
	研究所以上	4	0.9	
	總和	470	100.0	470(1)
婚姻狀況	未婚	361	76.6	
	已婚或同居	35	7.4	
	離婚	61	13.0	
	分居	9	1.9	

	喪偶	5	1.1	
	總和	471	100.0	471

## (二)基本病況資料

本研究學員之精神疾病診斷大部分為精神分裂症，共佔 72% (N=338)；其次為情感性精神病，佔 21.9%(N=103)，其發病年齡介於 8 歲到 65 歲之間，平均年齡為 24.59 歲 (SD=8.85)，偏態為 1.22，峰度是 1.73，顯示出受訪者之年齡分配略為正偏分配。其次，受訪者發病以來全日住院次數平均為 3.67 次 (SD=4.2)，發病次數介於 0 到 35 次，偏態是 3.55，峰度是 18.43，顯示出受訪者發病年齡之分佈也略為正偏分配。最後，研究受訪者近兩年之全日住院次數，發現平均住院次數為 1 次 (M=1，SD=1.61)，其整體近兩年住院次數介於 0 到 20 次，偏態為 5.26，峰度為 48.72，顯示出受訪者近兩年之住院次數為正偏分配；此外，受訪者近兩年全日住院之月數平均為 2.64 個月 (M=0.55，SD=0.04) 介於 0 到 36 個月，偏態是 3.09，峰度是 10.78，顯示出受訪者近兩年之全日住院月數為正偏態。

受訪之學員半年內幾乎都有定期服用精神藥物，佔 97.7%(N=460)，僅少數未定期服用精神藥物，佔 2.3%(N=11)，此外，69.2%(N=326)之學員未有其他健康方面疾病，30.8%之學員有其他健康方面疾病；最後，在居住狀況方面，有 67.5%(N=318)的學員與家人同住為最多，其次為居住於康復之家，佔 25.7%(N=121)。

表三、樣本之病況資料

變項		次數	有效百分比	總計(遺漏)
精神疾病診斷	精神分裂症	339	72.0	
	情感性精神病 (合併躁鬱症 與憂鬱症)	103	21.9	
	強迫症	4	.8	
	器質性精神疾病	13	2.8	
	精神官能症	4	.8	
	妄想症	3	.6	
	躁症	2	.4	
	亞斯柏格症	1	.2	
	焦慮症	2	.4	
	總和	471	100.0	471(0)
半年內是否定期服用精神藥物	是	460	97.7	
	否	11	2.3	
	總和	471	100.0	471

是否有其他健康方面的疾病	是	145	30.8	
	否	326	69.2	
	總和	471	100.0	471
與誰同住	家人	318	67.5	
	其他親戚家	2	.4	
	朋友家	2	.4	
	康復之家	121	25.7	
	自己住	24	5.1	
	其他	4	.8	
	總和	471	100.0	471

## 二、問項之鑑別力

部分乃就 471 位有效樣本計算各個問項之鑑別力(DP)，除了 I14 和 I23 兩問項的鑑別力較低(分別為 0.67 和 0.35)，其餘皆為 1.3 以上，在可接受的範圍(DP > 0.5, Monette et al., 1994)，顯見絕大多數問項具有相當好的鑑別力。此資料乃作為後續刪減題項的參考。

## 三、因素分析結果

這部分的分析乃採用 common factor analysis (以問項之間共同變異量進行分析)及 Varimax 轉軸法(假設因素之間彼此獨立)，然而在分析過程中也以 principal component analysis 分析以檢驗結果是否相似。分析結果驗證各種粹取方法和轉軸法的因素結構相當接近，支持 Velicer 和 Jackson(1990)的結論，亦即一般而言，這兩種粹取方法的結果差異微乎其微。分析過程中同時考量 loading 和問項與因素之間的概念關係，若有問項的 loading 小於 0.4 則刪除後再分析。另外，為增加實務運用的可能性，本研究朝著以最少題數，但能不失訊息的方向努力。

初步的分析中所有問項之間的 MSA(measure of sampling adequacy)為.97，Bartlett's Test 的結果是顯著(p=.000)，代表這些問項適合進行因素分析。只有鑑別力較低的兩個問項(I14 和 I23)，其個別的 MSA 最低(分別為 0.80 和 0.62)，因此刪除這兩個問項。筆者依據前述的因素分析準則，若不符合準則者，每次刪除一個問項，於在第五次分析時達到符合前述準則的結果，分析過程中依準則刪除了四個問項：I14、I23、I39、和 I13。其餘的 47 個問項再加以分析，結果呈現六個因素，所有的問項之 loading 皆大於 0.4；然而，I33 分別在因素一和因素四有相當的 loading(0.410 和 0.406)，由於二者相當接近，在精簡題數的考量之下予以刪除。刪除後再分析，I41 之 loading 改變為 0.39，再予以刪除，最後保留 45 個問項。

最後的結果顯示整體 MSA 為 0.937，個別 MSA 皆在 0.94 以上。最後的因素結構呈現於表四，45 個問項中可由六個因素代表；六個因素可解釋所有問項之

變異量的 57.8%(見表 X)，整體的內在一致性( $\alpha$ )達 0.97。各因素解釋粹取後之變異量(eigenvalue)介於 2.07~6.41 之間。第一個因素為「重獲自主性」，共有 15 個題項，含括原先設計之過程要素：自己感、勝任度、發現新意義/目的、覺察未來可能性、和自決，內涵相當豐富，問項之間的一致性很高( $\alpha=0.95$ )。第二個因素「障礙處理/負責任」(9 題)，含括過程要素中的負責的行動、因應意願和行動、和障礙處理度；此因素之內在一致性為 0.92。第三個因素為「整體安康/滿意」(8 題)，含納結果面向的整體安康和生活滿意；其  $\alpha$  為 0.91。第四個因素為「社會功能/角色表現」(7 題)，納入結果面向之社會互動、互助、和人際交往，其內在一致性為 0.85。第五個因素為「希望感」(3 題)，即為最初設計的對自己與疾病的正向期待，其  $\alpha$  為 0.80。第六個因素為「助人意願」(3 題)，乃是對於自己的助人能力和意願之評估以及助人的快樂感，此因素之內在一致性為 0.89。由此可見此量表的六個因素具有內部建構效度，且具有相當高的內在一致性。其中「重獲自主性」、「障礙處理/負責任」、和「希望感」屬於復元過程要素，共 27 題；「整體安康/滿意」、「社會功能/角色表現」、和「助人意願」則為復元結果，共 18 題。

表四、因素分析結果(N=358)

因素與問項	鑑別力	共同性	因素負荷量
因素一：重獲自主性；eigenvalue=6.41(14.25%)， $\alpha=.95$			
21 儘管有精神疾病，我仍然可以努力尋找自己的生活目標	1.85	.717	.658
22 儘管有精神疾病，我仍然可以重新找到自己的生活重心	1.85	.694	.634
24 當我做事情的時候，我知道自己想要達成的目標是什麼	1.78	.621	.585
26 儘管有精神疾病，我還是可以嘗試新的事物	1.72	.580	.575
25 當我做事情的時候，我可以思考一些狀況並且做決定	1.77	.605	.568
31 只要我努力，我就可以達成我想要的目標	1.83	.641	.565
28 我對於自己的未來抱持樂觀的態度	1.89	.658	.551
16 儘管我有精神症狀，我還是有能力去完成事情	1.54	.565	.531
15 儘管我有精神症狀，我還是肯定自己的價值	1.55	.493	.514
29 我可以運用自己的能力或是他人的幫忙來克服我的精神障礙	1.69	.576	.488
27 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	1.70	.556	.483
19 我開始思考怎樣讓自己的生活過得更有意義	1.63	.578	.480
17 儘管我有精神症狀，我還是可以安排自己的生	1.65	.516	.455

活			
30 我可以運用自己的能力或是他人的幫忙來消除社會的誤解和歧視	1.81	.501	.440
20 我的精神疾病讓我學習到一些事情	1.55	.432	.410
<b>因素二：障礙處理/負責任；eigenvalue=5.98 (13.28%), <math>\alpha = .92</math></b>			
10 我試著用一些方法來改善我的生活狀況	1.49	.646	.678
5 我願意利用一切可能的方法來改善我的生活	1.41	.654	.655
9 我可以為自己的行為和決定的結果負責	1.49	.617	.653
8 我努力讓自己的生活更豐富	1.55	.645	.635
6 我靠自己的努力來改善我的症狀	1.47	.589	.583
4 我願意利用一切可能的方法來改善我的症狀	1.37	.589	.567
7 我努力照顧自己的生活起居	1.34	.594	.563
12 我試著用一些方法去尋找自己的發展機會	1.52	.554	.555
11 我試著用一些方法去面對別人異樣的眼光	1.58	.461	.541
<b>因素三：整體安康/滿意；eigenvalue=5.11(11.35%), <math>\alpha = .91</math></b>			
48 整體來說，我過著快樂的生活	1.78	.735	.743
47 整體來說，我對於自己目前所擁有的的人生感到滿意	1.82	.675	.730
46 整體來說，我對於目前的生活安排感到滿意	1.80	.653	.697
44 整體來說，我內心感到平靜	1.90	.623	.554
42 整體來說，我覺得自己不錯	1.80	.610	.530
18 我喜歡我自己現在的樣子	1.62	.420	.511
43 整體來說，我過著如一般人的生活	1.75	.604	.489
45 我不會感到孤單	1.78	.483	.462
<b>因素四：社會功能/角色表現；eigenvalue=3.76(8.37%), <math>\alpha = .85</math></b>			
36 我嘗試去認識一些新的朋友	1.71	.538	.559
35 當我的家人、親戚或朋友有需要時，我會幫助他們	1.79	.609	.544
40 我在家中有一定的職責和事情要做	1.68	.460	.492
37 我會出去參加社會活動(如逛夜市、花市、看電影、聽演唱會等)	1.31	.365	.466
34 當我有需要時，我的家人、親戚或朋友會幫助我	1.60	.465	.452
38 我會去參與社團的活動(如到教會作禮拜、佛堂活動、交際活動、郊遊等)	1.29	.329	.444
32 我知道如何和別人說話或交往	1.73	.541	.420
<b>因素五：希望感；eigenvalue=2.68(5.95%), <math>\alpha = .80</math></b>			

