

# 三位儿科/儿童精神科职业治疗

《 我与儿科职业治疗 》

苏晓红

职业治疗师

「职业治疗」的名字好像跟小孩子完全扯不上关系，而且职业治疗这行业亦不算是人所皆知的行业，所以很多时候亦需要花点时间让小孩、家长及照顾者明白我们的治疗目标及服务范畴，以配合共同的治疗路向。「职业治疗」源自翻译英文 Occupational Therapy，而小孩的 Occupations(职业)就要视乎他/她的角色。一般孩子在成长阶段都会担当不同的角色，如学生、儿女、兄弟姊妹、同学、朋友等...而上述所提出的每个身份角色都像述说了他们随之而来的发展性任务，例如学生需要一定的写字技巧、专注力、生活管理技巧、情绪及社交技巧等...而职业治疗正正就是一种针对短暂或永久性身体、心理、行为、智力、社交方面之残障人士，提供以个人或小组的康复治疗专业。

职业治业为儿童提供的服务很广泛，小至功能性的小肌肉、视觉感知、感觉统合、动作协调训练，大至日常生活自理、情绪社交甚至乎家庭管教及辅导。感谢我院杨姑娘的循循善诱、同事间的互相交流以及资源的配合，让我们能想出更多具治疗价值而且创新有趣的活动！在工作上，看到孩子能够有所进步以及享受其中的过程，是我最大的满足感，盼望这能成为一份推动力，让我们这群职业治疗师团队不断进步。



我有句谚语想跟大家分享 — 「授人以鱼不如授人以渔」，我常以此提醒自己，亦藉此机会互相勉励。很多时候我们都会着眼于解决病人眼前的障碍，但只有用授人以渔的思维方式，才能为他们想多一步、想得更远。作为一位初职的职业治疗师，我不敢自夸一定可以帮助到各类型的病人在学习、娱乐及自理方面都能够有所改善，但我与自己的专业都抱着同一个信念，就是会尽心尽力透过切合病者需要以及具治疗性质之活动，帮助接受治疗人士掌握所需生活技能，协助他们重返家庭、重回工作岗位、重新投入社群生活，以实现独立、有意义和丰富的人生。

## 《穿着恶魔外衣的小天使》

沈素仪

香港职业治疗师

我是二零一三年五月从职业治疗学系毕业的新鲜人。毕业后加入了现职的急症医院到现在有一年多。这一年过得很快，在节奏急速的步伐下不断摸索，每天都有不同的挑战和学习。今次的分享正好是一个机会可以慢下来好好的想想自己的工作，还有当中的感受。

在九月中，我迎接了我第一次的工作岗位调动（rotation）。我从内科调去了令我又惊又喜的儿童及青少年精神科。

首先说说为什么是「喜」呢？因为我由读书的时代起就特别钟情儿科。小朋友的反应天真直接，喜欢就是喜欢，讨厌就是讨厌。只要可以用对了沟通的方法，他们就会跟着指示一步步去做治疗。另外，儿科最常用的治疗媒介就是玩具，色彩缤纷，有的会动，有的会播放音乐，为治疗的过程中增添了不少欢乐的气氛。在大学二年级时，我就是到了职业治疗部的儿科展开了我在第一次为期八星期的长实习。在那次的学习经验里，我开始对职业治疗重视的「全人关怀」有了实体的印象，不再流于纸上谈兵。也是从那次实习之后，让我有了兴趣继续在这方面发展。

但又为什么「惊」呢？因为「儿科」跟「儿童及青少年精神科」是不同的领域啊。儿科的小朋友，大多数是体能障碍，如发育迟缓、发展性协调障碍等。但后者的小朋友主要是自闭症和过度活跃症为主，在治疗的方向和方式也跟儿科有很大的出入。在最后一次的实习，我也曾经有一半的实习时间接触过儿童精神科，那次的经验不是很成功，也实在让我对这个领域有了胆怯的感觉。我就是抱着这种战战兢兢的心情接受了这个挑战。

我有大部份的时间是给住院病人做治疗的。他们入院的原因各有不同，但总结来说，也是出现了一些问题，或行为上的，或情绪上的，让家人难以处理和照顾，需要住院观察再详细地拟定治疗计划。当中，职业治疗在功能训练上扮演一个很重要的角色，例如社交技巧、专注力、自理能力等。因此我需要经常出入病房开小组和为个别的病人提供切合他们所需的训练。

