

七月至八月成人主日學（合班）

日期	講題	導師
7/14	「沿途有你」(一) 與精神病患者同行、同肩負、同承擔、同盼望	Purple Yip
7/21	「社會關懷與參予」 對社會許多的問題和需要，如何參予和實際行動	Cynthia Tam
7/28	「交稅、避稅、報關」 信徒對公民責任的態度和承擔	Eugene Chung
8/11	「加國政治體制與公民職責」 三級政府之運作，施政對市民的影響，參政與選舉等	Paul Wan
8/18	「沿途有你」(二)： 與哀傷者同行、同哀傷、同承擔和同盼望	Jacqueline Seto
8/25	「作為加國公民應有之判斷」： 作為加國公民，面對不同的政綱、政客，如何發揮出正確的分析 and 判斷	Paul Wan



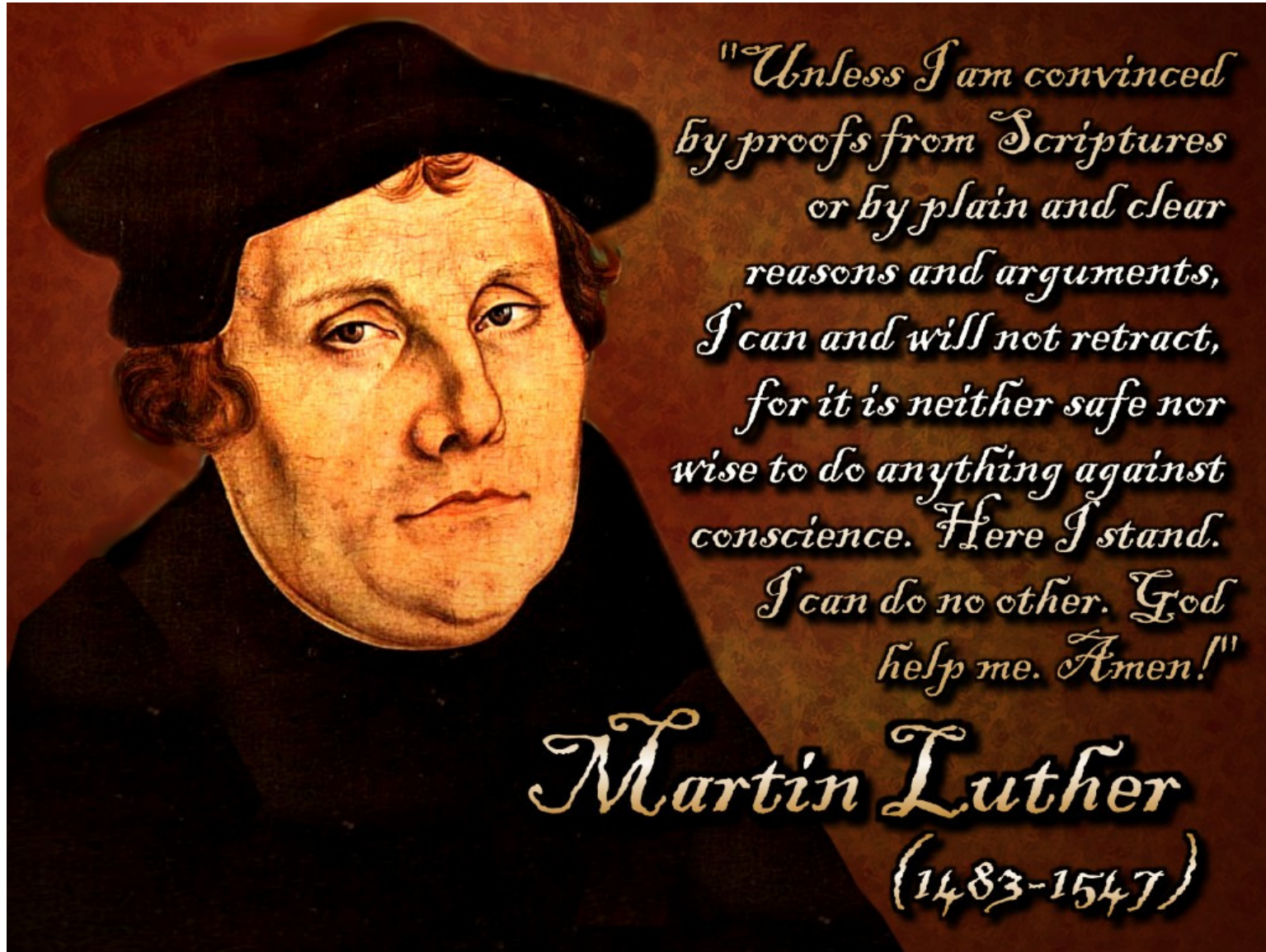
沿途有你

Facilitator : Purple Yip

名人與精神病

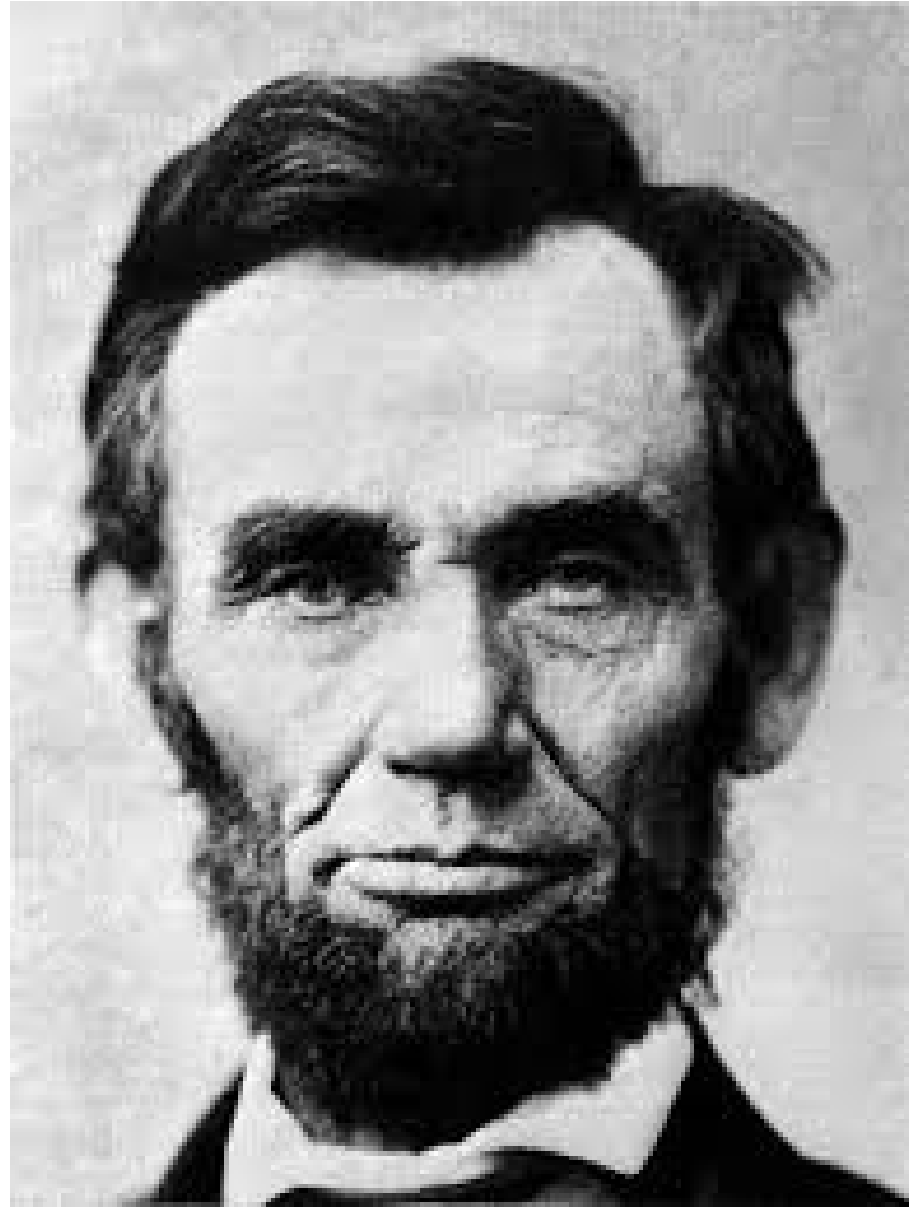






*"Unless I am convinced
by proofs from Scriptures
or by plain and clear
reasons and arguments,
I can and will not retract,
for it is neither safe nor
wise to do anything against
conscience. Here I stand.
I can do no other. God
help me. Amen!"*

*Martin Luther
