



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。



## 一次应用团体动力学理论完成的小组治疗框架

本次团体治疗的框架主要参考《团体动力学在职能治疗中的应用》中的团体领导七步骤形式（7个步骤分别为：1. 介绍 2. 活动 3. 分享 4. 处理 5. 概化 6. 应用 7. 总结。）及相关文献研究得出，一次作业治疗活动应用到的团体动力学知识包括：一、团体治疗成员选择；二、介绍；三、介绍本次团体活动的目的与内容；四、活动内容；五、反馈与评价；六、团队成员的心得分享；七、总结。

### 一、团体成员选择

团体治疗小组成员由以下人员组成：1名医生、2名康复治疗师、2名实习生、3名患者及3名患者家属。

挑选1名康复治疗师作为本次团体治疗的领导者，该领导者应对团体负有主要责任，即设计团体。在设计团体规划阶段，包括挑选成员，明确各个成员的职责，设定或确认目标、规定时间和地点、挑选活动或媒介（其他工作人员一同协助）起到至关重要性。

患者也由本次团体的领导者来挑选，均符合以下条件：1. 海南医学院第一附属医院康复医学科住院患者 2. 脑卒中发病6个月内 3. MMSE评分 $>15$ 分，轻度认知功能障碍患者 4. 排除严重的躯体疾病，失语患者必须能满足基本交流；5. 自愿参加并愿意遵守此次团体活动规定。

### 二、介绍

在作业治疗师领导团体的初期阶段，作业治疗需了解患者的基本信息和功能障碍以及参加团体训练的目的。团体成员之间可能不认识，因此团体成员集合后，治疗师应向大家做自我介绍。该介绍包含治疗师姓名、职务及即将开始团体活动的名称，并



对每位成员的出席致谢。接下来是团体成员间的自我介绍并相互问候，即暖身。

暖身是一种抓住团体注意力的活动，即使他们放松，让成员预备好接下来的团体活动。其并不需要任何正式的活动，它只需要随性聊成员热衷的某一话题<sup>[2]</sup>。领导者询问大家问题：如大家觉得每天的康复训练辛不辛苦啊？患者 A 回答说：辛苦，比上班还辛苦！其他患者也跟着参与讨论起来。患者 B 说：康复项目好多，做完一项又赶去做下一项，日程排得满满的。随后家属之间也颇有同感，大家都参与其中，患者与家属之间产生了共鸣。简单的问题一下子就激发了患者与家属参与交流的热情。治疗师拿出这些问题与患者交流，患者在感觉放松的同时也拉进了大家的关系，交流者之间的亲切感油然而生。从而使接下来进行的活动，患者能够更好地融入其中，这也是进行此类团体活动的一个通用技巧。



暖身活动—患者积极参与

情绪调整：选择适当的暖身活动以产生相应的情绪虽然很重要，但只暖身活动是不够的。活动环境、治疗师的面部表情和说话方式及使用的媒介均有助于团体成员情绪的准备<sup>[2]</sup>。这次团体治疗开始之前，治疗师首先观察事先环境准备是否妥当，包括





适当照明、移除周围杂物、检查好本次活动的桌子、椅子、用具及茶点,并尽可能的移除使人分心的物品。

### 三、领导者开始介绍这次团体活动的目的与内容

1. 团体活动的目的：（1）帮助患者改善心理情况，抒发成员的情绪；（2）提高患者认知功能；（3）重塑患者的自信心。

2. 团体活动的内容，包括活动项目的安排、工具及过程。

本次团体活动的过程 90 分钟，三项活动每项活动 25 分钟，反馈 5 分钟，分享 10 分钟。

例如：一项改善患者计算力的活动。治疗师说：“接下来我发 10 张扑克牌放在大家面前，然后我说一个数，大家就开始在扑克牌里面找出我说的数字点数是两张牌点数相加的和，并且把两张牌拿出来放在其他牌前面，在规定的 10 秒钟内完成。如果结果正确我们治疗师将奖励小礼品一份，结果错误的大家可以选择唱首歌、分享最近令你比较开心的事情或赞扬家属的话。”

