



OT之光—

团体治疗的魔法攻击

上海市养志康复医院康复治疗部作业治疗科





众所周知，作业治疗的作用不仅仅局限于自理能力的引导，我们常常会开展团体治疗来满足患者更多的需求。相比之下，团体治疗会更具多样性，同样会给治疗带来很多意想不到的惊喜，正如平安夜里我们永远猜不透袜子里装的是什么。

这一年我们依旧尝试了各种类型的团体治疗，有病区定时举办的，也有传统节日主题的，有作业治疗日专属限定的，更有针对特定目标人群相关的大胆猜测。在此我们选取了一些标志性的团体活动作为分享案例。



梅雨时节，与你相遇



在发展较为长期稳定的团体治疗中，我们进行了很多活动。我们曾为了一位患者重温儿时的回忆，治疗师特地学习了芋圆的做法，并为此制定了一套专属活动方案，邀请了数位其他患者一同进行芋圆的制作，当日在治疗师的引导下，患者各展所长，主



持人，展示人员，制作人员，烹煮人员以及摄影人员、保洁人员，为这位较为特殊的患者圆了一个小小的梦想，也让其他患者体验了不同风味的美食，更提升了自我效能感。我们同样认为，“心愿”对于患者来说，是站在患者认知域顶端的高层社会认知，因此“心愿”对于患者来说具有不同与其他目标的强大动机，而作业治疗在诱发患者主动性时，对愿望的美好期许会创生出治疗过程中难能可贵的“信念”，也许会牵动其他障碍因



素，引发令我们惊喜的连锁反应。



清凉端午，粽想一夏



在节日来临时，很多患者由于身体原因未能回家与家人团聚，我们同样如约举行了包粽子活动，此次我们还在参与人群中邀请了一位制作嘉兴粽子的专业人员来作为此次活动的发起人，由于粽子形态的多样化，在活动前我们征集了参与人群的制作意



愿，最后得出蛋黄肉粽得到大多数患者的青睐。此次参与人群大多为卒中类别的患者，制作粽子既提高卒中患者的双上肢协调性及手的灵活性，又属于日常生活活动训练，贴近生活，帮助患者重新建立回归家庭及社会的信心，符合作业治疗理念。此次活动的举行，试探出了诸多患者的社会性活跃度，为其往后的治疗目标提供了诸多可贵的指引。



作业治疗，助您回家



在作业治疗特定的节日里我们同样举办了较为限定的活动，患者重返家庭分享活动与多病区患者外出活动。在患者分享活动中，我们选取了从未归家、即将归家、初



次归家、多次归家的患者。在从未归家的患者演讲中，我们能更为真切地体验到归家的迫切感；在即将归家的患者演讲中，我们认识到了在临近出院两周的返家宣教中我们更应注重哪些方面；在初次归家的患者演讲中，更能体会到患者带给其他人的喜悦感，更坚定了他们重返家庭的信心；在多次归家的患者体验中，我们能认识到重返家庭的不同阶段，患者针对特定活动的满意度与重要性发生了一些奇妙的变化。此次活动举办的出乎意料的成功，全场座无虚席，更为一位当日 30 岁生日的患者举办了一场平凡而有特殊的生日会。在这场思绪万千的交流会上，我们又捕捉了诸多患者埋藏在心中的期许。



在数日后的系列活动二中，我们带领了有外出意向并满足基本条件的患者群体浩浩荡荡的步行前往一公里外的大型购物中心，选取此处的理由十分充分，工作日人流稀少，路面宽阔，工作人员配备对讲装置可以为突发事件提供高效的沟通途径等等，为此我们特地提前与该家购物机构做好沟通工作，工作人员用开放与专业的职业素养向我们体会到了社会对大健康环境的关注。由于参与人数众多，我们制定了开展团体活动以来最为周密的安全部署与策划，并更是体现了作业治疗专业的年轻活力，为了给患者创造更好的外出环境，我们愿意做最详尽的策划最大化满足每一位参与人员的



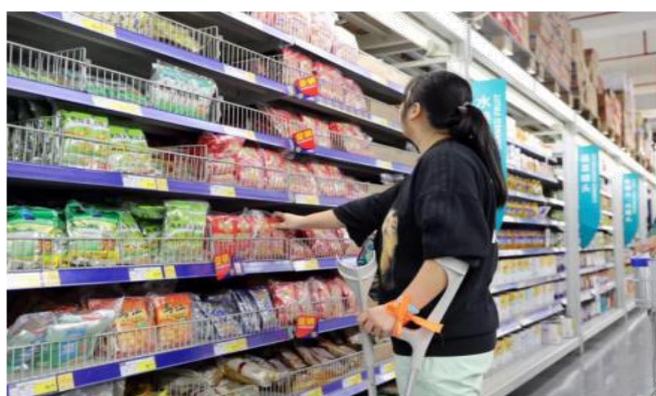
意愿，这一大胆的举措更是印证了这样一句话，“OT 待明日，万事成蹉跎。”