2 我相信有一天我可以和一般人一樣	1.28	.536	.594
1 我相信只要努力治療或復健，我的精神症狀就有好轉的可能	1.31	.542	.571
3 儘管還是有精神症狀，我相信未來我仍然有機會可以發揮自己的能力	1.31	.533	.501
<b>因素六：助人意願；eigenvalue=2.07(4.60%)，<math>\alpha=.89</math></b>			
50 如果有機會，我願意幫助有需要的人	1.73	.823	.694
51 我經驗到幫助別人是快樂的事	1.76	.711	.588
49 儘管有精神症狀，我認為自己還是可以幫助別人	1.85	.678	.547
解釋變異量=57.80%，整體量表之 $\alpha=.97$			

#### 四、再測信度

接受再測的樣本共有 69 份，多數與第一次施測相隔 3~5 週，有一個機構則相隔 11 週，與其他再測樣本差距甚大，因此刪除該機構樣本後分析。筆者將兩次施測之整體量表分數加總進行相關檢定，二者之 Pearson correlation 係數為 0.72，達到顯著相關( $p<0.05$ )。此相關雖然不算高，可能乃因兩次施測之間相隔時間較長而產生真正的變化，顯示此概念狀態的變動性較高；或者此類樣本填答之穩定性相對不高。

#### 五、區辨效度

本研究樣本有兩類，分別為社區復健機構樣本( $n=370$ )和穩定居住於社區、有目標、且有穩定社會參與之樣本( $n=101$ )，筆者假設後者之復元程度高於前者。若此兩組人在此量表之分數差異達顯著，則具有區辨效度。由下表之 t 檢定結果可以得知兩組在整體量表之分數達顯著差異( $p<0.05$ )，社區樣本之分數高於復健機構樣本。在次向度方面，兩組於「重獲自主性」和「整體安康/滿意」兩因素亦達顯著差異，其餘則未達顯著。顯示結果面向的因素較具有區辨效度。

表五：區辨效度之檢驗結果

組別 (社區 樣本)	個數	平均數	標準差	T Value (df)	P value	
整體量表	0 否	370	94.7757	29.82271	-1.982 (469)	<b>.048</b>
	1 是	101	101.2871	27.12760		
重獲自主性	0 否	370	2.1231	.73951	-2.021 (176.083)	<b>.045</b>
	1 是	101	2.2759	.65435		

障礙處理/負責 任	0 否	370	2.2423	.71745	-1.909	.058
	1 是	101	2.3839	.64416	(173.790)	
整體安康/滿意	0 否	370	1.9474	.80500	-2.110	<b>.035</b>
	1 是	101	2.1349	.74071	(469)	
社會功能/角色 表現	0 否	370	2.0035	.73886	-1.722	.087
	1 是	101	2.1301	.63055	(182.078)	
希望感	0 否	370	2.2333	.77091	-.888	.375
	1 是	101	2.3102	.77353	(469)	
助人意願	0 否	370	2.1505	.89119	-1.091	.276
	1 是	101	2.2574	.80261	(469)	

## 六、外部建構效度

本研究含納三個檢驗復元階段之變項，即為增強權能、社會功能、和生活滿意度。以下分別進行雙變項和迴歸分析檢視復元階段分數與此三變項之相關程度。

### (一)雙變項分析

Pearson correlation 的分析結果，顯示復元階段分數與三個變項之間皆達顯著的相關( $p=.0000$ )，與增強權能之相關係數為 0.61，與社會功能分數之相關達 0.57，與生活滿意度之相關為  $r=0.49$ 。

### (二)多變項分析

在去除七個極端個案(outlier 絕對值 $\geq 3$ )後，共有 464 個樣本，結果顯示三個自變項可以解釋 57.5%的變異量( $\text{adjusted } R^2=57.3$ )，達到顯著( $F=208.82_{(3,460)}$ ， $p=0.0000$ )。三個自變項與復元階段分數皆達顯著相關，根據標準化迴歸係數，增強權能為最重要之自變項( $\text{beta}=0.415$ )、社會功能次之( $\text{beta}=0.351$ )、生活滿意則最低( $\text{beta}=0.153$ )。

## 七、復元狀況量表

復元狀況量表共分為六個面向：希望感、障礙處理/負責、重獲自主性、社會功能/表現、整體安康/滿意、助人意願和收獲。此部份是為了解學員的復元程度與面向，為四分點量表，分數越高代表復原程度越良好。

首先，根據表三復元狀況量表，從整體面向而言，學員復元之面向最佳的部份為障礙處理/負責，平均數為 2.27( $SD=0.7$ )，其次為希望感，平均分數為 2.25( $SD=0.77$ )，第三個復元較佳的面向為助人意願和收獲以及重獲自主性，前者平均數為 2.17( $SD=0.87$ )，後者為 2.16( $SD=0.72$ )，重獲自主性分數雖略低於助人意願與收獲，但差距不大；相較而言，分數較低的兩個面向為社會功能/角色表

現，平均分數為 2.03(SD=0.72)，以及整體安康/滿意，其平均分數為 1.98(SD=0.8)。顯示相較而言，學員以障礙處理/負責、希望感、助人意願與收穫，以及重獲自主性的復元程度較佳，而社會功能/表現和整體安康/滿意之復元程度較差。

另外，從個別項目來看，平均等級最高的三個項目，皆在障礙處理/負責之面向下。首先，學員在「我努力照顧自己的生活起居」之平均等級為最高 (M=2.42)，有 84.5%的學員經常(60.7%)或有時(23.8%)努力照顧生活起居，其次為「我願意利用一切可能的方法來改善我的生活」，平均等級為 2.38，有 83.7%的學員經常(58.6%)或有時(25.1%)會盡力改善生活，第三為「我努力讓自己的生活更豐富」，平均等級為 2.31，有 80.5%的學員經常(55.4%)或有時(25.1%)努力讓自己的生活更為豐富，顯示學員經常努力照顧自己的生活起居，且願意用盡方法來改善生活，並且試著讓生活更為豐富。

此外，個別項目中平均等級分數最低的三個項目，則分別在整體安康/滿意與社會功能/角色表現之面向下。首先，在整體安康/滿意之面向下，學員復元狀況最差的項目為「我喜歡我自己現在的樣子」，平均等級為 1.8，將近四成(39.3%)的學員從未喜歡或偶爾喜歡自己現在的樣子；其次為「整體來說，我對於自己目前所擁有的人生感到滿意」以及在社會功能面向下「我會去參與社團的活動(如到教會作禮拜、佛堂活動、交際活動、郊遊等)」，平均等級皆為 1.89，前者有 35.9%的學員對自己目前所擁有的人生，從未感到滿意或偶爾感到滿意，後者有 36.7%的學員從未(10.6%)參與社團活動或偶爾(26.1%)參與，顯示將近四成學員較不喜歡自己現在的樣子，對目前的人生的滿意感受較差，且較不常參與社團活動。

表六、復元狀況量表

面向		從未	偶爾	有時	經常	平均等級	總計 (遺漏)	整體平均
希望感	2.我相信有一天我可以和一般人一樣。	4 (5.8%)	6 (8.7%)	18 (26.1%)	41 (59.4%)	2.39	69 (0)	2.25 (SD=0.77)
	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。	26 (5.5%)	67 (14.2%)	141 (29.9%)	237 (50.3%)	2.25	471 (0)	
	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。	3 (4.3%)	6 (8.7%)	25 (36.2%)	35 (50.7%)	2.33	69 (0)	