(1483-1547)*



名人與精神病

- **J.K. Rowling**
- **Ludwig van Beethoven 貝多芬**
- **Jim Carrey 占利**
- **Winston Churchill 邱吉爾**
- **Catherine Zeta Jones**
- **President Abraham Lincoln 林肯
and his wife**
- **Martin Luther 馬丁路德**
- **Vincent Van Gogh 凡高**
- **Princess Diana 戴安娜皇妃**
- **Matthew Warren**

對於精神病的種種誤解

- **誤解一：精神病人都有暴力傾向**
- **誤解二：精神病人都有多重人格**
- **誤解三：精神病是家長的錯**
- **誤解四：基督徒不會患上憂鬱病**
- **誤解五：基督徒不須藥物, 只須禱告**

精神病的事實

(一) 每五個加拿大人, 一個患精神病

**(二) 18% 的(15 – 24 歲)青少年患精神病 或有
吸毒問題**

(三) 九成的自殺個案, 事主患有精神病

(四) 加拿大的自殺個案每年平均 4000

(五) 加拿大的精神病人口分佈：

- 嚴重憂鬱(major depression) 8%
- 躁狂抑鬱(bipolar disorder) 1%
- 精神分裂 (schizophrenia) 1%
- 焦慮症(anxiety disorder)12%

(Source: Report on mental illness in Canada, 2002)

甚麼是精神病？

- 這是一種**腦部功能不穩定的疾病**；病人的情緒、思想或行為暫時或長期出現障礙；嚴重時，會改變病者的性格、社交和人際關係。
- MENTAL ILLNESS occurs when the brain, just like any other organ such as the heart, or the kidney, is not working the way it should. The symptoms can range from loss of motivation and energy, mood swings, disturbances in thought or reception, or overwhelming obsessions or fears. MENTAL ILLNESS interferes with relationships and affects a person's ability to function on a day-to-day basis, often leading to social isolation.

(Source : <http://toronto.cmha.ca/mental-health/understanding-mental-illness>)

常見的精神病種類

- **強迫心理症 (Obsessive Compulsive Disorder)**
- **焦慮症 (Anxiety Disorder)**
- **抑鬱症 (Major Depression)**
- **躁狂抑鬱症 (Bipolar Disorder)**
- **精神分裂症 (Schizophrenia)**