推陈出新，乐享不停



我们同样尝试了近年来较为新颖的治疗方法，在团体治疗的过程中介入音乐的元素，更是给我们带来了诸多“彩蛋”。在新领域上，我们的探索也给我们带来了许多启发与引导。在其中一次团体活动中，总时间长达 80 分钟的音乐小组课程开展的让我们觉得意犹未尽，前期的策划，备课，邀请函和问卷的制作，训练设备和患者的选取以及安全部署，前期投入的准备较任何一次小组活动都更加充分。同时也给予了我们诸多启发。令我们惊喜的是，这次家属没有过强的保护欲，反而让参与者之间多了更多



包容与交流。值得提及的是一位有心境障碍的患者在如此陌生与复杂的环境下都没有表现出一点点不良反应，（反而还去告知其他参与者不可以哭）并且活动中一直有一位热心患者在很耐着性子的带着她一起做任务 准备环节与自我介绍环节进行的都很顺利，一位 broca 失语的患者能看得出他在很努力的想证明自己，说了好几句短句，说到爱好时一直在指旁边的电视。同时我们也认识到了诸多不足，真正的游戏环节反而暴露出一些参与者身上我们之前没有筛查出来的潜在障碍，但也捕捉到了平时看不



到的优质表现。活动始终没有人出现任何的行为异常（只有一位年轻的女性患者提前离场，因为她觉得如此乐观的氛围会让她一时间觉得格格不入）。音乐的介入说起来简

单，之前只认为是被动接受，但随着后来的不断认识，发现实施起来真的事无巨细，有了第一次尝试，我们会将纳入标准思考的更细化，也考虑按照一定的情况进行分组，更要考虑到患者平时治疗中流露出的态度与微表情。



对于团体治疗，我们认为在团体治疗中将患者分散成更小的全体进行“同心圆”模式的进行方法也值得一试，鼓励多多交流，互相鼓励，多提组内意见，从而加强患者的社交能力，更可以安排一些较为简单的观摩会，邀请自己的陪护人员观看自己团队的表演，参与度较



高的患者担任组长，其余的成员担任其他职务，各司其职，从而增加患者的自我效能感。同时活动的记忆也会较为深刻的印在脑海中，我们应当把记忆认做是动态的，而不是像硬盘编码一般静静躺在那里，记忆应该被看成是社交技能的纽带，从而不断的创生出新的技能与技巧。

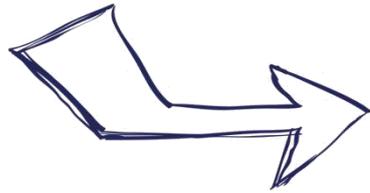


阳光 OT

除此以外，当我们进行团队治疗时，不能将目标局限于提高手部精细活动能力或协调能力上，因为很多参与度较低的患者也许并不能从一场人声鼎沸的活动中寻找到什么，因此，活动的重点不应当在于提高何种功能，而在于能给每一位患者带来何种帮助。例如专注于执行功能障碍、记忆力、注意力与主观想象能力的靶向性小组治疗，会在疗效上比娱乐性小组治疗更具直观性。并且在活动环节的设置上，务必要将每一位患者都标上“高光”，都拥有提问与主动思考的机会。对于治疗师而言我们更需要



作为纽带将活动紧紧联系在一起。以饱满的情绪，持续的语言信号来引导患者能够使其更好的进行功能重组，使得活动记忆更为长久、深刻。



“阳光 OT” 陆佳妮 康复治疗部副主任

娄小语 作业治疗师

团体动力学理论在团体治疗中的应用

吴乾利 陈晶晶 罗莎 朱毅

团体动力学这一概念由美国心理学家库尔特·勒温于 1939 年首次提出。这一术语的基本含义：“就是要把团体作为一种心理学的有机整体，并在这种整体水平上探求团体行为或人的社会行为的潜在动力” [1]。行为科学家在过去六十多年来发展团体动力学知识，对于了解团体如何运作有着非常大的贡献。这些知识来自不同的理论基础：精神分析、心理学、行为理论、认知行为理论及近期的系统理论[1]。团体动力可被定义为影响成员之间互动关系的一种力量，而且其最后会影响团体的结果。作业治疗师在进行计划与团体介入时要了解这些力量的重要性[2]。本文将结合一个具体的团体治疗案例对团体动力学在作业治疗中的运用进行深度解析。