

患者可工作嗎？

工作能令康復者維持社會的參與。雖然康復者會在求職及工作過程面對挫折，但這卻是平常人必經之路。我們可鼓勵康復者克服困難，重拾充實的生活。

然而，不同年齡的康復者在求職或重投工作時可能會面對以下的困難：

可能面對的困難	解決方法
較多工作經驗的康復者可能認為工資比以往工作低、工作性質較以往低微。	有些康復者（尤其學歷較高者）可能會發現工作的工資和性質未必可達到心目中的要求，造成挫敗和氣餒。另外，藥物的副作用可能會使人疲倦、覺得難以集中等，都有機會影響康復者的工作表現。因此家人朋友可先聆聽康復者的工作意向和計劃，並給予意見和鼓勵。若工作期望過高，可與康復者一同調較工作期望。
難以解釋自己的「工作空白期」	有些康復者可能不希望向僱主透露自己患過思覺失調，我們可在自己的私隱權和精神健康的需要之間取一個平衡點，再決定自己是否向僱主表明自己是康復者。
沒有太多工作經驗的青少年有機會缺乏自我認識、求職技巧、工作經驗或對就業市場的認識，或會容易放棄。	很多社會服務機構會提供職業輔導、職前訓練等服務。除此之外，我們也可嘗試一同訂立可達到而具體的短期和長期目標。短期目標可以是兩星期內整理好個人履歷表、一個月內投寄三封求職信、半年內完成某證書課程等。長期目標則可以是一年內成功找到某類工作、工作維持最少一年等。一同訂立合理的目標有助患者一步一步地向目標邁進。
重投工作或會為患者帶來壓力。	患者可能因病患感到自信心比以往較低，或者對自己有很高的要求，加上工作上不一定有即時的滿足感，都會令某些患者重投工作時感到有壓力或不愉快。因此家人可鼓勵康復者學習自我欣賞，同時也可提醒患者可善待自己或裝備自己，並鼓勵他們多與人分享自己面對的事。有時我們可鼓勵患者先參與一些義工服務或半職工作，以逐步使患者提升社交技巧、增強自信心、培養興趣及加強應付壓力的能力，為未來的工作做更好的準備。當然每個人經歷的過程也不同，而每個人最終的目標並不是一定要找一份公認為好的工作，而是健康的身心 and 滿足的生活。

同時，有些患者可能受徵狀的影響，未準備好外出工作，例如是無動機和失去社交興趣等，皆是由疾病而起，但由於這些徵狀較不明顯，家人或朋友有機會誤以為這些行為是患者的性格或態度所致，誤以為患者懶惰、不上進或不願作出改變，導致我們錯怪患者。事實上，我們也不用急於要求康復者復工，因壓力過大也會影響康復。