



**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**





眾所周知，作業治療的作用不僅僅局限於自理能力的引導，我們常常會開展團體治療來滿足患者更多的需求。相比之下，團體治療會更具多樣性，同樣會給治療帶來很多意想不到的驚喜，正如平安夜裏我們永遠猜不透襪子裏裝的是什麼。

這一年我們依舊嘗試了各種類型的團體治療，有病區定時舉辦的，也有傳統節日主題的，有作業治療日專屬限定的，更有針對特定目標人群相關的大膽猜測。在此我們選取了一些標誌性的團體活動作為分享案例。



梅雨时节，与你相遇



在發展較為長期穩定的團體治療中，我們進行了很多活動。我們曾為了一位患者重溫兒時的回憶，治療師特地學習了芋圓的做法，並為此制定了一套專屬活動方案，邀請了數位其他患者一同進行芋圓的製作，當日在治療師的引導下，患者各展所長，主



持人，展示人員，製作人員，烹煮人員以及攝影人員、保潔人員，為這位較為特殊的患者圓了一個小小的夢想，也讓其他患者體驗了不同風味的美食，更提升了自我效能感。我們同樣認為，“心願”對於患者來說，是站在患者認知域頂端的高層社會認知，因此“心願”對於患者來說具有不同與其他目標的強大動機，而作業治療在誘發患者主動性時，對願望的美好期許會創生出治療過程中難能可貴的“信念”，也許會牽動其他障礙因



素，引發令我們驚喜的連鎖反應。



清涼端午，粽想一夏



在節日來臨時，很多患者由於身體原因未能回家與家人團聚，我們同樣如約舉行了包粽子活動，此次我們還在參與人群中邀請了一位製作嘉興粽子的專業人員來作為此次活動的發起人，由於粽子形態的多樣化，在活動前我們徵集了參與人群的製作意



願，最後得出蛋黃肉粽得到大多數患者的青睞。此次參與人群大多為卒中類別的患者，製作粽子既提高卒中患者的雙上肢協調性及手的靈活性，又屬於日常生活活動訓練，貼近生活，幫助患者重新建立回歸家庭及社會的信心，符合作業治療理念。此次活動的舉行，試探出了諸多患者的社會性活躍度，為其往後的治療目標提供了諸多可貴的指引。



作业治疗，助您回家



在作業治療特定的節日裏我們同樣舉辦了較為限定的活動，患者重返家庭分享活動與多病區患者外出活動。在患者分享活動中，我們選取了從未歸家、即將歸家、初



次歸家、多次歸家的患者。在從未歸家的患者演講中，我們能更為真切的體驗到歸家的迫切感；在即將歸家的患者演講中，我們認識到了在臨近出院兩周的返家宣教中我們更應注重哪些方面；在初次歸家的患者演講中，更能體會到患者帶給其他人的喜悅感，更堅定了他們重返家庭的信心；在多次歸家的患者體驗中，我們能認識到重返家庭的不同階段，患者針對特定活動的滿意度與重要性發生了一些奇妙的變化。此次活動舉辦的出乎意料的成功，全場座無虛席，更為一位當日 30 歲生日的患者舉辦了一場平凡而有特殊的生日會。在這場思緒萬千的交流會上，我們又捕捉了諸多患者埋藏在心中的期許。



在數日後的系列活動二中，我們帶領了有外出意向並滿足基本條件的患者群體浩浩蕩蕩的步行前往一公里外的大型購物中心，選取此處的理由十分充分，工作日人流稀少，路面寬闊，工作人員配備對講裝置可以為突發事件提供高效的溝通途徑等等，為此我們特地提前與該家購物機構做好溝通工作，工作人員用開放與專業的職業素養向我們體會到了社會對大健康環境的關注。由於參與人數眾多，我們制定了開展團體活動以來最為周密的安全部署與策劃，並更是體現了作業治療專業的年輕活力，為了給患者創造更好的外出環境，我們願意做最詳盡的策劃最大化滿足每一位參與人員的



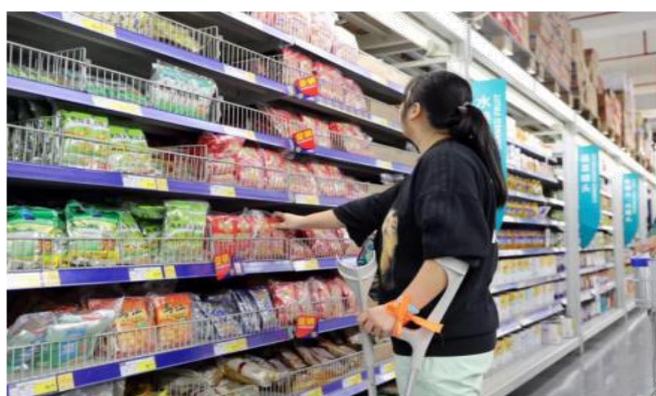
意願，這一大膽的舉措更是印證了這樣一句話，“OT 待明日，萬事成蹉跎。”