障礙 處理/ 負責	7.我努力照顧自己的 <u>生活起居</u> 。	14 (3%)	59 (12.5%)	112 (23.8%)	286 (60.7%)	2.42	471 (0)	2.27 (SD=0.7)
	5.我願意利用一切可能的方法來改善我的 <u>生活</u> 。	19 (4%)	58 (12.3%)	118 (25.1%)	276 (58.6%)	2.38	471 (0)	
	8.我努力讓自己的生活更豐富。	23 (4.9%)	69 (14.6%)	118 (25.1%)	261 (55.4%)	2.31	471 (0)	
	9.我可以為自己的行為和決定的結果負責。	29 (6.2%)	60 (12.7%)	125 (26.5%)	257 (54.6%)	2.3	471 (0)	
	6.我靠自己的努力來改善我的症狀。	24 (5.1%)	70 (14.9%)	127 (27%)	250 (53.1%)	2.28	471 (0)	
	10.我試著用一些方法來改善我的生活狀況。	26 (5.5%)	70 (14.9%)	133 (28.2%)	242 (51.4%)	2.25	471 (0)	
	4.我願意利用一切可能的方法來改善我的 <u>症狀</u> 。	25 (5.3%)	60 (12.7%)	120 (25.5%)	266 (56.5%)	2.23	471 (0)	
	12.我試著用一些方法去尋找自己的發展機會。	31 (6.6%)	78 (16.6%)	143 (30.4%)	219 (46.5%)	2.17	471 (0)	
	11.我試著用一些方法去面對別人異樣的眼光。	55 (11.7%)	82 (17.4%)	137 (29.1%)	197 (41.8%)	2.01	471 (0)	
重獲 自主 性	16.儘管我有精神症狀，我還是有能力去完成事情。	23 (4.9%)	72 (15.3%)	135 (28.7%)	241 (51.2%)	2.26	471 (0)	2.16 (SD=0.72)
	17.儘管我有精神症狀，我還是可以安排自己的生活。	26 (5.5%)	69 (14.6%)	136 (28.9%)	240 (51%)	2.25	471 (0)	
	27.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。	29 (6.2%)	86 (18.3%)	118 (25.1%)	238 (50.5%)	2.2	471 (0)	
	29.我可以運用自己的能力或是他人的幫忙來克服我的	33 (7%)	79 (16.8%)	120 (25.5%)	239 (50.7%)	2.2	471 (0)	

精神障礙。							
28.我對於自己的未來抱持樂觀的態度。	32 (6.8%)	80 (17%)	124 (26.3%)	235 (49.9%)	2.19	471 (0)	
19.我開始思考怎樣讓自己的生活過得更有意義。	26 (5.5%)	83 (17.6%)	140 (29.7%)	222 (47.1%)	2.18	471 (0)	
21.儘管有精神疾病，我仍然可以努力尋找自己的生活目標。	34 (7.2%)	75 (15.9%)	134 (28.5%)	228 (48.4%)	2.18	471 (0)	
15.儘管我有精神症狀，我還是肯定自己的價值。	29 (6.2%)	88 (18.7%)	128 (27.2%)	226 (48%)	2.17	471 (0)	
20.我的精神疾病讓我學習到一些事情。	36 (7.6%)	78 (16.6%)	141 (29.9%)	216 (45.9%)	2.14	471 (0)	
25.當我做事情的時候，我可以思考一些狀況並且做決定。	26 (5.5%)	102 (21.7%)	130 (27.6%)	213 (45.2%)	2.13	471 (0)	
26.儘管有精神疾病，我還是可以嘗試新的事物。	34 (7.2%)	89 (18.9%)	128 (27.2%)	220 (46.7%)	2.13	471 (0)	
31.只要我努力，我就可以達成我想要的目標。	30 (6.4%)	100 (21.2%)	124 (26.3%)	217 (46.1%)	2.12	471 (0)	
22.儘管有精神疾病，我仍然可以重新找到自己的生活重心。	33 (7%)	89 (18.9%)	141 (29.9%)	208 (44.2%)	2.11	471 (0)	
24.當我做事情的時候，我知道自己想要達成的目標是什麼。	35 (7.4%)	88 (18.7%)	141 (29.9%)	207 (43.9%)	2.1	471 (0)	
30.我可以運用自己的能力或是他人的幫忙來消除社會	48 (10.2%)	110 (23.4%)	126 (26.8%)	187 (39.7%)	1.96	471 (0)	

	的誤解和歧視。							
社會 功能/ 角色 表現	34.當我有需要時，我的家人、親戚或朋友會幫助我。	34 (7.2%)	84 (17.8%)	118 (25.1%)	235 (49.9%)	2.18	471 (0)	2.03 (SD=0.72)
	35.當我的家人、親戚或朋友有需要時，我會幫助他們。	36 (7.6%)	80 (17%)	134 (28.5%)	221 (46.9%)	2.15	471 (0)	
	32.我知道如何和別人說話或交往。	34 (7.2%)	98 (20.8%)	137 (29.1%)	202 (42.9%)	2.08	471 (0)	
	37.我會出去參加社會活動(如逛夜市、花市、看電影、聽演唱會等)。	42 (8.9%)	110 (23.4%)	118 (25.1%)	201 (42.7%)	2.01	471 (0)	
	36.我嘗試去認識一些新的朋友。	48 (10.2%)	107 (22.7%)	132 (28%)	184 (39.1%)	1.96	471 (0)	
	40.我在家中有一定的職責和事情要做。	52 (11%)	107 (22.7%)	122 (25.9%)	190 (40.3%)	1.96	471 (0)	
	38.我會去參與社團的活動(如到教會作禮拜、佛堂活動、交際活動、郊遊等)。	50 (10.6%)	123 (26.1%)	129 (27.4%)	169 (35.9%)	1.89	471 (0)	
整體 安康/ 滿意	43.整體來說，我過著如一般人的生活。	25 (5.3%)	91 (19.3%)	133 (28.2%)	222 (47.1%)	2.17	471 (0)	1.98 (SD=0.8)
	42.整體來說，我覺得自己不錯。	31 (6.6%)	103 (21.9%)	139 (29.5%)	198 (42%)	2.07	471 (0)	
	44.整體來說，我內心感到平靜。	36 (7.6%)	106 (22.5%)	138 (29.3%)	191 (40.6%)	2.03	471 (0)	
	46.整體來說，我對於目前的生活安排感到滿意。	46 (9.8%)	103 (21.9%)	122 (25.9%)	200 (42.5%)	2.01	471 (0)	
	45.我不會感到孤單。	59 (12.5%)	97 (20.6%)	116 (24.6%)	199 (42.3%)	1.97	471 (0)	

	48.整體來說，我過著快樂的生活。	40 (8.5%)	119 (25.3%)	131 (27.8%)	181 (38.4%)	1.96	471 (0)	
	47.整體來說，我對於自己目前所擁有的人生感到滿意。	58 (12.3%)	111 (23.6%)	126 (26.8%)	176 (37.4%)	1.89	471 (0)	
	18.我喜歡我自己現在的樣子。	85 (18.1%)	99 (21.1%)	111 (23.6%)	175 (37.2%)	1.8	471 (0)	
助人 意願 和收 獲	50.如果有機會，我願意幫助有需要的人。	22 (4.7%)	99 (21%)	108 (22.9%)	242 (51.4%)	2.21	471 (0)	2.17 (SD=0.87)
	51.我經驗到幫助別人是快樂的事。	33 (7%)	78 (16.6%)	116 (24.6%)	244 (51.8%)	2.21	471 (0)	
	49.儘管有精神症狀，我認為自己還是可以幫助別人。	39 (8.3%)	97 (20.6%)	114 (24.2%)	221 (46.9%)	2.1	471 (0)	

## 八、社會功能量表

社會功能量表主要分為六個面向，包含社交/退縮、人際溝通、獨立-能力與表現、娛樂、社會性、職業/就業，分別敘述如下：

### 一、社交/退縮

在社交面向方面，探討學員主動交談與外出的程度，前者平均數為 2.04 (SD=0.85)，後者為 2.15(SD=0.85)，學員外出的程度略高於主動交談的程度。此外，有 75.3%的學員經常(33.3%)或有時(42%)主動與他人交談，且有 78.4%的學員經常(40.6%)外出或有時(37.8%)外出，顯示七成以上的學員會經常或有時主動與他人交談與外出。

表七、社交功能表

變項	程度					總和	平均數 (標準差)
	幾乎沒有	很少	有時	經常			
您會主動與別人交談							
次數 (百分比)	23 (4.9%)	93 (19.7%)	198 (42%)	157 (33.3%)	471 (100%)	2.04 (SD=0.85)	
您時常外出(任何理由)							
次數 (百分比)	20 (4.2%)	82 (17.4%)	178 (37.8%)	191 (40.6%)	471 (100%)	2.15 (SD=0.85)	

## 二、人際溝通

在人際溝通方面，包含能否了解他人意思、與他人交談是否困難，以及能否清楚表達的程度，其中與他人交談有無困難，平均分數最高(M=2.48)，意即比起其他項目，學員感覺與人交談並不困難，有 42.7%的學員覺得容易與非常容易，有 46.3%的學員覺得普通。其次依序為能否了解他人意思，平均數為 2.27(SD=0.76)，與是否清楚表達自己想法，平均數為 2.16(SD=0.8)，有 86%的學員經常或有時可以了解他人意思，並且有 81.3%的學員經常或有時可清楚表達自己的想法。

