中　原　大　學　　2020.06　NO.35

服務學習

SERVICE LEARNING



引

言

也許他們有時無法控制自己的行為，也許他們需要接受治療才可繼續生活，也許它們反應沒那麼快，但他們就和一般人一樣，一樣會去學習新的事物，一樣對事物充滿興趣，一樣為了生活努力著，他們就是 -「精神障礙者」。

本期雙月刊，將帶大家認識現今精神患者遇到的不便，以及介紹台灣社會、校園為他們服務所帶來的幫助，除了心理方面的幫助外，也有透過輔具達到生理上的幫助，期望我們的文章能使大家更加瞭解精神障礙者。

服務學習記者團　敬上

輔具帶出「人」味的服務
身心障礙科技服務學習——服務學習課程專訪

校園記者／黃逸軒



為甚麼他們會變成精神障礙者
我想了解他們的真正需求，
因此我來上這堂課。

——電子系／藍士堯助教

為人而想，為人而做

學習，是為了學以致用。把學生從課本理論帶到實際參與，學習實務與人相處、溝通，關懷他人將所學回饋社會是身心障礙服務學習課程開設的核心理念。身心障礙服務學習課程分為兩個階段，哲學思辨與服務導論，透過哲學角度分析與批判性思考為精神障礙人士設計生活中的輔助器具，畢竟，我們服務的對象是人，所以必須以嚴謹的邏輯思辯反思用具設計的概念，想像出更符合需求並貼近生活的輔具。記得當初，我想像設計一個晶片，運用晶片解碼電磁波，轉換成電波，傳遞並接收神經訊息。這項設計可以讓四肢癱瘓的人，手腳動起來，有點像機械手腳的概念，不需要裝置機械手，只需要晶片和支架。但壞處就是它的成本太高，所以我當初的發想是以社會主義這個角度切入，支持我的設計。

先是了解，才能服務

服務他人必先了解其需要，才能在正確的需求點上幫助他人，這就是服務導論存在的重要性。課程邀請到關心在地身心障礙者的組織——「木匠的家」的理事長，在課堂上會初步對精神障礙進行介紹，敘述他們在生活中遇到的困難，讓大家更能感同身受。服務，不是理論口頭講講就能理解，是需要透過實踐與人互動才會了解服務的技巧精隨。「木匠的家」和桃園榮總是課程實地合作的單位，兩個服務地點雖然性質相似，但進行服務的方式卻截然不同。桃園榮總收的照顧對象比較偏躁鬱症和憂鬱症，活動進行都需要跟治療師討論評估才能實施，這邊的服務很是嚴謹。病房中的患者，因為久坐不動，肌肉很容易僵硬，而學生們利用 x-box 設計的小遊戲是一個能讓他們伸展身體又富有趣味性的輔具，類似於超級瑪莉的遊戲模式，必須要透過肢體上的跑或跳，才能獲得遊戲金幣。相較之下，「木匠的家」就顯得比較平易近人。這一個關懷協會，照顧失智的弱勢長者。在這邊的服務偏向教導長者，生活上社群軟體的運用，學生手把手帶著長者操作手機的各種基本功能，讓他們更為貼近這個世代。





問題應變，同理心為解

在服務的過程中，一定會遇到層出不窮的狀況問題。這時，就是要訓練臨場的應變能力。x-box 這個體感遊戲機，裡面有各式各樣的遊戲，可以依活動狀況挑選遊戲，正因為它的樂趣，以至於病患若是沒玩到，情緒就極容易失控，彼此用言語攻擊彼此，場面失控。這時的我們，絕對不能慌，必須站穩腳步，找治療師調解大家的情緒並從旁協助他們。另一方面，在「木匠的家」最常遇見的是，長者因為記憶力不好，每每都會問同樣操作問題，學生也會不厭其煩地重複解說帶著他們操作。慢慢的，我看見學生從一開始生澀的服務，成長成可以獨當一面的應變各種狀況。我們透過這堂課，漸漸以同理心去理解並試著與精障者共處在他們的世界，以他們的角度明白他們的需求，並且了解設計輔具是必須要不斷地檢視輔具設計，這樣的輔具才會是最貼近生活的存在。現代的輔具因為科技的日新月異，淘汰率極高，藉由發想輔具創意，讓修習這堂課的同學突破自我極限，善用科技介入真實服務，引發改變並實現自我。

