

## 本地唯一精神康复者之家 助病情稳定病患重返社会

陈劲禾 报道  
jinhet@sph.com.sg

本地唯一一家精神康复者之家昨日正式开幕，为病情稳定的精神病患提供临时住宿，协助他们重返社会，独立生活。

这间精神康复者之家位于花拉公园，由新加坡圣公会社区服务经营，可为60名成人及20名青年提供住宿。

根据圣公会社区服务的资料，复健辅导员将通过辅导、心理教育、个人效能技巧的传授、家庭接触与支援、职业与技能支援，以及社交与休闲活动等，协助康复者掌握重返社会的能力。

圣公会社区服务旗下已有两家精神病患复健中心——后港关怀中心与四美关怀中心，但重心在于药物治疗与职能治疗等与精神病况有关的复健活动。

新加坡圣公会社区服务与圣安德烈教会医院集团总裁郑思聪医生受访时指出，新开幕的精神

康复者之家着重于日常生活与社交所需的技能，病患的病情会比入住复健中心的病患稳定。

此外，复健中心只接收成人病患，但精神康复者之家除了成人，也接收16岁至21岁青年病患。

申请入住者须经医院或护联中心等机构转介。根据能力，每月费用可介于155元至620元。

卫生部长颜金勇昨日为名为圣公会关怀中心（花拉公园）（Anglican Care Centre at Farrer Park）的精神康复者之家主持开幕仪式。

他说，卫生部去年委任新加坡圣公会社区服务经营本地唯一一家精神康复者之家。

根据卫生部资料，精神康复者之家服务对象是病情稳定的精神病患。这些病患只需极少药物维持病情稳定，无需加强护理。他们也属于身体健康、眼力好，没严重体能或智能障碍的病患。



卫生部长颜金勇（左一）与新加坡圣公会社区服务与圣安德烈教会医院集团总裁郑思聪医生（左四）参观新开幕的精神康复者之家——圣公会关怀中心（花拉公园）。（唐家鸿摄）

颜金勇致辞时说：“除了初期的急性医疗，精神病患需要持续不断的支持和复健来维持康复期，重新融入社会。有了良好社区支援，他们多数可如常生活，包括如常就业。”

黄喜文（48岁，医疗护理助理）曾患有抑郁症，在医院接受治疗，入住后港关怀中心展开复健疗程。他接受《联合早报》访问时说，精神病患在复健过程中容易受到环境刺激，可能因他

人的一句话导致病情复发，因此复健的环境很重要，入住复健中心对他恢复健康是关键的一环。

他指出，除非病患生长在一个很好的家庭，并且获得许多朋友的支持，否则多半需要一个能

## 精神健康意识提高 更多年轻工作者到社区辅导中心求助

受访的社区辅导中心指出，过去两年来向中心求助的年轻专业人士增加了两到三成。这些患者大多数都担心，一旦雇主得知自己患有精神疾病，可能影响就业或升迁机会，因此默默承担压力，不愿求助。

黄小芳 报道  
xthuang@sph.com.sg

不少初入社会的年轻人都面对巨大精神压力，却因担心让雇主留下负面印象不愿求助。随着越来越多辅导中心把触角伸向年轻专业人士，到社区辅导中心求助的年轻人，过去两年来增加两到三成。

在毕业后踏入职场、适应全新的工作环境，加上突然必须担起寻找伴侣、结婚养家的重担，令不少20多岁至30岁的年轻专业人士倍感压力，不少人甚至因此患上抑郁症和焦虑症。

但大多数患者都担心，一旦雇主得知自己患有精神疾病，可能影响他们就业或升迁机会，因此默默承担压力，不愿求助。

近年来，有越来越多社区辅导中心致力把触角伸向这群“隐形”病患，年轻专业人士的精神健康意识也因此有所提高，更愿意到社区辅导中心做精神健康咨询或接受辅导。受访的社区辅导中心指出，向中心求助的年轻专业人士过去两年来增加了两到三成。

隶属心理卫生学院、专门照顾16岁至30岁年轻人的社区心理健康评估团队（CHAT），去年共为486名年轻人提供精神健康



28岁的戴文杰去年发现自己患上焦虑症，但他通过百仁中心的正念课程学会控制自己的负面情绪，病情因此改善许多。（萧紫微摄）

检查。当中，八成出现忧郁、焦虑、精神错乱等精神疾病症状。

CHAT组长及资深青年辅导员李翊萍受访时指出，过去只有大约一成前来求助的年轻人是工作人士，但这个比率这两年内却增加至三成左右。

不易被他人发现 让更多年轻人愿求助

她说：“CHAT过去资源有限，因此只能把资源集中于校园内的宣导活动。但我们知道年轻专业人士是时常被忽略的一群，因此随着我们的规模逐渐壮大，近年来我们也通过巴士和地铁广告把触角伸向这群人。”

另一家业者明晰辅导中心接收的30岁以下患者也增加近三成。中心执行总监科德罗（Cordeiro）受访时指出，不少患者都担心雇主会对他们产生偏见，因此不愿到心理卫生学院或医院接受精神健康检查。“相较下，他们在社区接受辅导不容易被其他人发现，所以年轻专业人士更愿意到社区寻求援助。”

尽管年轻专业人士大多教育水平较高，对精神疾病的认识也较深，但还是有不少人排斥传统的辅导或药物治疗。位于诺维娜的百仁中心因此推出正念（mindfulness）课程，通过冥想，协助病患纾解精神压力。