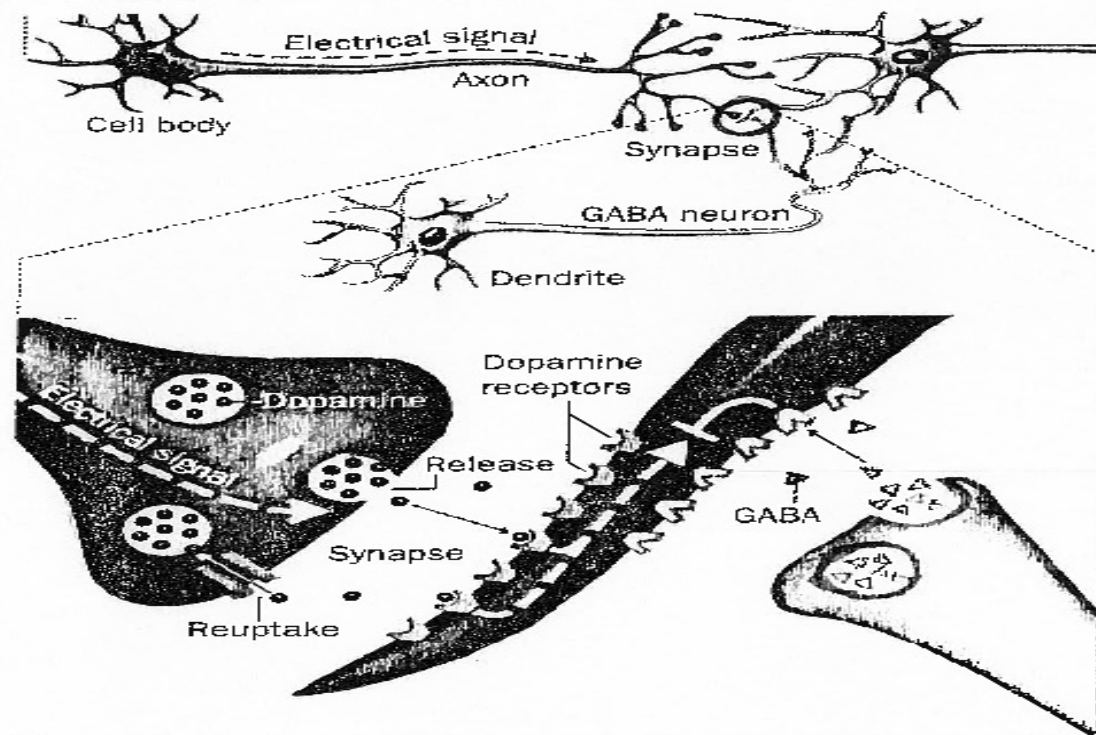
(Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders V)

