

復元狀況調查表

各位好!

首先感謝您協助填寫此份問卷，這次的調查主要是想瞭解您目前的復元狀況、社會功能表現、權能感受、以及對於生活的感受等。透過這些資料的蒐集，可以讓專業人員瞭解精神障礙者目前的處境，進而提供專業人員未來規劃服務的參考，期待有助於各位未來的復元旅程。我相信每個人都是獨一無二的，所處的狀態也有差異，因此下面的問題都沒有絕對的答案，請依照您自身的狀況填寫即可。另一方面，我想強調的是您的個人資料都是匿名處理，並且僅作研究分析之用，在報告中是以整體的資料呈現，不會暴露個人的隱私，請您放心填答。再次感謝您的參與，也祝福您未來的人生旅程順利平安!!!

宋麗玉 教授 敬託
國立政治大學 社會工作研究所

一、病患基本資料：

1.性別：___1=男 ___2=女

2.出生年月日：民國（前）___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=大專（肄）畢 ___6=研究所以上

4.婚姻狀況：

___1=未婚 ___2=已婚或同居 ___3=離婚 ___4=分居 ___5=喪偶

5.您第一次發病時是幾歲的時候？ ___歲

6.根據醫師告訴您的，您得的是那一種精神疾病？ _____

7.您發病以來總共全日住院過幾次？ _____次

8.您最近兩年內總共全日住院過幾次？ _____次

8.1 您最近兩年內總共全日住院幾個月？ _____月

9.您近半年來有定期服用精神藥物嗎？ ____1=是 ____2=否

10.您是否有其他健康方面的疾病？ ____1=是(請繼續填10.1) ____2=否

10.1 若有，請填寫病名： _____

11.您現在與誰住在一起？

____1=家人

____2=其他親戚家

____3=朋友家

____4=康復之家

____5=自己住

____6=其他(請說明： _____)

二、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。	<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"/>
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"/>
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 <u>生活起居</u> 。	<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"/>
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"/>

	從 未	偶 爾	有 時	經 常
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"/>
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"/>
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"/>
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"/>
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"/>
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"/>
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"/>

	從 未	偶 爾	有 時	經 常
38. 我會去參與 <u>社團</u> 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"/>
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"/>
46. 整體來說，我對於目前的 <u>生活安排</u> 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 <u>所擁有的人生</u> 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"/>
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"/>

三、社會功能量表

下列的問題是想了解您在過去三個月內的一般生活狀況，請在閱讀每一個問題之後，選擇一個最合適的答案。

(一)、社交/退縮

1. 您會主動與別人交談嗎？

___0=幾乎沒有 ___1=很少 ___2=有時 ___3=經常。

2. 您時常外出嗎（任何理由）？

___0=幾乎沒有 ___1=很少 ___2=有時 ___3=經常。

(二)、人際溝通

1. 當您和別人談話時，您能瞭解他（她）的意思嗎？

____0=幾乎沒有 ____1=很少 ____2=有時 ____3=經常。

2. 您跟別人交談有沒有困難呢？

____0=非常容易 ____1=容易 ____2=普通 ____3=困難 ____4=非常困難。

3. 您能清楚且適當地表達自己的想法嗎？

____0=幾乎沒有 ____1=很少 ____2=有時 ____3=經常。

(三)、獨立—能力與表現

(a)能力

請告訴我們您是否**有能力**做這些事情？

____3=可以勝任 ____2=需要幫忙 ____1=不能 ____0=不知道。

(b)表現

請再針對下列各項回答您在過去三個月內是否曾**獨自**做這些事情？

____0=從未 ____1=很少 ____2=有時 ____3=經常。

(a)能力 (b)表現

- | | | |
|----------------------------|-------|-------|
| 1. 自行購物（如買菜、日常用品）。 | _____ | _____ |
| 2. 做家務（如洗衣服、洗碗盤、掃地、整理房間等）。 | _____ | _____ |
| 3. 準備自己的三餐(自己煮或外買)。 | _____ | _____ |
| 4. 使用交通工具。 | _____ | _____ |
| 5. 為自己選購衣服。 | _____ | _____ |

(四)、娛樂

請告訴我們您在過去三個月是否常做以下這些事？

0=從未 1=很少 2=有時 3=經常。

____1. 種花草（種菜）。

____2. 看書、報。

____3. 看電視。

____4. 聽音樂或聽收音機。

____5. 自己修理、組裝家裡的東西。

- ___6.開車、騎摩托車或腳踏車兜風。
- ___7.嗜好或興趣（如唱歌、集郵或收集其它東西）。
- ___8.逛街(去商店、雜貨店看看)。
- ___9.打電動或玩電腦。

