

三位兒科/兒童精神科職業治療

《 我與兒科職業治療 》

蘇曉紅

職業治療師

「職業治療」的名字好像跟小孩子完全扯不上關係，而且職業治療這行業亦不算是人所皆知的行業，所以很多時候亦需要花點時間讓小孩、家長及照顧者明白我們的治療目標及服務範疇，以配合共同的治療路向。「職業治療」源自翻譯英文 Occupational Therapy，而小孩的 Occupations(職業)就要視乎他/她的角色。一般孩子在成長階段都會擔當不同的角色，如學生、兒女、兄弟姊妹、同學、朋友等...而上述所提出的每個身份角色都像述說了他們隨之而來的發展性任務，例如學生需要一定的寫字技巧、專注力、生活管理技巧、情緒及社交技巧等...而職業治療正正就是一種針對短暫或永久性身體、心理、行為、智力、社交方面之殘障人士，提供以個人或小組的康復治療專業。

職業治療為兒童提供的服務很廣泛，小至功能性的小肌肉、視覺感知、感覺統合、動作協調訓練，大至日常生活自理、情緒社交甚至乎家庭管教及輔導。感謝我院楊姑娘的循循善誘、同事間的互相交流以及資源的配合，讓我們能想出更多具治療價值而且創新有趣的活動！在工作上，看到孩子能夠有所進步以及享受其中的過程，是我最大的滿足感，盼望這能成為一份推動力，讓我們這群職業治療師團隊不斷進步。



我有句諺語想跟大家分享 — 「授人以魚不如授人以漁」，我常以此提醒自己，亦藉此機會互相勉勵。很多時候我們都會著眼于解決病人眼前的障礙，但只有用授人以漁的思維方式，才能為他們想多一步、想得更遠。作為一位初職的職業治療師，我不敢自誇一定可以幫助到各類型的病人在學習、娛樂及自理方面都能夠有所改善，但我與自己的專業都抱著同一個信念，就是會盡心盡力透過切合病者需要以及具治療性質之活動，幫助接受治療人士掌握所需生活技能，協助他們重返家庭、重回工作崗位、重新投入社群生活，以實現獨立、有意義和豐富的人生。

《穿著惡魔外衣的小天使》

沈素儀

香港職業治療師

我是二零一三年五月從職業治療學系畢業的新鮮人。畢業後加入了現職的急症醫院到現在有一年多。這一年過得很快，在節奏急速的步伐下不斷摸索，每天都有不同的挑戰和學習。今天的分享正好是一個機會可以慢下來好好的想想自己的工作，還有當中的感受。

在九月中，我迎接了我第一次的工作崗位調動（rotation）。我從內科調去了令我又驚又喜的兒童及青少年精神科。

首先說說為什麼是「喜」呢？因為我由讀書的時代起就特別鍾情兒科。小朋友的反應天真直接，喜歡就是喜歡，討厭就是討厭。只要可以用對了溝通的方法，他們就會跟著指示一步步去做治療。另外，兒科最常用的治療媒介就是玩具，色彩繽紛，有的會動，有的會播放音樂，為治療的過程中增添了不少歡樂的氣氛。在大學二年級時，我就是到了職業治療部的兒科展開了我在第一次為期八星期的長實習。在那次的學習經驗裡，我開始對職業治療重視的「全人關顧」有了實體的印象，不再流於紙上談兵。也是從那次實習之後，讓我有興趣繼續在這方面發展。

但又為什麼「驚」呢？因為「兒科」跟「兒童及青少年精神科」是不同的領域啊。兒科的小朋友，大多數是體能障礙，如發育遲緩、發展性協調障礙等。但後者的小朋友主要是自閉症和過度活躍症為主，在治療的方向和方式也跟兒科有很大的出入。在最後一次的實習，我也曾經有一半的實習時間接觸過兒童精神科，那次的經驗不是很成功，也實在讓我對這個領域有了膽怯的感覺。我就是抱著這種戰戰兢兢的心情接受了這個挑戰。

我有大部份的時間是給住院病人做治療的。他們入院的原因各有不同，但總結來說，也是出現了一些問題，或行為上的，或情緒上的，讓家人難以處理和照顧，需要住院觀察再詳細地擬定治療計畫。當中，職業治療在功能訓練上扮演一個很重要的角色，例如社交技巧、專注力、自理能力等。因此我需要經常出入病房開小組和為個別的病人提供切合他們所需的訓練。