爲什麼會患上精神病？

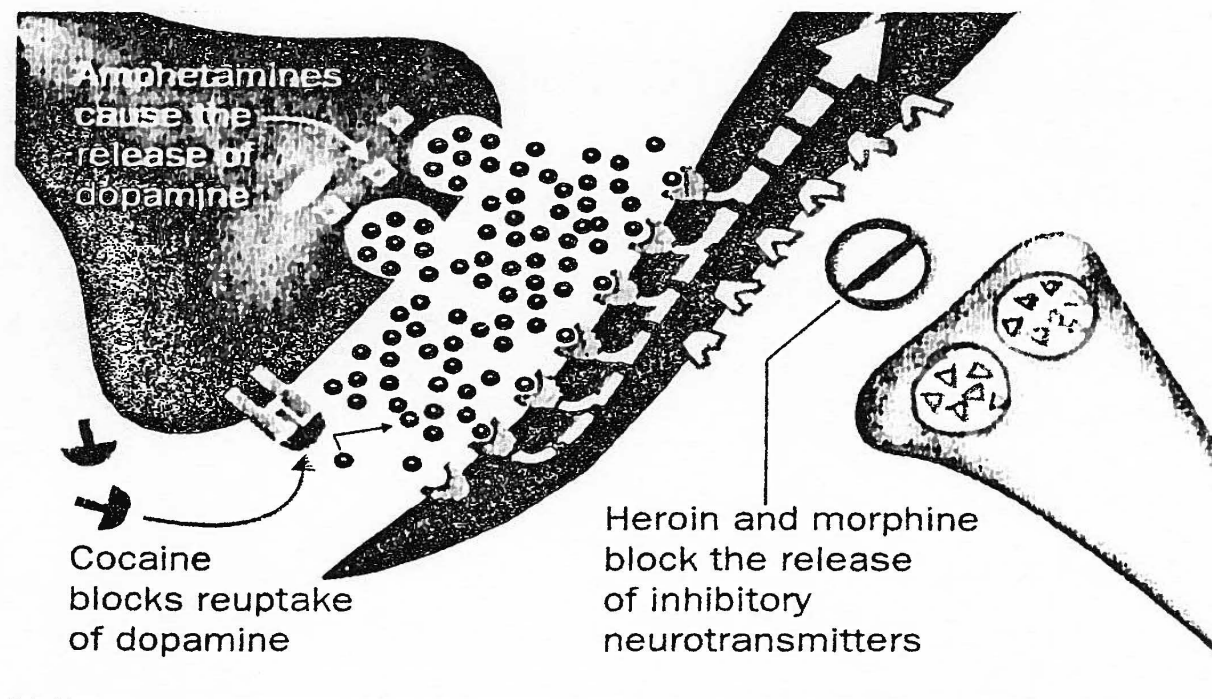
精神病沒有單一或明顯的病因，通常由多種誘發因素互相影響而產生：

- **生理因素**： 腦部化學物質失調、腦部受損、身體疾病；
- **心理因素**： 個人性格、情緒；
- **環境因素**： 生活壓力、重大轉變、創傷經歷、藥物作用；
- **遺傳因素**： 精神分裂症、抑鬱躁狂症等精神病有遺傳傾向。

精神病與腦部



精神病與腦部



Source: National Institute on Drug Abuse (NIH)
TIME Diagram by Kristina Dell, Meg Massey and Joe Lertola

精神病的成因

Stress-Vulnerability Model

精神病人常遇的挑戰

- 對精神病欠缺正確認識
- 資源不足
- 患者欠缺洞察力 Lack of insight (anosognosia)
- 羞恥 (Shame) 防礙患者 與 家人求助
- 歧視 Stigma and discrimination
- 恐懼 Fear
- 將精神病靈性化

你可以協助精神病人康復

作為精神病康復者的家人：

- 多關懷他們，並留心其精神狀況；
- 確保他們依時覆診和服藥；
- 避免過份監視；
- 勿過份照顧，對他們有信心，讓他們學習獨立；
- 給予他們平靜和有規律的生活環境；
鼓勵和陪伴他們參與活動。

你可以協助精神病人康復

作為精神病康復者的朋友和鄰居：

- 視他們為正常人；尊重他們，交往時要有禮貌和平等；
- 用和藹、誠懇的態度和他們交談；
- 嘗試細心聆聽他們的傾訴，不但讓他們有宣洩的機會，也能對他們的內心世界有更深的了解；
- 毋須對他們些微莫名奇妙的舉動大驚小怪；
- 邀請或陪伴他們參與社交活動；協助他們找尋工作。

