

## 用靈巧的手指，創造更棒的生活－好心情工作坊職業復健

阿勤是一位躁鬱症患者，在憂鬱的日子裡常常藉酒消愁，但仍無法消除生活的壓力，使病情每況愈下。經過長期積極的治療後，她到了北投的社區復健中心，過著每天作息規律，準時上下課的日子，認識到許多與她有相同際遇的人，並得到復健專業人員的協助，她的病情漸漸地穩定，開始偶爾從事一些代工，但對於一般的職場就業還是心存畏懼。在經過與復健中心的多方討論後，阿勤來到了職能治療的好心情手作工作坊，開始上班。

好心情手作坊是個教導精障者從事手工藝品製作及販賣的職業復健訓練轉銜站，工作坊裡的職能治療師會親自教導他們完成每項作品及培養良好工作態度，阿勤說：「我以前就會用縫紉機，和老師討論後我也可以自己用縫紉機設計拼布作品。」之後還提到：「除了縫東西以外，我還學會怎麼做皮雕、串珠、拼豆和手工肥皂，看到自己做完的作品被賣出去，都會覺得自己心情變好了！」。現在的阿勤，除了參加工作坊訓練，還在一般的清潔隊上班，可以自己繳房租及應付自己和母親的生活開銷，對於未來，阿勤滿是憧憬與希望，但她也學會如何腳踏實地的完成夢想，現在復健中心其他的病友們，也都把她當作努力的目標，她也為自己的轉變感到高興，也告訴我們她會更努力，並朝更棒的生活邁進。