



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。



## 一次應用團體動力學理論完成的小組治療框架

本次團體治療的框架主要參考《團體動力學在職能治療中的應用》中的團體領導七步驟形式（7個步驟分別為：1. 介紹 2. 活動 3. 分享 4. 處理 5. 概化 6. 應用 7. 總結。）及相關文獻研究得出，一次作業治療活動應用到的團體動力學知識包括：一、團體治療成員選擇；二、介紹；三、介紹本次團體活動的目的與內容；四、活動內容；五、回饋與評價；六、團隊成員的心得分享；七、總結。

### 一、團體成員選擇

團體治療小組成員由以下人員組成：1名醫生、2名康復治療師、2名實習生、3名患者及3名患者家屬。

挑選1名康復治療師作為本次團體治療的領導者，該領導者應對團體負有主要責任，即設計團體。在設計團體規劃階段，包括挑選成員，明確各個成員的職責，設定或確認目標、規定時間和地點、挑選活動或媒介（其他工作人員一同協助）起到至關重要性。

患者也由本次團體的領導者來挑選，均符合以下條件：1. 海南醫學院第一附屬醫院康復醫學科住院患者 2. 腦卒中發病6個月內 3. MMSE 評分>15分，輕度認知功能障礙患者 4. 排除嚴重的軀體疾病，失語患者必須能滿足基本交流；5. 自願參加並願意遵守此次團體活動規定。

### 二、介紹

在作業治療師領導團體的初期階段，作業治療需瞭解患者的基本資訊和功能障礙以及參加團體訓練的目的。團體成員之間可能不認識，因此團體成員集合後，治療師應向大家做自我介紹。該介紹包含治療師姓名、職務及即將開始團體活動的名稱，並



對每位成員的出席致謝。接下來是團體成員間的自我介紹並相互問候，即暖身。

暖身是一種抓住團體注意力的活動，即使他們放鬆，讓成員預備好接下來的團體活動。其並不需要任何正式的活動，它只需要隨性聊成員熱衷的某一話題<sup>[2]</sup>。領導者詢問大家問題：如大家覺得每天的康復訓練辛不辛苦啊？患者 A 回答說：辛苦，比上班還辛苦！其他患者也跟著參與討論起來。患者 B 說：康復專案好多，做完一項又趕去做下一項，日程排得滿滿的。隨後家屬之間也頗有同感，大家都參與其中，患者與家屬之間產生了共鳴。簡單的問題一下子就激發了患者與家屬參與交流的熱情。治療師拿出這些問題與患者交流，患者在感覺放鬆的同時也拉進了大家的關係，交流者之間的親切感油然而生。從而使接下來進行的活動，患者能夠更好地融入其中，這也是進行此類團體活動的一個通用技巧。



暖身活動—患者积极参与

情緒調整：選擇適當的暖身活動以產生相應的情緒雖然很重要，但只暖身活動是不夠的。活動環境、治療師的面部表情和說話方式及使用的媒介均有助於團體成員情緒的準備<sup>[2]</sup>。這次團體治療開始之前，治療師首先觀察事先環境準備是否妥當，包括





適當照明、移除周圍雜物、檢查好本次活動的桌子、椅子、用具及茶點,並盡可能的移除使人分心的物品。

### 三、領導者開始介紹這次團體活動的目的與內容

1. 團體活動的目的：（1）幫助患者改善心理情況，抒發成員的情緒；（2）提高患者認知功能；（3）重塑患者的自信心。
2. 團體活動的內容，包括活動專案的安排、工具及過程。

本次團體活動的過程 90 分鐘，三項活動每項活動 25 分鐘，回饋 5 分鐘，分享 10 分鐘。

例如：一項改善患者計算力的活動。治療師說：“接下來我發 10 張撲克牌放在大家面前，然後我說一個數，大家就開始在撲克牌裏面找出我說的數字點數是兩張牌點數相加的和，並且把兩張牌拿出來放在其他牌前面，在規定的 10 秒鐘內完成。如果結果正確我們治療師將獎勵小禮品一份，結果錯誤的大家可以選擇唱首歌、分享最近令你比較開心的事情或讚揚家屬的話。”