(五)、社會性

您在過去三個月是否常和別人從事下列活動？

0=從未 1=很少 2=有時 3=經常

- ___1.郊遊或旅行。
- ___2.聚會聊天、泡茶、下棋或打牌。
- ___3.到親戚朋友家拜訪。
- ___4.邀請或接待親戚朋友到家裡拜訪。
- ___5.參加婚喪喜慶或吃拜拜。
- ___6.外出吃飯（如上館子、餐廳或飯店）。

(六)、職業／就業

1.您目前有工作嗎？

___1=有（___a.受僱 ___b.自營 ___c.其它請說明_____）

___2=沒有（___a.學生 ___b.家管 ___c.其它請說明_____）

a.若**有**，什麼工作？_____

每週工作幾小時？_____

做這份工作已有多久？_____個月。

b.若**沒有**，最後一次受僱是什麼時候？_____

那是什麼工作？_____

每週工作幾小時？_____小時。

2.您是否參加工作坊（或庇護性工場）

___1=是 ___2=否

3.您認為自己有能力工作嗎？

___3=可以 ___2=有困難 ___1=當然不能

4.您最近三個月內是否試著找工作（如到就業中心或看報紙）？

___0=從未 ___1=很少 ___2=有時 ___3=經常。

四、權能感受

以下是關於個人對「人生」和「作決定」的一些觀點，請勾選最接近您現在感受的答案。第一個直覺的想法通常是最適切的，不要在一個問題上花太多時間思考。另外，請誠實回答，如此您的答案才能反映出你真正的感覺。每題只選擇1個答案；並請務必回答所有的問題。

	非常不同意	不同意	同意	非常同意
1.當我做計畫時，我有把握事情可以成功	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2.我對於自己所做的決定具有信心	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3.我覺得自己是一個有價值的人	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4.我認為自己是個有能力的人	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5.只要我認為可能的事，就可以做到	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6.我能夠決定我生活中大部分的事情	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7.一旦設定目標，我會努力去達成	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8.我能樂觀地面對挫折	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9.我對生活感到無力	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10.我自覺無法和有權力的人對抗	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11.我認為運氣不好造成我生命中的不幸	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12.我通常感到孤獨	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13.我有勇氣面對困難	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14.我知道如何和別人維持良好的溝通	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15.我能夠清楚地向別人表達自己的想法	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
16.與別人有不同的意見時，我能夠溝通和協調	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
17.當我需要別人幫助時，我會向別人提出來	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
18.我敢在公開場合表達與別人不同的意見	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
19.當與別人意見不一致時，我可以保持心情的平靜	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

	非常不同意	不同意	同意	非常同意
20.別人會重視我說的話	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
21.我覺得別人忽視我的存在	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
22.我可以說服別人接受我的建議	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
23.我覺得自己可以改變所處的環境	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
24.人們一起努力，可以改變社會的環境	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
25.人們如果團結起來，可以產生更大的社會力量	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
26.採取行動就有可能解決社會問題	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
27.社會的現實狀況不是市井小民可以改變的	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
28.只要是對的事情，我敢向權威挑戰	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
29.我願意參加集體行動來改善鄰里的問題	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
30.我願意參加集體行動來改善社會的問題	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
31.我願意為社會上不公不義的事情挺身而出	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
32.當人們遭遇不公平的社會對待時，我敢表達不滿的聲音	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
33.如果要爭取自身的權益時，我知道可以找哪些人幫忙	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
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	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

伍、生活滿意

以下的問題是想了解你對目前生活一些部分的一般感受，請選擇適合你的答案。

	非常不同意	不同意	同意	非常同意
1. 整體上我對我的生活感到滿意	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. 我對我的居住狀況感到滿意	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. 我對我的經濟狀況感到滿意	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. 我對我目前的工作狀況感到滿意	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. 我對自己的人際關係感到滿意	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. 我對我的孩子的狀況感到滿意	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. 我對自己的能力感到滿意	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. 我對自己目前的外在環境感到滿意	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

謝謝您協助填答這份問卷，請再檢查每題是否都填答了!!!

最後，您若對於生活或自己，若有任何想法，請利用下面的空間書寫：