你可以協助精神病人康復

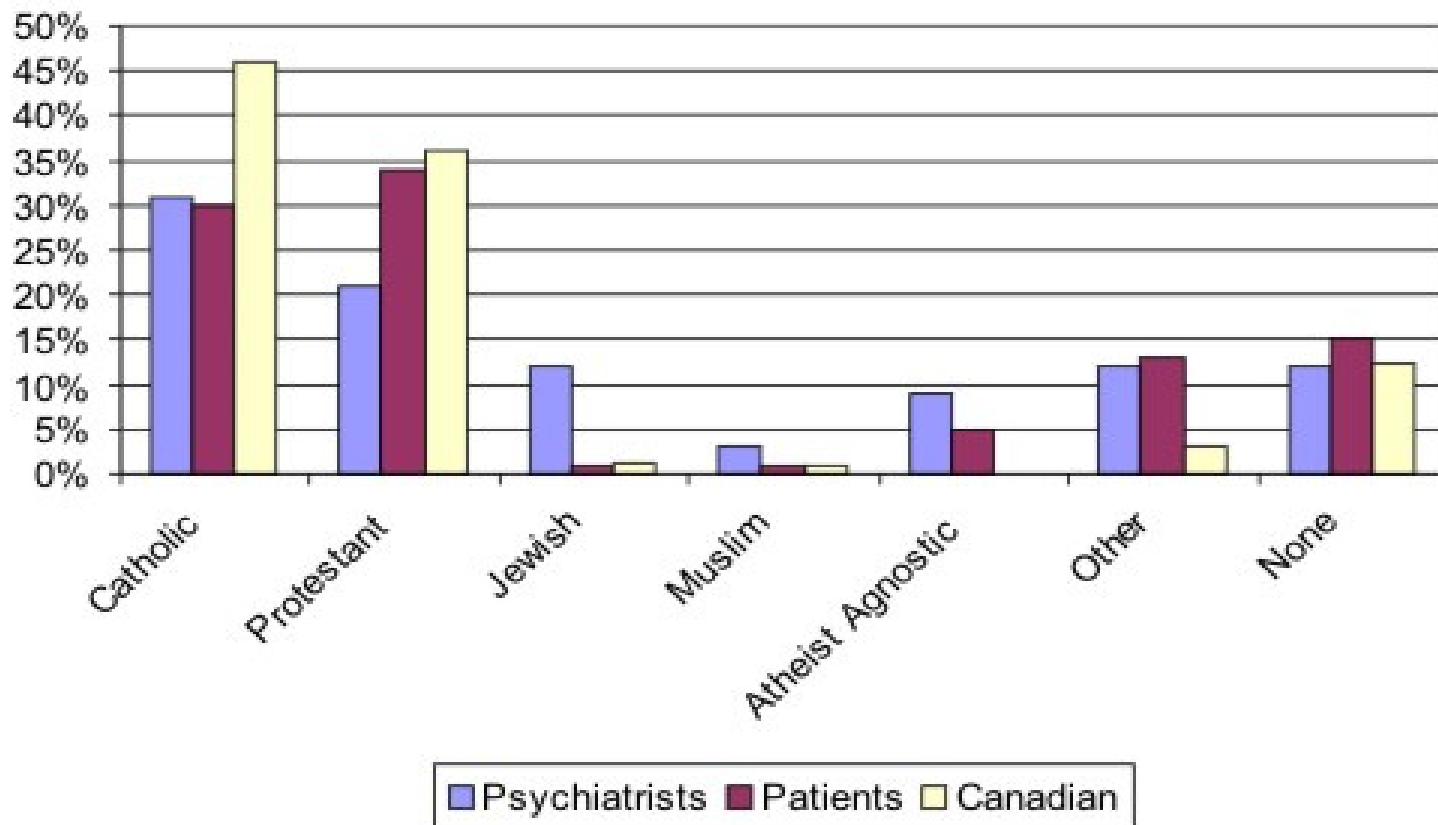
作為公眾人士對精神病康復者的態度：

- 對不幸患上精神病的人應寄予同情和體諒；
- 尊重他們作為社會一份子應有的權利；
主動認識有關精神病的正確知識，免卻不必要的猜測；
- 嘗試參觀精神病康復機構，消除疑慮；
- 參與服務精神病康復者的義務工作，親身認識他們。

(資料來源：香港心理衛生會<http://www.mhahk.org.hk/>)

Mental Illness & Spirituality

- Religious affiliation of psychiatrists, patients, and the Canadian population



(Source : *Can J Psychiatry* 2004;49:265–271)

關注精神病

- **精神病關注週 (Mental Illness Awareness Week): 2013年10月6-11日**
- **世界精神健康日 (World Mental Health Day): 2013年10月10日**
- **精神健康月 (Mental Health Month): 每年五月**

有關精神病的講座

- **SSO family education program-
Strengthening Families Together**
- **Mental Health and Faith Symposium**
Date : November 2nd, 2013
Time : 9am to 1pm
Venue : Tyndale Seminary

互聯網資源

- 康福心理健康協會

Hong Fook Mental Health Association

- 香港心理衛生會 <http://www.mhahk.org.hk>

- 利民會

<http://www.richmond.org.hk/mental-ill.htm>

- 香港醫管局 <http://www.ha.org.hk/>

葵涌醫院

青山醫院