

# 情緒評估與介入（病友篇）

## ■初步評估

當我們的病友出現以下的這些情況時，我們可協助病友接受醫師的諮詢，以了解可運用的相關資源：

- 病友因自身狀況，出現明顯的情緒起伏，甚至是出現自傷或傷人之攻擊行為的可能性
- 當因疾病或適應問題，迫使病友必須放棄過去的職業及生活，對未來生活亦不敢抱持著期待時
- 想重返工作崗位，卻不知是否可以順利，未來可能會遇到的困難要如何因應時

## ■心理諮詢

透過心理諮詢，我們可以協助病友了解：

- 1.目前的情緒狀態及其源由：
  - 是否為來自神經受損後遺，或為反應性兩方面之具傷害性情緒
  - 亦或為身體功能的喪失的突然一缺乏逐漸適應的歷程，因而出現劇烈的情緒轉變，甚至是浮現自殺念頭
- 2.當前的壓力源與對壓力事件的感受及反應模式
- 3.影響疾病復原之性格相關特質等



## ■心理諮詢內容：

我們將於療程中，提供病友對疾病認知的諮詢與心理治療，以疾病適應與危機因應進行介入，提升情緒調控能力，以維持情緒的穩定，同時協助建立對自我與未來的正向、積極觀。

- 個別心理治療：透過設定正向目標-例外-假設解決-回饋，提升病人對自己當前狀態的覺察能力，包括情緒、想法與期待，挑戰負向想法，調整認知錯誤，並重建自我形象，同時對於生活的重新安排
- 此外，針對有返回職場的需求者，心理師會進行職前與生涯規劃要素衡鑑：除了基本的生涯要素，如性向與能力、興趣、就業動機與生活價值觀、職業性格以外，另配合身心失能之特定神經心理障礙與環境障礙之衡鑑，協助病友考量多方面因素（身心限制、生涯阻礙、獨立生活能力及復原階段），以進行適切的生涯規劃。

## ■家屬平日可以做的：

- 1.對於病友復健動機與復健行為之增強，如協助排除干擾因素
- 2.對於病友復原的合理期待，使其量力而為
- 3.留意病友出現憂鬱症、焦慮症的可能性
- 4.協助病友保持愉快與樂觀的心情

參考資料：

Shettleworth, S. J. (2009). Cognition, evolution, and behavior. Oxford university press.

諮詢電話 (02)2737-2181 分機 1241

制訂單位 /修訂日期：復健醫學臨床心理組/1140415

F-4200-PSY-004

本單僅供參考，實際治療以醫師診治為主



以病家為尊、以同仁為重、以北醫為榮