最初，我是十分紧张的。在还没有接触过这类小朋友的时候，我完全没办法想象有人可以因为在游戏中落后了一分，或是怀疑别人偷看了他手上的牌而大发脾气。破口大骂、口角、肢体碰撞可以一经引爆后接连出现，让人措手不及。另外，也有特别考验治疗师情绪智商的时候，就是遇上有对立反抗性疾患（Oppositional Defiant Disorder）的小朋友，故意不服从治疗师的指示，甚至捣乱让小组无法进行。可想而知，这些小朋友在医院外面对的困难会是何等的大。他们很难接受自己的测验分数不及他人高、不能输掉游戏、因为会留意不到别人的表情和感受而交不到朋友。

遇上治疗过程不顺利的情况故然让人气馁，感觉很多准备和努力都白费了。但随着日子，我看到了部份小朋友开始改变。从很容易发脾气、不懂表达情绪、自我中心，开始了会接受挫败，可以更好的控制自己的怒气，也可以懂得礼让。当然，他们还是很需要旁人的协助和提点，但是他们也真的因为治疗师和整个治疗团队的合作，渐渐的装备了自己一些协助他们融入社群的技巧。

看着他们的进步和成长，让我感到满足。当然，在这个领域中还有很多很多我需要学习的地方，例如：不同的治疗理论和实践、跟家长的协调技巧等。但我相信他们的笑容和一声声的「沈姑娘」会成为我最大的动力，继续令自己成为一个更好、更能帮助他们的职业治疗师。

## 《 期待已久的儿科 》

陈慧玲

香港职业治疗师

在大学读书的时候，我们可以根据自己的兴趣去选择实习范畴，但因为有兴趣在儿科实习的同学太多了，所以我一直都未有机会尝试。幸运地，终于在我工作三年后，我有机会接触儿科。我首先接触的是儿童普通科，大部份小孩子主要是发展迟缓。每次见到家长们都请假陪同子女出席治疗，亦感受到家长们对子女关心，使我更尽心尽力地去训练每一位小孩子，更想学习更多有关儿科的知识。

现在，我主要的工作范畴是为职业治疗部儿童精神科的小孩子提供小组和个别训练，当中大部份的小孩子都是被断诊为自闭症谱系或过度活跃症。一天，一位就读小学二年级的女孩 Anna 和妈妈一同来应诊。这次治疗的目的是为 Anna 提供书写及小肌肉评估和训练。Anna 在评估期间怒气冲冲，不断埋怨而且表现得很不合作；我起初亦不以为然，细问之下才知道原来 Anna 因为要来做治疗，所以不能参加当天学校的课外活动，一星期只有一次的课外活动而且还是她喜爱的非洲鼓。最后我决定不继续为 Anna 做评估(因为即使完成评估，评估结果也不能如实反映 Anna 的情况)，于是我改为和她玩游戏作训练，最后我和 Anna、Anna 妈妈商讨下决定下次的治疗时间尽量不和她的课外活动时间有冲突，以及预先告知下次治疗要完成评估测试。这个时候，Anna 说：「下一次我都要见陈姑娘。」我回答说：「下次再见。」

小孩子表达的方式是最直接的，他们不懂得加上任何修饰和美化。他们不像成年人能够专心地做同一个训练(例如：写字 15 分钟)。故此，当他们在治疗期间感到沉闷时，就会表现得不合作、不专心等。所以，职业治疗师需要透过不停转换玩具来为小孩提供训练。现在我在平日逛街的时候，总会不自觉地留意身边的小孩子正在玩什么玩具，玩具店的橱窗又摆放了什么玩具等等，好像是回到童年时的情景。

在我的眼中每一个小孩子都是天使或小魔怪的化身，但他们的行为总是令你回心微笑，舍不得责怪他们。小孩子的发展迅速，只要为他们提供一个合适的学习环境和机会，一个月前后他们的发展就已经会进步了不少。每次治疗结束后，我都期待下次为他们的治疗，亦期望他们每一次的进步。所以，我很享受身为儿童精神科职业治疗师这份工作。