### 四、活動內容

第一項活動：計算題：治療師給患者 10 張牌，然後說一個數字。患者從牌中找出兩張牌的點數相加等於治療師所說的數字並在規定的時間內完成，正確的給予小獎勵，錯誤的給予小懲罰。過程中患者的答案有對有錯，對的患者拿到小禮品心情愉悅，錯的患者有的後知後覺，感到惋惜。在懲罰的過程中有些患者選擇唱歌，而這一過程家屬與工作人員都跟著唱，大家都非常開心。



计算力项目一算点数



小惩罚一成员陪同一起唱歌

第二項活動：看圖描述：根據患者的認知功能障礙問題給予患者相應的圖片，讓患者來描述圖片中的內容，描述過程包含人物角色、進行什麼活動、進行活動的詳細方法，患者回答的過程中家屬可以給予提示。回答過程中患者出現緊張的情緒，描述的內容有偏差，在治療師的引導下可以向家屬尋求幫助並完成。

● 患者看图描述



● 患者问题讨论



第三項活動：問題討論：治療師提出的問題是：“如何預防再發腦卒中的發生？”，這個問題首先治療師自己先回答，接著引導患者回答。有患者的答案為：“減肥、鍛煉”，也有患者答案為：“吃清淡的食物，不吃肥肉了”，還有患者的答案是“不能



生氣激動，不然血壓會高，就容易中風”。在回答過程中治療師給予補充，提高大家對疾病的認知，接著大家各抒己見，其樂融融。

## 五、回饋與評價

在整個活動過程中，對於患者的疑惑或是患者在回答問題時出現的偏差，治療師都進行了及時的解惑和糾正；對回答積極、問題回答正確的患者進行了充分地表揚和獎勵；對回答錯誤的患者進行小懲罰，懲罰過程需患者樂意接受並有趣地進行。這些措施都保證了活動的順利進行。

## 六、分享

完成活動後，每位參與者分享參加這次活動的收穫，有的患者說：“以前自己心情挺壓抑的，通過參加這次活動感到心情愉快，覺得這樣的學習方式很好”；有的患者說：

“通過這次活動，以後會樂觀積極地對待自己病情，也深刻認識到身邊親人和工作人員對自己的付出並表示要多多珍惜”。最後治療師也表達了自己喜悅的心情，並感謝大家對這次活動的支持。



患者分享自己的收穫

## 七、總結

總結是強調團體活動最重要的部分，使成員正確瞭解並記住。本次活動產生許多討論





和有趣的環節，使成員之間變成同一團體並彼此產生信任。讓每個成員都能更好地抒發自己的情緒，當面對困難的時候能夠向身邊的人尋求幫助。最後要求成員做簡單的總結，哪怕是簡單的謝謝也要要求各位成員參與，工作人員對本次治療活動進行了整體的評價及感謝各位成員的參與。患者則用簡單的言語和笑容來肯定這次的活動。

## 結語

本次活動雖然能有效地抒發成員的情緒和對疾病的認知，但並不能有效體現對認知功能的有很好的療效。由於本次團體治療是本科室第一次開展，關於團體活動的設計缺乏經驗，導致活動設計嚴謹性不夠。在活動進行過程中，患者在回答問題時，有些患者可能會出現緊張和躲避等現象，對此工作人員應積極引導和鼓勵互動，來提高成員的信心。本次活動有效的改善了患者的心理問題，豐富了精神生活，增強了生活信心，使其更好更快的融入社會生活中。團體動力學知識在這次活動中起到了探索作用，為今後活動開展奠定了基礎。

## 參考文獻與書籍：

1. 劉偉.團體動力學在作業治療中的應用研究【J】.實用臨床護理學雜誌, 2017, 46(02): (186-187) .
2. 原著 Marilyn B.Cole.譯者：汪翠滢,李伯森,劉靖璿.《團體動力學在職能治療的應用》.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