百仁中心执行总监周奕玲指出，中心也提供一般的辅导服务，但大部分年轻病患都会选择参与正念课程。

戴文杰（28岁，演说者）是百仁中心的病患之一。他原本是一名律师，但由于毕业后必须适应忙碌的工作生活，他去年起发现自己患有焦虑症。

他说：“我之前每天都感到心跳加速、气喘，并且无法集中精神。我原本以为我只是过于紧张，没想到后来病情迅速恶化，我每天都难以入睡，也会在睡梦中莫名惊醒。在参与课程后，我学会如何管理自己的负面情绪，如今也更轻松自在。”

## 土管局新平台 促进地理空间科技企业合作

蔡欣颖 报道  
choyxy@sph.com.sg

土地管理局预计在明年上半年推出“地理工坊”计划，为专注地理空间科技的企业和起步公司，提供一个实体的合作空间与平台。

地理空间（geospatial）科技是利用定位资讯（location-based）数据，让开发者研发网络或手机程序，为用户提供多方面的信息如详细的道路指南，甚至是伊蚊滋生地点。

土管局地理空间与数据署署长黄晓勇前天受访时说，当局过去一直在推动地理空间（geospatial）信息系统科技的发展，未来三到五年内会把一部分精力和资源，投入在发展地理空间科技的生态系统。

黄晓勇指出，其中一个项目是“地理工坊”（GeoWorks）计划，在一个实体空间集合地理空间科技的企业、起步公司和政府部门等，使用政府的共享数据，推广这个领域的创新与发展。更多详情将在日后公布。

黄晓勇是在“OneMap IdeaWorks!”的展览和颁奖礼上透露相关消息。

土管局在今年7月举行为期三个月的相关活动，吸引22组学生、个人或团体参加，利用最新版本互动地图“OneMap”的地理空间数据，研发出可解决社区、环境、卫生和交通等问题的方案。

活动主宾律政兼内政部长尚穆根致辞时指出，新加坡需

要不断地创新，而推广智慧国计划是让我国为未来做好准备，目的是提高人民的生活素质，增加便利性和创造更好的工作机会，而地理空间科技是支持智慧国计划的重要科技之一。

荣获公开组第二名的是时空科技公司的“时空关爱”（Spacetime Care）应用。该应用主要用来设置一台类似基本手机的移动器材，为器材储存三名联络人的电话号码，使用者只需按下圆形按钮三秒以上即可拨电。

器材也设有“紧急呼救”按钮，若发生紧急事故，它会不断循环拨电给三名联络人直到接听为止，对方也可以通过应用查看器材使用者的位置。

公司市场总监许瑞彬说：“本地一些老人对科技不是很熟悉，因此公司想把科技简化……而器材可以视为代替智能手机的一种选择。”

她指出，公司希望能与不同公共医疗机构合作，探讨如何在本地推行该应用和器材。

新加坡国立大学商业分析系的四名三年级学生则研发一个网上程序，在地铁发生故障时，让用户得知最近的巴士车站位置和拥挤情况等，引导他们到较不拥挤的巴士车站，并协助用户找寻最快抵达目的地的交通方式。

成员之一的莊伟杰（25岁）说，团队会把网上程序编成应用软件，预计两三个星期后推出，供公众试用使用。



时空科技公司推出的“时空关爱”应用可设置移动器材，预先设定好的联络人在出现紧急情况时可查看器材使用者的位置，方便不熟悉科技的长者使用。（林泽锐摄）

## 普杰立：大专学府须合作满足特需学生需求

邓玮婷 报道  
tengwt@sph.com.sg

迈向未来，我国大专学府需相互合作，发展出一套模式，更好地照顾接受高等教育的特殊需求学生。

教育部兼通讯及新闻部高级政务部长普杰立医生昨天在第六届亚欧基金会（Asia-Europe Foundation）校长大会暨学生论坛上，回应新加坡管理大学校长梅雅诺教授有关包容教育的提问时，提到上述观点。

他指出，不论是教职人员或其他资源，政府过去在中小学做出不少投资，以确保它们有能力照顾和培育特需学生。有基于此，越来越多特需学生已来到可

接受高等教育的程度。

普杰立说，政府在2014年宣布拨出款项，协助学府设立办事处或采取措施，为特需学生提供所需援助。“时隔三年，挑战依然存在。（特需学生）依旧在入学时面临障碍、在求学期间遭遇困难，毕业后要安排他们进入有意义的岗位也不容易。在这些方面，我们还要继续努力。”

他提到，接下来几年希望本地大专学府能合作，参考所落实的“最佳方案”，并发展出一个统一模式，去包容特需学生。

超过200名来自51个亚洲和欧洲国家的大学领袖、高等教育专家、商业代表、政府官员和学生领袖参加了为期五天的亚欧校长

大会暨学生论坛。期间，亚欧大学的高层，包括新大教务长兼常务副校长江莉莉教授和香港大学副校长（研究）贺子森等，探讨了推进高等教育发展的政策建议。

谈论的课题横跨跨领域终身学习的策略，及在本地和国际层面上推广跨领域合作，以提升课程体验和跨学科学习的价值。51国教育部长将在11月举办的亚欧会议上探讨上述政策建议。

普杰立昨天致辞时提到，在瞬息万变的环境中，学生接受的教育不一定能为他们的每一份工作提供完善准备，因而他们须学习如何适应，也不应畏惧改变和不确定性。本地教育架构也应为

### 加入我们的行列！

成为我们的合作伙伴！

01

全岛优质德士维修服务

02

提供全岛最低价的柴油和汽油

03

全心全意为您服务的员工

介绍您的朋友成为我们的租车德士师傅便能领取高达\$3,700的奖励。

\*有限条件。

ComfortDelGro Taxi  
383 Sin Ming Drive,  
Drivers' Recruitment Centre (Level 1)  
Singapore 575717  
热线: 6550 8668 简讯: 8240 3518  
电子邮件: taxidrivin@cdgtaxi.com.sg