

精神健康（五）：如何劝导病者接受治疗？—朱如月老师

有人指出，精神疾患与其他疾病的其中一个显著分别，是患了其他疾病的人会知道自己患病了，但个中的痛苦或不适自己最明白，其他人却未必知道；相反，患了精神疾患的人，周围的人都知道，病人自己却往往不知道，或者加以否认。因此，精神病患者的亲友往往是最痛苦和承受最大压力的；而且，要劝勉患病的人尽早接受治疗也不容易。

一、为什么精神病患者不愿意接受治疗？

常见的原因包括：

1. 不觉得有病。因为病症很真实，使病者与现实脱节。
2. 病情严重，病者思维太混乱，不能有效组织思想及安排治疗。
3. 病者自知有某些问题（虽然不一定自认有精神疾患），但心理上恐惧、抗拒，原因包括：
 - a. 对精神疾患的误解；
 - b. 害怕吃药或长期吃药；
 - c. 害怕隐私得不到保护；
 - d. 害怕被歧视、被标签；
 - e. 害怕被关进医院，甚至被家人遗弃等等。

二、家人或朋友不应该做的事

1. 视而不见、过分容忍、自欺欺人。
2. 过分强硬、恐吓。
3. 欺骗病者看医生。
4. 暗中下药。
5. 只顾分析“成因”，互相埋怨、指责，自怨自艾，过分内疚。

三、一些建议

1. 聆听、了解、分析、商量、鼓励。
2. 可以问明抗拒原因，或者病者到底害怕什么。
3. 将现在的情况与过去比较：变化了什么？跟以前有什么不同（性格、思维、生活方式或习惯、社交、人际关系、学业、自我照顾、个人卫生等）？
4. 避免坚持“有病”或“没有病”、是“什么病”等的争辩。
5. 找出共同的认知，例如一些大家都观察到的反常行为，或者病者自己也承认的感受和困扰。
6. 定下治疗上期（或短期）、中期、长期的目标。
7. 可以用协议的方式，作为一种善意的挑战。例如提出一个有限期的疗程：“尝试服药三四个月，看看效果如何再打算。”（但不要以为在短时间内药物必定有理想的疗效，也不要作出不切实际的承诺。）
8. 如果上面的方法无效，尝试用更直接的方法，以关怀和真诚的态度说出你的观察、困惑、甚至苦况，建议病者要面对现实，寻求协助。

“你要把你的重担卸给耶和华，他必抚养你；他永不叫义人动摇。”（诗55：22）

文章参考：

苏刘君玉。《我心病了》。香港：学生福音团契，2000。

《圣经：生命成长版》。香港：汉语圣经协会，2010。

Lai, Samuel T. K. "Lectures on Church and Psychopathology." Transcript. Hong Kong: Baptist Theological Seminary.

欢迎来信辅导部cc@liangyou.net, 回应讨论话题。学员如需要接受辅导服务, 请填写在良院网站的“表格下载区” / “下载资料”的“辅导申请表格”, 辅导部会按着个别情况和需要, 安排电话约谈时间。