最初，我是十分緊張的。在還沒有接觸過這類小朋友的時候，我完全沒辦法想像有人可以因為在遊戲中落後了一分，或是懷疑別人偷看了他手上的牌而大發脾氣。破口大罵、口角、肢體碰撞可以一經引爆後接連出現，讓人措手不及。另外，也有特別考驗治療師情緒智商的時候，就是遇上有對立反抗性疾患（Oppositional Defiant Disorder）的小朋友，故意不服從治療師的指示，甚至搗亂讓小組無法進行。可想而知，這些小朋友在醫院外面對的困難會是何等的大。他們很難接受自己的測驗分數不及他人高、不能輸掉遊戲、因為會留意不到別人的表情和感受而交不到朋友。

遇上治療過程不順利的情況故然讓人氣餒，感覺很多準備和努力都白費了。但隨著日子，我看到了部份小朋友開始改變。從很容易發脾氣、不懂表達情緒、自我中心，開始了會接受挫敗，可以更好的控制自己的怒氣，也可以懂得禮讓。當然，他們還是很需要旁人的協助和提點，但是他們也真的因為治療師和整個治療團隊的合作，漸漸的裝備了自己一些協助他們融入社群的技巧。

看著他們的進步和成長，讓我感到滿足。當然，在這個領域中還有很多很多我需要學習的地方，例如：不同的治療理論和實踐、跟家長的協調技巧等。但我相信他們的笑容和一聲聲的「沈姑娘」會成為我最大的動力，繼續令自己成為一個更好、更能幫助他們的職業治療師。

《 期待已久的兒科 》

陳慧玲

香港職業治療師

在大學讀書的時候，我們可以根據自己的興趣去選擇實習範疇，但因為有興趣在兒科實習的同學太多了，所以我一直都未有機會嘗試。幸運地，終於在我工作三年後，我有機會接觸兒科。我首先接觸的是兒童普通科，大部份小孩子主要是發展遲緩。每次見到家長們都請假陪同子女出席治療，亦感受到家長們對子女的關心，使我更盡心盡力地去訓練每一位小孩子，更想學習更多有關兒科的知識。

現在，我主要的工作範疇是為職業治療部兒童精神科的小孩子提供小組和個別訓練，當中大部份的小孩子都是被斷診為自閉症譜系或過度活躍症。一天，一位就讀小學二年級的女孩 Anna 和媽媽一同來應診。這次治療的目的是為 Anna 提供書寫及小肌肉評估和訓練。Anna 在評估期間怒氣衝衝，不斷埋怨而且表現得很不合作；我起初亦不以為然，細問之下才知道原來 Anna 因為要來做治療，所以不能參加當天學校的課外活動，一星期只有一次的課外活動而且還是她喜愛的非洲鼓。最後我決定不繼續為 Anna 做評估(因為即使完成評估，評估結果也不能如實反映 Anna 的情況)，於是我改為和她玩遊戲作訓練，最後我和 Anna、Anna 媽媽商討下決定下次的治療時間儘量不和她的課外活動時間有衝突，以及預先告知下次治療要完成評估測試。這個時候，Anna 說：「下一次我都要見陳姑娘。」我回答說：「下次再見。」

小孩子表達的方式是最直接的，他們不懂得加上任何修飾和美化。他們不像成年人能夠專心地做同一個訓練(例如：寫字 15 分鐘)。故此，當他們在治療期間感到沉悶時，就會表現得不合作、不專心等。所以，職業治療師需要透過不停轉換玩具來為小孩提供訓練。現在我在平日逛街的時候，總會不自覺地留意身邊的小孩子正在玩什麼玩具，玩具店的櫥窗又擺放了什麼玩具等等，好像是回到童年時的情景。

在我的眼中每一個小孩子都是天使或小魔怪的化身，但他們的行為總是令你回心微笑，捨不得責怪他們。小孩子的發展迅速，只要為他們提供一個合適的學習環境和機會，一個月前後他們的發展就已經會進步了不少。每次治療結束後，我都期待下次為他們的治療，亦期望他們每一次的進步。所以，我很享受身為兒童精神科職業治療師這份工作。