表八、人際溝通功能表

變項	程度						平均數 (標準差)
	幾乎沒有	很少	有時	經常	困難	非常困難	
1.當您和別人談話時，您能瞭解他(她)的意思				經常			總和
次數 (百分比)	12 (2.5%)	54 (11.5%)	200 (42.5%)	205 (43.5%)			471 (100%)
2.您跟別人交談有無困難	非常容易	容易	普通	困難	非常困難		總和
次數 (百分比)	82 (17.4%)	119 (25.3%)	218 (46.3%)	45 (9.6%)	7 (1.5%)		471 (100%)
3.您能清楚且適當地表達自己的想法				經常			總和
次數 (百分比)	17 (3.6%)	71 (15.1%)	202 (42.9%)	181 (38.4%)			471 (100%)
附註說明	第二題為反向題，計分方式為:非常容易0分、容易1分、普通2分、困難3分、非常困難4分，因此將此題重新進行編碼，即非常容易為4分、容易3分、普通2分、困難1分、非常困難0分，在次數分配部份，仍依照問卷的原始資料進行呈現，而分數之平均數，則利用重新編碼過的分數計算。						

## 三、獨立—能力與表現

在獨立—能力與表現的面向中，分為能力面向與表現面向。就能力而言，是指學員自行主觀感受中，感覺自己是否有能力勝任；就表現而言，是指學員在過

去三個月內確實獨自進行下列事項之程度。

### (一)能力

學員認為自己可以勝任的事情，依序為使用交通工具、做家務、自行購物、準備自己的三餐，以及為自己選購衣服。其中以使用交通工具的能力為最佳，平均數為 2.76(SD=0.6)，有 83.4%的學員認為自己可以勝任，僅 10.2%的學員認為需要幫忙；其次為做家務，平均數為 2.74(SD=0.57)，有 79.8%的學員認為自己可以勝任；第三高為自行購物，平均數為 2.73(SD=0.59)，79.8%的學員認為自己可以勝任。最後，在準備自己三餐與為自己選購衣服之平均數略低，前者為 2.67(SD=0.66)，後者為 2.61(SD=0.73)，75.5%的學員認為自己可以勝任準備三餐之事，且 72.6%的學員認為可以勝任為自己選購衣服之事項。綜合而言，可見七成以上的學員認為自己有能力可以勝任日常生活事項。

表九、能力功能表

變項	不知道	不能	需要幫忙	可以勝任	總和 (遺漏值)	平均數 (標準差)
使用交通工具	7 (1.5%)	22 (4.7%)	48 (10.2%)	393 (83.4%)	470 (1)	2.76 (SD=0.6)
做家務(如洗衣服、洗碗盤、掃地、整理房間等)	5 (1.1%)	16 (3.4%)	74 (15.7%)	375 (79.8%)	470 (1)	2.74 (SD=0.57)
自行購物(如買菜、日常用品)	6 (1.3%)	18 (3.8%)	71 (15.1%)	376 (79.8%)	471 (0)	2.73 (SD=0.59)
準備自己的三餐(自己煮或外買)	8 (1.7%)	26 (5.5%)	81 (17.2%)	355 (75.5%)	470 (1)	2.67 (SD=0.66)
為自己選購衣服	14 (3%)	26 (5.5%)	89 (18.9%)	342 (72.6%)	471 (0)	2.61 (SD=0.73)

### (二)表現

根據表七，學員在過去三個月獨自進行下列事項的程度，依序為使用交通工具、自行購物、做家務、準備自己的三餐，以及為自己選購衣服。其中以使用交通工具的程度最高，平均數為 2.52(SD=0.86)，有 85.7%的學員經常(71.7%)或有時使用交通工具，其次為自行購物(M=2.27, SD=0.88)與做家務(M=2.27, SD=0.89)，

80.2%的學員經常(51.3%)或有時自行購物，且80.1%的學員經常(51.6%)或有時會做家務。最後兩項為準備三餐，與為自己選購衣服，前者平均數為2.14(SD=0.98)，後者平均數為1.8(SD=1.08)，有75.8%的學員經常(47.6%)或有時為自己準備三餐，有60.8%的學員經常(34.8%)或有時為自己選購衣服，與其他項目相較之下，學員過去三個月內最不常獨自做的事是為自己選購衣服。

表十、表現功能表

變項	從未	很少	有時	經常	總和 (遺漏值)	平均數 (標準差)
使用交通工具	27 (5.7%)	40 (8.5%)	66 (14%)	337 (71.7%)	470 (1)	2.52 (SD=0.86)
自行購物(如 買菜、日常用品)	20 (4.3%)	73 (15.5%)	136 (28.9%)	241 (51.3%)	470 (1)	2.27 (SD=0.88)
做家務(如洗 衣服、洗碗 盤、掃地、整 理房間等)	23 (4.9%)	71 (15.1%)	134 (28.5%)	243 (51.6%)	471 (0)	2.27 (SD=0.89)
準備自己的三 餐(自己煮或 外買)	42 (8.9%)	72 (15.3%)	133 (28.2%)	224 (47.6%)	471 (0)	2.14 (SD=0.98)
為自己選購衣 服	74 (15.8%)	110 (23.5%)	122 (26%)	163 (34.8%)	469 (2)	1.8 (SD=1.08)

#### 四、娛樂

根據表八，學員過去三個月內從事娛樂的程度依序為看電視、聽音樂或聽收音機、逛街、看書(報)、嗜好或興趣、開車，騎摩托車或腳踏車兜風、打電動或玩電腦、自己修理東西或組裝東西、種花草。其中學員較常進行的項目為看電視，平均數為2.54(SD=0.75)，有88.7%經常(67.3%)或有時進行此娛樂，其次為聽音樂或聽收音機，平均數為2.22(SD=0.94)，有79%的學員經常(50.1%)或有時從事聽音樂此項娛樂，第三項學員較常從事的娛樂為逛街，有76%的學員經常(41.6%)或有時逛街。

此外，學員最不常從事的娛樂為種花草，平均數為0.87(SD=1.01)，74.1%的學員從未(48.6%)或很少種花草，其次較不常從事的娛樂為自己修理或組裝東西，平均數為1.07(SD=1.04)，68.8%的學員從未(37.4%)或很少自行組裝物品，第三為打電動或玩電腦，平均數為1.46(SD=1.2)，50.7%的學員從未或很少打電動或

玩電腦。

表十一、從事娛樂功能表

變項	從未	很少	有時	經常	總和 (遺漏值)	平均數 (標準差)
看電視	11 (2.3%)	42 (8.9%)	101 (21.4%)	317 (67.3%)	471 (0)	2.54 (SD=0.75)
聽音樂或聽收音機	35 (7.4%)	64 (13.6%)	136 (28.9%)	236 (50.1%)	471 (0)	2.22 (SD=0.94)
逛街(去商店、雜貨店看看)	23 (4.9%)	90 (19.1%)	162 (34.4%)	196 (41.6%)	471 (0)	2.13 (SD=0.89)
看書、報	35 (7.4%)	101 (21.4%)	167 (35.5%)	168 (35.7%)	471 (0)	1.99 (SD=0.93)
嗜好或興趣(如唱歌、集郵或收集其它東西)	54 (11.5%)	84 (17.8%)	157 (33.3%)	176 (37.4%)	471 (0)	1.97 (SD=1)
開車、騎摩托車或腳踏車兜風	111 (23.6%)	73 (15.5%)	92 (19.5%)	195 (41.4%)	471 (0)	1.79 (SD=1.21)
打電動或玩電腦	149 (31.6%)	90 (19.1%)	98 (20.8%)	134 (28.5%)	471 (0)	1.46 (SD=1.2)
自己修理、組裝家裡的東西	176 (37.4%)	145 (30.8%)	90 (19.1%)	60 (12.7%)	471 (0)	1.07 (SD=1.04)
種花草(種菜)	229 (48.6%)	120 (25.5%)	74 (15.7%)	48 (10.2%)	471 (0)	0.87 (SD=1.01)

## 五、社會性

社會性功能表主要是想了解學員在過去三個月內，是否經常和別人一起從事下列活動。根據表九，其社會性功能由高至低依序為外出吃飯、聚會聊天、郊遊



或旅行、到親友家拜訪、參加婚喪喜慶或拜拜，以及邀請或接待親友至家中拜訪。其中外出吃飯是學員較常從事的行為，平均數為1.63(SD=1.01)，57.1%的學員經常或有時外出吃飯，其次為聚會聊天、泡茶、下棋或打牌，平均數為1.62(SD=1)，55.4%的學員經常或有時從事此行為。除此之外，學員最不常從事的行為是邀請親友到家裡拜訪，平均數為1.1(SD=1)，67.5%的學員從未或很少邀請親友，其次，學員較不常參與婚喪喜慶或拜拜，平均數為1.21(SD=1)，62.5%的學員從未或很少參與婚喪喜慶或拜拜。