### 四、活动内容

第一项活动：计算题：治疗师给患者 10 张牌，然后说一个数字。患者从牌中找出两张牌的点数相加等于治疗师所说的数字并在规定的时间内完成，正确的给予小奖励，错误的给予小惩罚。过程中患者的答案有对有错，对的患者拿到小礼品心情愉悦，错的患者有的后知后觉，感到惋惜。在惩罚的过程中有些患者选择唱歌，而这一过程家属与工作人员都跟着唱，大家都非常开心。



计算力项目一算点数



小惩罚一成员陪同一起唱歌

第二项活动：看图描述：根据患者的认知功能障碍问题给予患者相应的图片，让患者来描述图片中的内容，描述过程包含人物角色、进行什么活动、进行活动的详细方法，患者回答的过程中家属可以给予提示。回答过程中患者出现紧张的情绪，描述的内容有偏差，在治疗师的引导下可以向家属寻求帮助并完成。

患者看图描述



患者问题讨论



第三项活动：问题讨论：治疗师提出的问题是：“如何预防再发脑卒中的发生？”，这个问题首先治疗师自己先回答，接着引导患者回答。有患者的答案为：“减肥、锻炼”，也有患者答案为：“吃清淡的食物，不吃肥肉了”，还有患者的答案是“不能



生气激动，不然血压会高，就容易中风”。在回答过程中治疗师给予补充，提高大家对疾病的认知，接着大家各抒己见，其乐融融。

## 五、反馈与评价

在整个活动过程中，对于患者的疑惑或是患者在回答问题时出现的偏差，治疗师都进行了及时的解惑和纠正；对回答积极、问题回答正确的患者进行了充分地表扬和奖励；对回答错误的患者进行小惩罚，惩罚过程需患者乐意接受并有趣地进行。这些措施都保证了活动的顺利进行。

## 六、分享

完成活动后，每位参与者分享参加这次活动的收获，有的患者说：“以前自己心情挺压抑的，通过参加这次活动感到心情愉快，觉得这样的学习方式很好”；有的患者说：

“通过这次活动，以后会乐观积极地对待自己病情，也深刻认识到身边亲人和工作人员对自己的付出并表示要多多珍惜”。最后治疗师也表达了自己喜悦的心情，并感谢大家对这次活动的支持。



患者分享自己的收获

## 七、总结

总结是强调团体活动最重要的部分，使成员正确了解并记住。本次活动产生许多讨论





和有趣的环节，使成员之间变成同一团体并彼此产生信任。让每个成员都能更好地抒发自己的情绪，当面对困难的时候能够向身边的人寻求帮助。最后要求成员做简单的总结，哪怕是简单的谢谢也要要求各位成员参与，工作人员对本次治疗活动进行了整体的评价及感谢各位成员的参与。患者则用简单的言语和笑容来肯定这次的活动。

## 结语

本次活动虽然能有效地抒发成员的情绪和对疾病的认知，但不能有效体现对认知功能的有很好的疗效。由于本次团体治疗是本科室第一次开展，关于团体活动的设计缺乏经验，导致活动设计严谨性不够。在活动进行过程中，患者在回答问题时，有些患者可能会出现紧张和躲避等现象，对此工作人员应积极引导和鼓励互动，来提高成员的信心。本次活动有效的改善了患者的心理问题，丰富了精神生活，增强了生活信心，使其更好更快的融入社会生活中。团体动力学知识在这次活动中起到了探索作用，为今后活动开展奠定了基础。

## 参考文献与书籍：

1. 刘伟.团体动力学在作业治疗中的应用研究【J】.实用临床护理学杂志,2017,46(02): (186-187) .
2. 原著 Marilyn B.Cole.译者：汪翠滢,李伯森,刘靖璇.《团体动力学在职能治疗的应用》.2014年3月10日，第二版.



### 作者简介

吴乾利 海南医学院第一附属医院 主管治疗师  
海南省医学会物理医学与康复专业委员会神经康复组组长  
海南生运动医学会理事  
海南省卫生学校专业建设指导委员会  
康复技术专业建设指导委员会委员