在生活中找回自我
台灣社會心理復健協會專訪

校園記者 / 方薏婷

在台灣社會心理復健協會裡有一群人，他們為了想讓自己改變，成立精障青年自立生活營隊，學習怎麼面對生活。另外有一群人藉由提供自身專業背景的經驗，從旁協助精障青年們，讓他們在生活中找到自信。

在生活中找到自我價值

台灣社會心理復健協會長期關注精神障礙者議題，在累積許多個案服務的經驗下，近幾年開始輔導由精神障礙青年自主舉辦營隊，營隊打破以往由專業人士主導。主要理念是為了讓精神障礙者在生活中獨立自主，透過擁有專業背景的支持者 (志工)(以下簡稱為支持者) 從旁協助他們為自己設立生活目標，支持者大多有醫護相關背景或是企業志工。不管目標大小，當精障青年們願意提出來，承諾能實踐目標，協會相信他們是擁有能力自己決定、給予承諾並負責任地完成所設定的目標，每人擁有屬於其夢想藍圖，靠自己的努力一點一滴地描繪出來。

今年將舉辦第五年的精障青年自立生活營隊，主題為「工作與生活」，主要讓精障青年們固定在每次會議中討論對於工作職場的想像，透過企業支持者的經驗分享，從中學習，不斷引導發問並思考，從做中學。不只是單純地給予答案，所有的問題並沒有最佳解，而是在生活中探索找到屬於自己的真正解答。

找回生活中的現實感

台灣社會心理復健協會，滕西華理事長，分享到有位精障青年參加營隊的目標是讓自己能在大家面前流利的說話，他原本是位有口吃、不敢說話的人，於是決定要改善口吃，每次朗讀課文內容給大家聽，再慢慢開始找三個人說話，循序漸進的去達成目標。在最後成果發表時，他代表組別上台分享簡報，以流暢的速度分享整個內容，看著他一路以來的轉變，不禁讓人在台下感動泛淚。另外還有位青年是想改變生活習慣—戒除飲料，在炎熱的夏天裡，來一杯飲料解暑是最快樂的事情，他卻設定目標要不喝飲料，第一步從減糖開始，減少喝飲料的次數，一個月後把喝飲料的習慣取代為喝水，他認為喝水是對身體有益的事情。實施二個月後更近一步找到能兼具喝飲料又掌握健康的方式，那就是運動！與營養師討論後他瞭解到運動可加速代謝，當想喝飲料時就去運動，一舉兩得地將熱量消耗掉同時又犒賞自己。

理事長提到要讓精障青年們感受到「現實感」，在生活中給予找方法的方式，相信自己是有實踐夢想的權利、能力以及自由，支持者們則從旁一起協助找到答案，當最有力的靠山，給予最大的支持與鼓勵。



▲ 彼此針對目標互相討論發表意見。



▲ 精障青年們彼此合作畫出代表自己對五的圖案。



▶ 彼此針對目標互相討論發表意見。

建構友善包容的社會

在訪問中理事長提及，精神障礙不該被貼上標籤，擁有精神疾病的患者和一般人生病沒什麼不同，有時在某些狀態下無法控制自己的思維和行動。對於精神疾病的治療，復元並不是精神疾病患者一個人的事情，除了接受專業的醫療資源之外，最大部分是讓患者能夠在生活中復元，家人的陪伴和整個社會環境都會是影響復元程度的因素之一。藥物的治療只是單方面的減緩症狀的發生，人是群居的動物，最終還是要回歸生活，在生活裡學習著恢復成原來的模樣，精神障礙者也希望能夠回到原本健康的樣子。

若社會願意伸出雙手擁抱那些生病的人們，並不是因為害怕就選擇排斥、拒絕，即便有好的醫療資源，沒有家人朋友或醫護人員的陪伴，讓病患一個人去面對疾病其實也是一個很無助且孤單的事。

▼ 精障青年們彼此討論為自己的隊伍畫出代表的圖案。



「恐懼和害怕是社會的不定時炸彈，而不是精神疾病。」理事長表示大多數的人對於精神疾病的不了解，就不選擇接近，因而產生距離和誤解。是社會的排斥，讓精神障礙者被貼上負面的標籤，其實在參與完營隊後，許多支持者分享若在平常不會發覺原來他們是一群精神障礙者，他們如同正常人一樣生活著。未來理事長也歡迎青年志工加入支持者的夥伴，只要願意付出行動、打開自己的心去傾聽這個社會不同的聲音，會發現原來我們是一樣平等的。