表十二、社會性功能表

變項	從未	很少	有時	經常	總和 (遺漏值)	平均數 (標準差)
外出吃飯(如上館子、餐廳或飯店)	79 (16.8%)	123 (26.2%)	161 (34.3%)	107 (22.8%)	470 (1)	1.63 (SD=1.01)
聚會聊天、泡茶、下棋或打牌	75 (15.9%)	135 (28.7%)	157 (33.3%)	104 (22.1%)	471 (0)	1.62 (SD=1)
郊遊或旅行	82 (17.4%)	148 (31.4%)	152 (32.3%)	89 (18.9%)	471 (0)	1.53 (SD=1)
到親戚朋友家拜訪	127 (27%)	154 (32.7%)	135 (28.7%)	55 (11.7%)	471 (0)	1.25 (SD=0.98)
參加婚喪喜慶或吃拜拜	135 (28.7%)	159 (33.8%)	121 (25.7%)	56 (11.9%)	471 (0)	1.21 (SD=1)
邀請或接待親戚朋友到家裡拜訪	156 (33.1%)	162 (34.4%)	101 (21.4%)	52 (11%)	471 (0)	1.1 (SD=1)

## 六、職業／就業

本次有效樣本為 471 位學員，有工作者佔 24.8%(N=117)，且大部分為受雇 22.3%(N=105)，其中約半數有工作之學員為非技術人員(N=58，47.9%)，其次為服務業者、小商店經營者(N=38，32.5%)；而沒有工作者佔 75.2%(N=354)，其中大部份勾選其他，佔 69.4%，而在此之中約半數(50.39%)學員於復健機構上課(35%)或於機構從事代工(15.94%)。此外，有工作者平均一週的工作時數為 28.83(SD=18.43)小時，且平均已從事此份工作 23.63 個月(SD=34.85)，而無工作者最後一次受雇時間距離現在平均約 66.2 個月(SD=73.72)，且其平均一週工作 43.6 小時(SD=21.2)，而最後受雇之類型約半數為非技術人員(30.4%)與半技術人員(22.9%)，其次為服務業者、小商店經營者(32%)。

此外，大部分之學員皆有參與工作坊，佔 68.2%(N=321)，其他未參與工作

坊之學員佔 31.8% (N=150)，有 72.6%的學員認為自己有能力可以工作，僅 5.3%

有無工作	有				沒有				總和 (遺漏)
	受雇	自營	其他	總和	學生	家管	其他	總和	

的學員認為當然不能。另外，在三個月內是否嘗試找工作，42.9%的學員經常或  
有時嘗試找工作，而有 57.1%的學員在三個月內從未或很少嘗試找工作，顯見受  
訪的學員中，三個月內嘗試找工作者與未嘗試者大約各五成。

表十三、職業功能表(一)

次數 (百分比)	105 (22.3%)	8 (1.7%)	4 (1.1%)	117 (24.8%)	15 (3.2%)	12 (2.6%)	327 (69.4%)	354 (75.2%)	471 (0)
次數 (百分比) 職業類別	有工作者之職業類型				無工作者最後一次受雇類型				
	次數		有效百分比		次數		有效百分比		
高層主管、大業擁有者、主要專業人員	0		0		0		0		
商業經理、中企業擁有者、次專業人員	0		0		6		2.0%		
一般行政人員、小企業擁有者、半專業人員	8		6.8%		19		6.2%		
服務業者、技術人員、小商店經營者	38		32.5%		98		32.0%		
技術人員	3		2.6%		20		6.5%		
機械操作員、半技術人員	12		10.3%		70		22.9%		
非技術人員	56		47.9%		93		30.4%		
總和(遺漏)	117		100.0%		306(48)		100.0%		

表十三、職業功能表(二)

是否參與 工作坊	是			否		471 (0)
	321(68.2%)			150(31.8%)		
有能力可以工作	可以		有困難		當然不能	471 (0)
	342(72.6%)		104(22.1%)		25(5.3%)	
三個月內 是否嘗試 找工作	從未		很少	有時	經常	471 (0)
	138(29.3%)		131(27.8%)	141(29.9%)	61(13%)	

## 九、權能感受

增強權能量表主要分為八個面向：包含個人層面的「自我效能與內控」、「外在掌控力」；人際層面的「人際溝通技巧」、「人際自我肯定」、「社會自我肯定」；

以及社會政治層面的「社會政治資源與影響」、「社會政治權能」、「社會政治行動」。此部分主要是想了解學員對於權能感受的強弱，本測量使用四分點量表，分數越高代表權能感越強，反之，代表此權能感越弱。

根據表十一，從整體面向來看，學員權能感受最高的面向是「社會政治權能」，平均等級為 3.12(SD=0.61)，其次是「人際溝通技巧」，平均等級為 3.04(SD=0.65)，第三高的是「人際自我肯定」，平均等級為 3.03(SD=0.59)。反之，學員權能感受較低的面向是「外在掌控力」，平均等級為 2.49(SD=0.58)，其次是「社會政治行動」，平均等級為 2.75(SD=0.73)，第三是「社會自我肯定」，平均等級為 2.76(SD=0.66)。顯示學員對於人際層面的權能感受是比較強的，相較之下，學員對於外在掌控力以及社會政治行動與影響的權能感是比較弱的。

從個別項目來看，學員權能感受最強的是社會政治權能中的「人們如果團結起來，可以產生更大的社會力量」，平均等級為 3.25，有 89.6%的學員非常同意或同意這個感受；其次是自我效能與內控中的「一旦設定目標，我會努力去達成」，平均等級為 3.13，有 85.3%的學員非常同意或同意這個看法；第三是社會政治權能中的「人們一起努力，可以改變社會的環境」，以及自我效能與內控中的「我覺得自己是一個有價值的人」，平均等級為 3.1，前者有 87.7%的學員非常同意或同意此感受，後者有 84.6%的學員非常同意或同意此感受，顯示學員願意對自己設定的目標付諸實行、認為人們團結起來是可以產生更多力量的，且認為自己是一個有價值的人。

此外，學員權能感最低的感受是外在掌控力中的「我覺得別人忽視我的存在」，平均等級為 2.36，有 38.4%的學員非常同意或同意此感受；其次是外在掌控力中的「我對生活感到無力」，平均等級為 2.43，有 55%的學員非常同意或同意此感受，由此可知，學員認為別人會忽視他的存在，並且對生活感到無力，所以權能感受較低。

表十四、權能感受量表

面向		非常同意	同意	不同意	非常不同意	平均等級	總計 (遺漏)	整體平均
個人自我效能與內控	7.一旦設定目標，我會努力去達成	39 (29.5%)	63 (55.8%)	51 (13%)	3 (1.7%)	3.13	71 (0)	3.04 (SD=0.57)
	3.我覺得自己是一個有價值的人	34 (28.5%)	64 (56.1%)	50 (12.7%)	3 (2.8%)	3.1	71 (0)	
	4.我認為自己	27	64	56	4	3.07	71	

	是個有能力的人	27%)	56.1%)	14%)	3%)		(0)	
	5.只要我認為可能的事，就可以做到	28 27.2%)	55 54.1%)	73 15.5%)	5 3.2%)	3.05	71 (0)	
	2.我對於自己所做的決定具有信心	12 23.8%)	78 59%)	57 14.2%)	4 3%)	3.04	71 (0)	
	6.我能夠決定我生活中大部分的事情	25 26.5%)	47 52.4%)	34 17.8%)	5 3.2%)	3.02	71 (0)	
	1.當我做計畫時，我有把握事情可以成功	7 22.7%)	64 56.1%)	79 16.8%)	21 4.5%)	2.97	71 (0)	
	8.我能樂觀地面對挫折	4 22.1%)	39 50.7%)	30 21.9%)	5 5.3%)	2.9	71 (0)	
個外人在層掌面控二力：	27.社會的現實狀況不是市井小民可以改變的	34 17.8%)	117 46.1%)	29 27.4%)	1 8.7%)	2.73	71 (0)	2.49 (SD=0.58)
	10.我自覺無法和有權力的人對抗	70 14.9%)	89 40.1%)	53 32.5%)	9 12.5%)	2.57	71 (0)	
	12.我通常感到孤獨	58 12.3%)	85 39.3%)	60 34%)	8 14.4%)	2.49	71 (0)	
	11.我認為運氣不好造成我生命中的不幸	56 14%)	62 34.4%)	69 35.9%)	74 15.7%)	2.47	71 (0)	
	9.我對生活感到無力	70 14.9%)	89 40.1%)	53 32.5%)	9 12.5%)	2.43	71 (0)	
	21.我覺得別人忽視我的存在	43 9.1%)	38 29.3%)	34 49.7%)	6 11.9%)	2.36	71 (0)	
人人際層面一技	15.我能夠清楚地向別人表達自己的想法	29 27.4%)	65 56.3%)	51 13%)	6 3.4%)	3.08	71 (0)	3.04 (SD=0.65)
	14.我知道如何和別人維持良	21 25.7%)	59 55%)	76 16.1%)	5 3.2%)	3.03	71 (0)	

