

身心保健坊设组屋区 助精神病患融入社会

为了推广积极生活和帮助精神病患重新融入社会，阿裕尼一后港公民咨询委员会和银丝带（新加坡）在后港8巷开设了茨园身心保健坊。

居民除了能通过那里的职业关怀中介找到工作，参加保健坊举行的身心健康讲座和活动，还能向专业心理学家免费咨询心理问题。

阿裕尼集选区议员杨木光昨天为保健坊主持开幕典礼。

他受访时说，有的居民向他反映，随着我国面对全球化的竞争，工作场所有很多变化，他们难找工作，因此面对很大的压力。

他说：“他们为了经济问题来找我们，可是长期失业已经造成他们精神上的问题，他们没有志气、失去信心，最后还是难找工作，成了一种恶性循环。”

杨木光表示，如果这个保健坊反应不错，他希望在选区内设更多间，照顾居民的身心健康。

心理学家切尔比（Chelvi）医生将每个星期到保健坊为居民解忧。她希望帮助居民保持身心健康，居民有心理问题能同她讨论，如果怀疑自己心理不平衡，她也能帮他们做简单的心理测验，有必

要时推荐他们看心理医生。

她指出，每个人在人生的不同阶段，都可能面对一些心理不平衡，这是很正常的。

“但是精神病患在我们社会里找不到精神支柱，特别是随着人们只通过传简讯或网上即时通讯来沟通，少了面对面的接触和支持。”

银丝带（新加坡）副主席李清医生指出，有一半以上的精神病人没有接受治疗。他说，他们常碰到人们的成见，很多精神病患不想让别人，甚至是家人知道他们有精神病，因此不敢到医院求医，而这个设在组屋区的保健坊，就能让他们在没有心理压力的情况下上门询问。

除了为居民服务，茨园身心保健坊也提供已康复的精神病患工作培训的机会。他们能学习处理行政工作，完成两到三个月的培训计划后还能获得证书。

银丝带（新加坡）执行理事长傅秀珍说，很多精神病患在康复后，就想直接投入社会工作，但是他们脱离社会一阵子，缺乏信心和社交技能，也跟不上工作场所的步伐。

“在接受培训过程，他们能同其他居民接洽，间接融入社会。”



吴玉明虽然30多年前患上精神分裂症，但是经过家人的支持，终于克服了精神病，并将此经历出版成中、英、马来文的书《重见恩典：走出精神分裂症》。（何炳耀摄）

30多年前曾患上精神分裂症的吴玉明（60岁，补习教师）非常支持把保健坊设在组屋区里。

他说，在患病的16年内，他就换了15份工作，工作最久的有两年，最短的只有一星期。

他指出，不少精神分裂症病人同样面对找不到工作的问题，主要原因是他们服的药物让他们工作的速度缓慢，有的雇主不能接受。

填写求职表格对他来说是

一种压力，他说：“表格上总是有一道问题问你是否有精神病例，我心理就会挣扎。填有，就没了工作；填没有，又好像在欺骗，心理很乱。”

李清医生指出，随着我国对精神病的意识增强了，精神病患懂得更早求医，病患有年轻化的趋势，他们对工作的要求也改变了，希望从事资讯科技等工作。

职业关怀中介人除了通过政府的求职网络，也在邻里不刊登广告的店铺、咖啡店等为

居民除了能通过职业关怀中介找到工作，参加保健坊举行的身心健康讲座和活动，还能向专业心理学家免费咨询心理问题。

居民找工作。其中一名中介陈惠珍受访时说，咖啡店就不介意聘请曾患上精神病的员工。

Lianhe Zaobao 29/10/2007