來自特教天使的祝福
天使報佳音

校園記者／葉育恩

中原大學服務學習種籽團，長期關注桃園在地兒童相關議題，108年12月24日聖誕前夕舉辦「天使報佳音活動」，招募一群喜愛小朋友的大學生，一同到東門國小和瑞豐國小，帶著天使班（特教班）的小孩，到老師辦公室以及一般生教室，唱聖誕歌祝福師生，另外也帶著天使班的小孩，親手製作卡片給老師和父母親表達感謝。

破除刻板印象成為給予者

服務學習種籽團致力於推廣在地服務，關心社區周遭人文環境。持續將全人教育對天、人、物、我之人文關懷理念，透過在地服務向下扎根，達到「人」與「環境」永續發展之目標，以善盡大學社會責任。

在聖誕節舉辦大手牽小手報佳音活動，帶領國小天使班之特教生報佳音，期望藉由活動。讓這群看似只能「受」的天使們，有機會展現「施」的能力。有別於印象中報佳音的形式，種籽團帶領特教生小朋友，成為報佳音的給予者，當天的志工除了種籽團的成員，同時為了加強人力及讓更多大學生接觸到此議題，也招募一群大學生一同參與活動，擔任美宣設計及小隊輔的角色，參加的大學生裡有些在過去未曾接觸特殊生的小孩，透過行前訓練大學生們瞭解天使班小朋友的狀況，希望能一同帶領天使班小朋友成為有能力付出的人，也能破除一般生小朋友對天使班的刻板印象。因為想讓特教班孩子，也能用自身的能力給予回饋，體驗轉換角色給予愛。

▼ 志工夥伴到班級內唱跳報佳音。



「不完美」卻很真實的感動

天使班班級裡有泛自閉症、多重障礙和歌舞伎症候群的學生，有著先天身體機能的不便，肌肉使用較不發達，因此種籽團在設計活動時，也根據小朋友的狀況進行，像是製作卡片時，選擇使用貼貼紙方式，帶著小朋友貼成一個愛心形狀，讓天使班的小孩有能力完成。團員們也挑選難度適合的聖誕歌曲，教小朋友在短時間內練習，帶他們到老師辦公室和普通班級裡報佳音，種籽團剛開始，有些擔心普通生會有異樣眼光或是歧視，但實際到現場看見他們一起幫忙打拍子一起唱聖誕歌，氛圍十分融洽，天使班的報佳音活動，雖然無法展現精湛的舞姿，或是把歌詞字字句句都唱得悅耳，但透過這活動讓天使班成為能夠發揮自身價值，不在意歌曲或是舞蹈的完整度，而是希望這活動能帶給的感動。

天使們互相幫助成為彼此的好夥伴

財金二乙的鍾紫柔同學，她在活動中看到一個比較熱情會照顧其他孩子的小朋友，牽著另一位平衡感不好的小朋友一起走，很有架勢互相幫忙，甚至也幫忙指引道路和方向，看到那一幕很感動，她也表示：「僅管天使班小朋友身體不同於一般人，看見他們發揮自身價值，成為有能力付出給予的人，就是達成這活動服務的宗旨。」心理系的黃逸軒同學也說道：「因為有朋友在身旁，他們就可以一起應對旁人對他的看法。」雖然特教班的孩子，天生因為身體的缺陷，生活起居照料多要由父母和師長協助，在聖誕節前夕透過天使報佳音活動，不僅讓他們有機會成為付出，給予感動和祝福的人，也讓一些正常班孩子感受對特教班有更多認識，打破對特教班學生的既定印象。



◀志工協助天使班孩童製作聖誕節賀卡。



中原大學服務學習中心

服務學習雙月刊

發 行 人：張光正
總 編 輯：陳冠宇
執　　編：李俊耀
編 輯 群：鄧榮樺、盧永富、游婷雯、吳靚瑩、陳儀璇
校園記者：方蕙婷、葉育恩、蔡念璇、吳孟庭、陳緯玲、黃逸軒
設　　計：游婷雯

中原大學服務學習中心
粉絲專頁