：巧	好的溝通							
	16.與別人有不同的意見時，我能夠溝通和協調	19 (25.3%)	259 (55%)	76 (16.1%)	7 (3.6%)	3.02	71 (0)	
人 人 際 際 層 自 面 我 二 肯 ： 定	17.當我需要別人幫助時，我會向別人提出來	23 (26.1%)	278 (59%)	59 (12.5%)	1 (2.3%)	3.09	71 (0)	3.03 (SD=0.59)
	19.當與別人意見不一致時，我可以保持心情的平靜	18 (25.1%)	256 (54.4%)	32 (17.4%)	5 (3.2%)	3.01	71 (0)	
	13.我有勇氣面對困難	15 (24.4%)	257 (54.6%)	30 (17%)	9 (4%)	2.99	71 (0)	
人 社 際 會 層 自 面 我 三 肯 ： 定	18.我敢在公開場合表達與別人不同的意見	13 (19.7%)	217 (46.1%)	30 (27.6%)	1 (6.6%)	2.79	71 (0)	2.76 (SD=0.66)
	32.當人們遭遇不公平的社會對待時，我敢表達不滿的聲音	13 (17.6%)	221 (46.9%)	33 (28.2%)	4 (7.2%)	2.75	71 (0)	
	28.只要是對的事情，我敢向權威挑戰	14 (17.9%)	213 (45.3%)	38 (29.4%)	5 (7.4%)	2.74	71 (0)	
社 社 會 會 政 政 治 治 層 資 面 源 一 與 ： 影 響	33.如果要爭取自身的權益時，我知道可以找哪些人幫忙	13 (21.9%)	235 (49.9%)	107 (22.7%)	6 (5.5%)	2.88	71 (0)	2.8 (SD=0.59)
	20.別人會重視我說的話	13 (15.5%)	260 (55.2%)	14 (24.2%)	4 (5.1%)	2.81	71 (0)	
	23.我覺得自己可以改變所處的環境	11 (17.2%)	233 (49.5%)	32 (28%)	5 (5.3%)	2.79	71 (0)	
	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	16 (20.4%)	213 (45.2%)	25 (26.5%)	7 (7.9%)	2.78	71 (0)	

	22.我可以說服別人接受我的建議	53 (13.4%)	257 (54.6%)	25 (26.5%)	26 (5.5%)	2.76	71 (0)	
社社 會會 政政 治治 層層 面面 二 :	25.人們如果團結起來,可以產生更大的社會力量	81 (38.4%)	241 (51.2%)	36 (7.6%)	3 (2.8%)	3.25	71 (0)	3.12 (SD=0.61)
	24.人們一起努力,可以改變社會的環境	32 (28%)	267 (56.7%)	58 (12.3%)	4 (3%)	3.1	71 (0)	
	26.採取行動就有可能解決社會問題	16 (24.6%)	260 (55.2%)	30 (17%)	5 (3.2%)	3.01	71 (0)	
社社 會會 政政 治治 層層 面面 三 :	30.我願意參加集體行動來改善社會的問題	39 (18.9%)	223 (47.3%)	28 (27.2%)	31 (6.6%)	2.79	71 (0)	2.75 (SD=0.73)
	29.我願意參加集體行動來改善鄰里的問題	34 (17.8%)	216 (45.9%)	36 (28.9%)	35 (7.4%)	2.74	71 (0)	
	31.我願意為社會上不公不義的事情挺身而出	39 (18.9%)	206 (43.7%)	36 (28.9%)	40 (8.5%)	2.73	71 (0)	
附註 說明	計分方式為:非常不同意 1 分、不同意 2 分、同意 3 分、非常同意 4 分,由於第 9、10、11、12、21、27 為反向題,因此將此六題重新進行編碼,即非常不同意為 4 分、不同意 3 分、同意 2 分、非常同意 1 分,在次數分配部份,仍依照問卷的原始資料進行呈現,而分數加總與整體之平均等級,則利用重新編碼過的分數計算。							

## 十、生活滿意

生活滿意度有八個面向,包括整體生活、居住、經濟狀況、工作狀況、人際關係、孩子、能力,以及外在環境,其中對工作狀況的滿意程度與對孩子狀況的滿意程度,僅訪問有工作者與有孩子的學員,前者有效樣本為 118 位,後者有效樣本為 86 位。根據表十二,學員感到滿意的面向由高至低分別是居住狀況、整體生活、工作狀況、能力、外在環境、人際關係、孩子,以及經濟狀況。

學員感到最滿意的面向是居住狀況,平均數為 3.01(SD=0.74),80%的學員對居住狀況感到非常滿意或滿意,其次學員感到滿意的是整體生活狀況,平均數為 2.95(SD=0.79),77.3%的學員感到滿意或非常滿意,第三高是工作狀況,平均數

為 2.92(SD=2.23)，有工作者對工作狀況感到滿意或非常滿意。

此外，學員感覺到最不滿意的面向為經濟狀況，平均數為 2.68(SD=0.87)，41.2%的學員對經濟狀況感到不滿意或非常不滿意，其次為對孩子的狀況與自身的人際關係，兩者平均數皆為 2.83，36.1%的學員對孩子的狀況感到不滿意或非常不滿意，30.2%的學員對自身人際關係感到不滿意或非常不滿意。

表十五、生活滿意度表

	非常 同意	同意	不同意	非常 不同意	總計 (遺漏值)	平均數 (標準差)
2.我對我的居住狀況感到滿意	115 (24.4%)	262 (55.6%)	77 (16.3%)	17 (3.6%)	471 (0)	3.01 (SD=0.74)
1.整體上我對我的生活感到滿意	110 (23.4%)	254 (53.9%)	82 (17.4%)	25 (5.3%)	471 (0)	2.95 (SD=0.79)
4.我對我目前的工作狀況感到滿意	21 (17.8%)	72 (61%)	20 (16.9%)	5 (4.2%)	118 (0)	2.92 (SD=2.23)
7.我對自己的能力感到滿意	98 (20.8%)	248 (52.7%)	98 (20.8%)	27 (5.7%)	471 (0)	2.89 (SD=0.8)
8.我對自己目前的外在環境感到滿意	101 (21.4%)	239 (50.7%)	99 (21%)	32 (6.8%)	471 (0)	2.87 (SD=0.83)
5.我對自己的人際關係感到滿意	93 (19.7%)	236 (50.1%)	113 (24%)	29 (6.2%)	471 (0)	2.83 (SD=0.81)
6.我對我的孩子的狀況感到滿意	22 (25.6%)	33 (38.4%)	25 (29.1%)	6 (7%)	86 (0)	2.83 (SD=2.03)
3.我對我的經濟狀況感到滿意	86 (18.3%)	191 (40.6%)	153 (32.5%)	41 (8.7%)	471 (1)	2.68 (SD=0.87)

### 未來之工作規劃

筆者已進行叢集分析(cluster)，將樣本區分為四復元階段，並據此進行區辨分析和後續的檢驗。未來將此結果再加以呈現，並且將整體量表分析結果投稿期刊發表。根據此結果，顯示此量表可以用於後續的準實驗研究中當中。筆者將於六月和七月準備準實驗之操作內涵和相關資料，與高雄長庚和呈泰復健中心共同建構方案實施之工作手冊(含步驟、模式內涵、與施測時間和過程)。同時也將於七月進行工作人員之優勢觀點初階訓練，預計八月份正式開始進行前測與方案之實施。



## 附錄一：量表初版與專家審查結果

各位老師與實務夥伴，您好：

謝謝您願意撥冗協助檢視這份「復元階段量表」的問項內容，這份量表將用在個人的測量，主要的目的乃在透過了解精障者目前於復元過程要素之狀態與復元的結果狀況，判斷其處於何種復元階段。因此，本量表區分兩大部分，一為復元過程要素，二為復元結果。煩請協助下列三事項：

- 1.就下列定義評量每個問項的適切度和重要度；
- 2.修改您認為不適切的問項用詞；
- 3.建議需刪除之問項與提供可能的新增問項。

盼望您盡量提供意見，使得這份量表更加完整。再次感謝。

敬祝 平安喜樂!