推陈出新，乐享不停



我們同樣嘗試了近年來較為新穎的治療方法，在團體治療的過程仲介入音樂的元素，更是給我們帶來了諸多“彩蛋”。在新領域上，我們的探索也給我們帶來了很多啟發與引導。在其中一次團體活動中，總時間長達 80 分鐘的音樂小組課程開展的讓我們覺得意猶未盡，前期的策劃，備課，邀請函和問卷的製作，訓練設備和患者的選取以及安全部署，前期投入的準備較任何一次小組活動都更加充分。同時也給予了我們諸多啟發。令我們驚喜的是，這次家屬沒有過強的保護欲，反而讓參與者之間多了更多



包容與交流。值得提及的是一位有心境障礙的患者在如此陌生與複雜的環境下都沒有表現出一點點不良反應，（反而還去告知其他參與者不可以哭）並且活動中一直有一位熱心患者在很耐著性子的帶著她一起做任務 準備環節與自我介紹環節進行的都很順利，一位 broca 失語的患者能看得出他在很努力的想證明自己，說了好幾句短句，說到愛好時一直在指旁邊的電視。同時我們也認識到了諸多不足，真正的遊戲環節反而暴露出一些參與者身上我們之前沒有篩查出來的潛在障礙，但也捕捉到了平時看不



到的優質表現。活動始終沒有人出現任何的行為異常（只有一位年輕的女性患者提前離場，因為她覺得如此樂觀的氛圍會讓她一時間覺得格格不入）。音樂的介入說起來簡

單，之前只認為是被動接受，但隨著後來的不斷認識，發現實施起來真的事無巨細，有了第一次嘗試，我們會將納入標準思考的更細化，也考慮按照一定的情況進行分組，更要考慮到患者平時治療中流露出的態度與微表情。



對於團體治療，我們認為在團體治療中將患者分散成更小的全體進行“同心圓”模式的進行方法也值得一試，鼓勵多多交流，互相鼓勵，多提組內意見，從而加強患者的社交能力，更可以安排一些較為簡單的觀摩會，邀請自己的陪護人員觀看自己團隊的表演，參與度較



高的患者擔任組長，其餘的成員擔任其他職務，各司其職，從而增加患者的自我效能感。同時活動的記憶也會較為深刻的印在腦海中，我們應當把記憶認做是動態的，而不是像硬碟編碼一般靜靜躺在那裏，記憶應該被看成是社交技能的紐帶，從而不斷的創生出新的技能與技巧。



陽光 OT

除此以外，當我們進行團隊治療時，不能將目標局限於提高手部精細活動能力或協調能力上，因為很多參與度較低的患者也許並不能從一場人聲鼎沸的活動中尋找到什麼，因此，活動的重點不應當在於提高何種功能，而在於能給每一位患者帶來何種幫助。例如專注於執行功能障礙、記憶力、注意力與主觀想像能力的靶向性小組治療，會在療效上比娛樂性小組治療更具直觀性。並且在活動環節的設置上，務必要將每一位患者都標上“高光”，都擁有提問與主動思考的機會。對於治療師而言我們更需要



作為紐帶將活動緊緊聯繫在一起。以飽滿的情緒，持續的語言信號來引導患者能夠使其更好的進行功能重組，使得活動記憶更為長久、深刻。



“陽光 OT” 陸佳妮 康復治療部副主任

婁小語 作業治療師

## 團體動力學理論在團體治療中的應用

吳乾利 陳晶晶 羅莎 朱毅

團體動力學這一概念由美國心理學家庫爾特·勒溫於 1939 年首次提出。這一術語的基本含義：“就是要把團體作為一種心理學的有機整體，並在這種整體水準上探求團體行為或人的社會行為的潛在動力” [1]。行為科學家在過去六十多年來發展團體動力學知識，對於瞭解團體如何運作有著非常大的貢獻。這些知識來自不同的理論基礎：精神分析、心理學、行為理論、認知行為理論及近期的系統理論[1]。團體動力可被定義為影響成員之間互動關係的一種力量，而且其最後會影響團體的結果。作業治療師在進行計畫與團體介入時要瞭解這些力量的重要性[2]。本文將結合一個具體的團體治療案例對團體動力學在作業治療中的運用進行深度解析。