

# 心理服務助青少年衝破自閉症

小娟(化名)今年14歲,今天的她和其他同齡的少女一樣上學和參加課餘活動。旁人絕對想像得到一年前她還是個只願意把自己關在家中、對身邊發生的事情,都不感興趣的人。

小娟是一個精神分裂症的病患者,她的病讓她常常產生錯覺和幻覺,也影響她的語言和社交能力,導致情緒和行為十分不穩定。多年前當她和家人移民到加拿大時,由於她的家人對精神分裂症的認識不多,加上要適應環境的轉變和文化的差異,事情變得更壞,小娟不僅覺得沒有人理解她,她也十分抗拒這個社會,她只想把自己關

閉在對她來說最舒服的世界——她自己的世界。縱使她希望改善這個情況,可是求助無門。

直至她參加了兒童及青少年心理健康服務綜合性治療小組,在心理醫生和社工的幫助下,她不僅開始學習怎樣照料自己,她更嘗試通過小組活動和其他人溝通,並且表達自己的感受。她的家人對小娟和她的病情也有較多的認識。今天,小娟已完全走出她自我封閉的個人世界。

提起精神病,許多人以為精神病患者必定是瘋瘋癲癲、行為古怪,甚至是生人勿近的危險人物。但事實並非如此,精神病實際上分成很多種,而且病情輕重不一,對病患者日常生活的影響也各異。

## 沒有先兆或徵狀

由於精神病和其他疾病一樣,不會驟然而來,病發前通常會有先兆或者出現徵狀,因此如果能及早察覺徵狀,患者愈早接受治療,就愈可以避免病發或者減輕復發的程度,痊癒機會也愈高。而多數病患者,只要治療得當,就能夠穩定病情,逐漸恢復正常的生活。

兒童及青少年心理健康服務對象,是那些精神心理出現問題,以致思想、行為或情緒受影響、年齡在18歲或以下的兒童、青少年及家人;服務語言,就包括英語、國語、粵語及旁遮普語等。當然還可以要求其他語言的傳譯服務。一般常見病症,包括焦慮症、抑鬱症、恐懼症和心理創傷,或發生家庭悲劇、父母分居或離婚等。

兒童及青少年心理健康服務治療小組的成員,包括心理治療師、職能治療師及精神科醫

師。他們會因應兒童及青少年的年齡和個別需要,提供評估、診斷和治療。他們也亦與其他相關專業人士,例如教師、輔導員及醫生等,共同協調,為患者提供服務。當然資料是絕對保密的。除了一般心理輔導以外,其他治療項目,包括家庭治療、藝術及遊戲治療和小組治療。

對於出現心理徵狀的兒童和青少年來說,藝術及遊戲極有助於治療。這些活動包括手工藝班、跳舞班、繪畫和游泳等。此外,輔導員也會以五至八個小朋友為一組,參觀水族館、冰球賽和其他體育運動。通過一系列的遊戲及社交活動,他們可以踏出自我世界,嘗試融入社會,參與更多的活動,並且表達自己。這些藝術及遊戲治療,讓患者可以在一個較為安全和正面的環境中改善病情,有助穩定情緒和行為。

參加這個活動的患者都表示,他們現在都比較懂得如何和別人溝通,用言語表達自己所想和感受,家人和朋友更明白自己。他們都較以前願意參與社區和學校的活動,成績不單較以前進步,人也比較獨立,能夠自我照顧。最重要的是,他們都覺得他們是社會的一份子,而不是被排斥的一群。當然社會人士對他們的體諒和接納也很重要。

如果想查詢更多與自閉症相關資料,請致電604-207-2511心理健康服務小組。

本文資料提供:烈治文醫院基金會。聯絡電話:604-244-5555(馮裕甯);地址:烈治文Westminster Highway 7000號;網頁:[www.richmondhospitalfoundation.com](http://www.richmondhospitalfoundation.com)。



烈治文醫院的優雅環境。