政治大學社工所

宋麗玉敬上

## 復元之定義：

復元同時意涵過程與結果，就結果指標而言，復元的定義可以自主觀和客觀兩個方面來看，主觀部份，身為一個過來人，Mitchell (2001)認為復元是一個重新發現自己(self-discovery)的旅程，乃是屬於個人的，每個人因其生活經驗和生物組成而有不同的復元道路。Schiff (2003)則認為：「復元對我而言是在世界上及予他人在一起時感到平靜、快樂、舒坦、並且對未來抱持希望。它涉及運用過去負面的經驗使自己成為一個更好的人；它意者不害怕自己是誰和自己的感受，它也指能在生活中接受正向的風險，不害怕活在現在；它是關於知道自己是誰並且坦然面對。」這些描述涉及一個逐漸浮現的自己、感到平衡和完整，生活品質改善，個人成長、自我接納、和自主性，對自己和生活感到滿意。在客觀部份則涉及個人的社會功能展現，對外界環境的因應，重新獲得社會角色和身份，重新參與社區。

整個復元過程之核心概念即為：「追求內在與社會生活之自主性」，此自主性概念又可區分「獨立(independence)」和「能力(competence)」兩個部份，前者意指個人知道有選擇並能自己做決定，後者意指在人群中生活的自我效能感、自我照顧和照顧他人的能力，以及因應生活狀況的能力(Song & Shih, 2009)。復元之過程要素則包括希望的萌生、有意願因應、負責的行動、有效地處理障礙、覺察自己感、發展新的意義和目的感、能夠自己做決定、覺察改變之可能、並對自己達成目標的能力有自信。Davidson 和 Strauss(1992)指出「自己感」乃涉及自我效能、內控、和自尊，由其描述可看出這個概念關乎個人對自己和外界的覺察力、回應自己想望與因應外界需求達成目標任務的能力、重建自信與他人對自己的信

心。

**量表名稱：**復元階段量表

**量表引言：**

接下來的題目是想了解你怎麼看待自己的康復情形，每個人的精神症狀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。請誠實回答，每題只選擇1個答案；並請務必回答所有的問題。

**問項選項：**四分量表，包括從未、偶爾、有時、經常

針對量表名稱、引言與選項，您若有意見請陳述：

---

---

---

**問項內涵：**

1. 在「適切性」部分，若認為適切者請打「√」。
2. 就適切之問項評定其「重要性」，依重要程度給予1分(較不重要)至5分(極重要)。
3. 若文字敘述有不恰當處，請直接於問項上修改。
4. 此問卷在復元過程和結果概念上是否有遺漏之問項，或問卷安排有不妥之處請於建議部分多多給予指教，謝謝!

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頻率為何？	適切性 「√」	重要性 (依重要程度 給予 1-5 分)
• 以下是復元過程要素之向度與問項		

<b>Hope</b> ：對於未來有好的預期，認為可以脫離困境，覺得無論如何將來會比現在更好。		
1.因為有精神症狀，讓我什麼事都沒辦法做。	3	3.25 (4人填答)
2.我覺得我只能維持現在的樣子。	3	3.25 (4人填答)
3.我相信只要努力治療或復健，我的精神症狀有好轉的可能。	5	5
4.我相信只要多打拚，我的人生可以變得更好。	5	5
5.我相信有一天我可以和正常人一樣。	4	4.2
6.儘管仍然有精神症狀，我相信未來我仍然有機會可以展現自己的能力。	4	4
<b>Willing to cope (take action)</b> ：在認知上有意願使用方法改善其症狀和生活狀況。		
1.我願意利用一切可能的方法來改善我的 <u>症狀</u> 。	4	4
2.我願意利用一切可能的方法來改善我的 <u>生活狀況</u> 。	4	4.8
<b>Take responsibility</b> ：個人認為自己有責任改善其生活狀況，且可以為自己的行動結果負責。		
1.面對自己的精神症狀，我不知道該怎麼辦？	2	3.25 (4人填答)
2.我沒有辦法靠自己的力量來改善自己的狀況。	3	4 (4人填答)
3.我靠自己的努力來改善我的症狀。	4	4
4.我努力照顧自己的生活起居。	4	4.8
5.我努力讓自己的生活更豐富。	4	4.2
6.無論成功或是失敗，我可以為行動的結果負責。	4	4.6
<b>Management of disability (overcoming symptoms &amp; stigma)</b> ：在行動上實際嘗試運用方法改善症狀與生活狀況，並克服社會烙印，已能找到有效的因應方法。		
1.我試著用一些方法來減輕我的症狀。	4	4.6
2.我試著用一些方法來改善我的生活狀況。	3	3.8
3.我試著用一些方法去面對別人異樣的眼光。	4	4.6
4.我試著用一些方法去尋找自己的發展機會。	4	4.4
5.我試著用一些方法卻仍然沒有辦法改善我的症狀。	2	3.75 (4人填答)
6.我不知道該怎麼面對別人異樣的眼光。	2	3.75 (4人填答)

7.經過自己的努力，我知道如何不受到症狀的影響。	4	5
8.經過自己的努力，我可以在社會上像正常人一樣地生活。	3	4.2
<b>Sense of self</b> (Self-efficacy, internal control, self-esteem, identity)：肯定自己生命的價值，認為自己有能力可以完成事情，可以掌控自己生活。		
1.我的精神症狀讓我覺得自己很沒有用。	3	4 (4人填答)
2.我的精神症狀讓我不清楚自己可以做什麼。	2	4 (4人填答)
3.儘管我有精神症狀，我還是肯定自己的價值。	5	5
4.儘管我有精神症狀，我還是有能力去完成事情。	5	4.6
5.儘管我有精神症狀，我還是可以安排自己的生活。	4	4.4
6.我喜歡我自己現在的樣子。	5	4.8
<b>New Meaning/purpose—Illness &amp; life</b> ：超越疾病找到自己生命和生活的意義，對於生活有目標感，且內在有動力運用週邊的資源追求此目標。		
1.我的精神疾病影響和阻礙了我的生涯發展。	2	4 (4人填答)
2.我的精神症狀讓我失去了生活的意義。	3	3.5 (4人填答)
3.我不再因為有精神症狀而對自己感到懷疑。	4	4.6
4.我的精神疾病讓我學習到一些事情。	4	4
5.儘管有精神疾病，我仍然努力尋找自己的生活目標。	5	4.6
6. 儘管有精神疾病，我重新找到自己的生活重心。	4	4
<b>Self-determination</b> (choices among meaningful options)：知道自己所想要的生活方向，並且能夠在眾多的選項當中作選擇。		
1.我覺得自己沒有能力作決定。	3	4 (4人填答)
2.當我做事情的時候，我知道自己想要達成的是什麼。	4	4.6
3.當我做事情的時候，我可以思考一些狀況並且做決定。	4	4.6
<b>Awareness &amp; potentiality</b> ：知道改變是可能的，未來可以和目前的狀態不同；認為自己想要的狀態是可以達成的。		
1.我想我未來就一直這樣過下去。	3	3.75 (4人填答)
2.我再怎麼努力也無法達到我想要的目標。	3	3.75 (4人填答)

3.儘管有精神症狀，我仍然可以學習新的事物。	4	4.2
4.經過我的努力，我學習到新的事物。	4	3.6
5.儘管我現在的狀態不盡如人意，我的未來可以和現在不一樣。	4	4.8
6.我對於自己的未來抱持樂觀的態度。	5	4.2
<b>Competence (confidence, pursuing life goals) :</b> 個人有信心可以運用其內在與外在資源克服精神障礙所帶來的挑戰，並認為自己可以達成所要的目標。		
1.儘管有精神症狀，我還是有一些能力可以完成事情。	4	3.6
2.我可以運用自己的能力或是外在的支持來克服我的精神症狀。	5	4.8
3.我可以運用自己的能力或是外在的支持來消除外界的誤解和歧視。	4	4.8
4.只要我努力，我就可以達成我想要的目標。	5	4.6
• 以下是復元結果之向度與問項		
<b>Better social functioning &amp; social roles</b> (哪一段時間內?): 個人的生活技能和社交技巧有所增進，並促使其重新獲得社會角色，參與社會的相關活動，與他人維持互動的人際關係。		
1.我知道如何和別人說話或交往。	5	4.4
2.我學習新的工作技術或方法。	4	4
3.我擁有工作的技術或專長。	2	4 (4人填答)
4.我會和親人或朋友一起出去吃飯或聚會。	5	4.8
5.當我有需要時，我的親人會幫助我。	5	4.4
6.當我有需要時，我的朋友會幫助我。	4	4
7.當我的親人有需要時，我會幫助他們。	5	4.4
8.當我的朋友有需要時，我會幫助他們。	4	4.2
9.我嘗試去認識一些新的朋友。	4	4.6
10.我會出去參加社會活動(如逛夜市、花市、看電影、聽演唱會等)。	5	4.6
11.我會去參與社團的活動(如到教會作禮拜、慈濟活動、支持團體等)。	5	4.6
12.我現在有負責一些工作(如擔任社會志工、正式或兼職的工作)。	5	4.6
13.我現在固定學習一些事物(如參與復健、職訓、全職學生)。	4	4.4
14.我在家中有一定的職責和事情要做。	4	4.6
<b>Overall wellbeing :</b> 對自己的症狀能夠掌控，與自己和他人維持和諧關係，內在感到平靜。		

1.整體來說，我的精神症狀不再困擾我了。	4	4.2
2.整體來說，我覺得自己不錯。	5	4.8
3.整體來說，我過著如一般人的生活。	4	4.4
4.整體來說，我內心感到平靜。	5	5
<b>Life satisfaction</b> ：對自己的生活現況感到滿足，不覺得有空缺。		
1.整體來說，我對於目前的 <u>生活內容</u> 感到滿意。	3	4 (4人填答)
2.整體來說，我對於自己目前 <u>所擁有的一切</u> 感到滿意。	5	5
<b>Helping others</b> ：願意或採取具體的行動幫助他人，以促進他人的福祉。		
1.儘管有精神症狀，我認為自己還是可以幫助別人。	5	4.6
2.如果有機會，我願意幫助有需要的人。	5	5
3.我幫助過別人。	2	3.75 (4人填答)

