

《香港社會文化觀念為精神康復者家屬所建構的角色》

香港大學社會工作及行政學系副教授
黃富強博士

很高興有機會在此分享。我有一位一齊長大的表哥，每逢新春我們就去廣州探他一家，後來得知他患有精神分裂症，並因此自殺而死，舅父母的家庭因表哥的病十分困擾，產生許多矛盾和爭執，這經歷引發我後來對精神康復者家屬研究的興趣。我過去做過 4 至 5 個有關精神康復者家屬之研究，在此跟大家分享這些研究的重點。

首先，香港究竟有多少與家屬同住的精神病患者？國內情況約有 90% (Phillips, 1990)，而美國則為 65% (Hatfield, 1987)，香港這方面暫沒有數據，估計約有 80%，這是一個相當大的數字，在我最近的精神康復者家屬研究顯示，31% 的被訪家屬因照顧病患家人，自己的精神健康受損害，癥狀包括：失眠、情緒起伏不定、抑鬱等。這研究用一個國際性的問卷作調查工具，且兩個研究的數字相近，故可信性甚高。精神康復者家屬正承受重大壓力，今日政府應更加正視。

另外，研究亦顯示病患者與家屬接觸的時間愈長，家屬的精神壓力愈高，因此，家屬是否懂得處理病者日常問題的技巧，如：覆診及服藥督導、處理患者異常行為及情緒等，就十分關鍵，故這方面的訓練非常重要。

中國社會的家屬，會面對一些特有的實際困難，是與西方文化不同的。第一是處理精神病其中一類負面癥狀 – 懶洋洋、對甚麼也提不起興趣、不肯做工。中國人的觀念，認為每一個人都要勞力，做工，患者甚麼都不做此病癥會令家人特別煩惱，及感到壓力特別大。另一方面，中國人重視家庭關係，家庭成員生病，

家屬無論如何辛苦，也願負起照顧的責任，甚至不顧自己，因此，中國人家屬在照顧過程中，普遍會感到沒有自己的時間和空間，社交圈子縮窄。其實，家人若能兼顧自己的休息及娛樂，才更有精力去繼續照顧患者，取得雙贏。

近期因政府廣泛的宣傳，令思覺失調患者及在大約 5 至 6 個月內得到治療，以往嚴重延遲就醫的情況已大大改善。以前延遲就醫的原因，除政府宣傳外，家屬忌諱亦是其中重要因素，這也是中國人家屬一個普遍的心路歷程。

我曾比較澳洲及香港兩地的家屬情況，兩者的「勞累感總值」分數均屬偏高，這反映照顧精神病患者本身就是壓力，無分文化。然香港家屬一般沒有朋友的支持，並只有少數有接受社會服務，所以香港家屬之勞累感較澳洲為高，原因相信是因為中國人家屬一般很勤力，又孤立地盡照顧之責，且家庭觀念較重，與患者同住的時間較長有關。

中國人對精神病成因的看法，也很影響照顧上的壓力。傳統思想相信祖先犯錯是引致精神病的原因，這觀念往往將責任放在家屬自己，引致過份內疚。現在觀念轉變了，根據研究，大部分受訪家屬認為精神病成因是性格內向及生活壓力，這些因素雖然部分正確，然若完全相信，忽略了生理及遺傳因素，也會將責任過份加諸患者，令家屬容易怪責病者，影響溝通方式，調查所得，家屬對患者的說話和態度負面，會使病患復發率增加 50-60%。

總言之，家屬需留意自己在照顧上承受十分大壓力，必須同時照顧自己的身心健康；另外現代人對精神病的觀念在轉變中，也須留意不要將責任過份加諸病者，構成患者及家屬雙方的壓力。