### 您建議新增之問項：請填寫向度和問項

• 復元過程要素—

---



---



---



---

• 復元結果—

---



---



---



---

## 附錄二：復元階段量表預測版本

### 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</u> 以來，下面這些情形或感受出現的頻率為何？	從 未	偶 爾	有 時	經 常
1.我相信只要努力治療或復健，我的精神症狀就有好轉的可能。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2.我相信只要多打拚，我的人生可以變得更好。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3.我相信有一天我可以和一般人一樣。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4.儘管仍然有精神症狀，我相信未來我仍然有機會可以發揮自己的能力。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5.我願意利用一切可能的方法來改善我的 <u>症狀</u> 。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6.我願意利用一切可能的方法來改善我的 <u>生活狀況</u> 。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7.我沒有辦法靠自己的力量來改善自己的狀況。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8.我靠自己的努力來改善我的症狀。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9.我努力照顧自己的生活起居。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10.我努力讓自己的生活更豐富。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11.我可以為自己的行為或決定的結果負責。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12.我試著用一些方法來改善我的生活狀況。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13.我試著用一些方法去面對別人異樣的眼光。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14.我試著用一些方法去尋找自己的發展機會。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15.經過自己的努力，我知道如何不受到症狀的影響。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
16.我的精神症狀讓我覺得自己很沒有用。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
17.儘管我有精神症狀，我還是肯定自己的價值。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
18.儘管我有精神症狀，我還是有能力去完成事情。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
19.儘管我有精神症狀，我還是可以安排自己的生活。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

	從 未	偶 爾	有 時	經 常
20.我喜歡我自己現在的樣子。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
21.我不再因為有精神疾病而對自己感到懷疑。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
22.我的精神疾病讓我學習到一些事情。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
23.儘管有精神疾病，我仍然可以努力尋找自己的生活目標。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
24.儘管有精神疾病，我仍然可以重新找到自己的生活重心。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
25.我覺得自己沒有能力作決定。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
26.當我做事情的時候，我知道自己想要達成的目標是什麼。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
27.當我做事情的時候，我可以思考一些狀況並且做決定。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
28.儘管有精神疾病，我仍然可以體驗新的事物。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
29.儘管我現在的狀態不盡如人意，我相信未來可以比現在更好。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
30.我對於自己的未來抱持樂觀的態度。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
31.我可以運用自己的能力或是他人的支持來克服我的精神障礙。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
32.我可以運用自己的能力或是他人的支持來消除外界的誤解和歧視。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
33.只要我努力，我就可以達成我想要的目標。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
34.我知道如何和別人說話或交往。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
35.我學習新的工作技術或方法。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
36.我會和親人或朋友一起出去吃飯或聚會。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
37.當我有需要時，我的親人或朋友會幫助我。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
38.當我的親人或朋友有需要時，我會幫助他們。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
39.我嘗試去認識一些新的朋友。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
40.我會出去參加社會活動(如逛夜市、花市、看電影、聽演唱會等)。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
41.我會去參與社團的活動(如到教會作禮拜、佛堂活動、交際活動、郊遊等)。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
42.我體驗到和別人互動對我是有幫助的。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
43.我現在有從事一些工作(例如擔任志工、正式或兼職的工作)。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
44.我現在固定參與一些事物(例如參與復健、職訓、全職學生)。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	從 未	偶 爾	有 時	經 常



45.我在家中有一定的職責和事情要做。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
46.整體來說，我的精神症狀不再困擾我了。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
47.整體來說，我覺得自己不錯。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
48.整體來說，我過著如一般人的生活。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
49.整體來說，我內心感到平靜。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
50.我不會感到孤單。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
51.整體來說，我對於目前的生活感到滿意。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
52.整體來說，我對於自己目前所擁有的一切感到滿意。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
53.整體來說，我過著快樂的生活。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
54.儘管有精神症狀，我認為自己還是可以幫助別人。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
55.如果有機會，我願意幫助有需要的人。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
56.我經驗到幫助別人是快樂的事。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

最後，您若對於本問卷中問題的意思和語詞有任何的意見，請利用下面的空間書寫：

---



---



---



---

**謝謝您協助填答這份問卷，請再檢查每題是否都填答了!!!**

### 附錄三：復元階段量表正式施測版本

#### 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
<b>Hope</b> ：對於未來有好的預期，認為可以脫離困境，覺得無論如何將來會比現在更好。				
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。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2.我相信有一天我可以和一般人一樣。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
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。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Willing to cope (take action)</b> ：在認知上有意願使用方法改善其症狀和生活狀況。				
4.我願意利用一切可能的方法來改善我的 <u>症狀</u> 。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5.我願意利用一切可能的方法來改善我的 <u>生活</u> 。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Take responsibility</b> ：個人認為自己有責任改善其生活狀況，且可以為自己的行動結果負責。				
6.我靠自己的努力來改善我的症狀。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7.我努力照顧自己的生活起居。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8.我努力讓自己的生活更豐富。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9.我可以為自己的行為和決定的結果負責。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Management of disability (overcoming symptoms &amp; stigma)</b> ：在行動上實際嘗試運用方法改善症狀與生活狀況，並克服社會烙印，已能找到有效的因應方法。				
10.我試著用一些方法來改善我的生活狀況。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11.我試著用一些方法去面對別人異樣的眼光。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12.我試著用一些方法去尋找自己的發展機會。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13.經過自己的努力，我知道如何不受到症狀的影響。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Sense of self (Self-efficacy, internal control, self-esteem, identity)</b> ：肯定自己生命的價值，認為自己有能力可以完成事情，可以掌控自己生活。				

14.我的精神症狀讓我覺得自己很沒有用。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15.儘管我有精神症狀，我還是肯定自己的價值。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
16.儘管我有精神症狀，我還是有能力去完成事情。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
17.儘管我有精神症狀，我還是可以安排自己的生活。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
18.我喜歡我自己現在的樣子。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>New Meaning/purpose—Illness &amp; life</b> ：超越疾病找到自己生命和生活的意義，對於生活有目標感，且內在有動力運用週邊的資源追求此目標。				
19.我開始思考怎樣讓自己的生活過得更有意義。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
20.我的精神疾病讓我學習到一些事情。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
21.儘管有精神疾病，我仍然可以努力尋找自己的生活目標。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
22.儘管有精神疾病，我仍然可以重新找到自己的生活重心。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Self-determination (choices among meaningful options)</b> ：知道自己所想要的生活方向，並且能夠在眾多的選項當中作選擇。				
23.我覺得自己沒有能力作決定。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
24.當我做事情的時候，我知道自己想要達成的目標是什麼。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
25.當我做事情的時候，我可以思考一些狀況並且做決定。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Awareness &amp; potentiality</b> ：知道改變是可能的，未來可以和目前的狀態不同；認為自己想要的狀態是可以達成的。				
26.儘管有精神疾病，我還是可以嘗試新的事物。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
27.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。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
28.我對於自己的未來抱持樂觀的態度。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Competence (confidence, pursuing life goals)</b> ：個人有信心可以運用其內在與外在資源克服精神障礙所帶來的挑戰，並認為自己可以達成所要的目標。				
29.我可以運用自己的能力或是他人的幫忙來克服我的精神障礙。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
30.我可以運用自己的能力或是他人的幫忙來消除社會的誤解和歧視。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
31.只要我努力，我就可以達成我想要的目標。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Better social functioning &amp; social roles</b> ：半年內個人的生活技能和社交技巧有所增進，並促使其重新獲得社會角色，參與社會的相關活動，與他人維持互動的人際關係。				
32.我知道如何和別人說話或交往。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
33.我學習新的工作技術或方法。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

34.當我有需要時，我的家人、親戚或朋友會幫助我。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
35.當我的家人、親戚或朋友有需要時，我會幫助他們。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
36.我嘗試去認識一些新的朋友。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
37.我會出去參加社會活動(如逛夜市、花市、看電影、聽演唱會等)。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
38.我會去參與社團的活動(如到教會作禮拜、佛堂活動、交際活動、郊遊等)。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
39.我現在有從事一些工作(如擔任社會志工、正式或兼職的工作)。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
40.我在家中有一定的職責和事情要做。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Overall wellbeing</b> ：對自己的症狀能夠掌控，與自己和他人維持合諧關係，內在感到平靜。				
41.整體來說，我的精神症狀不再困擾我了。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
42.整體來說，我覺得自己不錯。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
43.整體來說，我過著如一般人的生活。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
44.整體來說，我內心感到平靜。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
45.我不會感到孤單。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Life satisfaction</b> ：對自己的生活現況感到滿足，不覺得有空缺。				
46.整體來說，我對於目前的生活安排感到滿意。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
47.整體來說，我對於自己目前所擁有人生感到滿意。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
48.整體來說，我過著快樂的生活。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Helping others</b> ：願意或採取具體的行動幫助他人，以促進他人的福祉。				
49.儘管有精神症狀，我認為自己還是可以幫助別人。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
50.如果有機會，我願意幫助有需要的人。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
51.我經驗到幫助別人是快樂的事。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>