

环境在作业治疗的创新使用

黄锦文，香港大埔医院

「创新」(Innovation) 这个名词是近十年来商业社会很流行的一个名词。由于竞争激烈，一间不能「创新」的公司，很容易被对手淘汰，甚至在市场上消失。所以创新很多时来自竞争，这是不被淘汰，不落后于人，能够生存下去的需要。在康复事业里，由于发展时间尚短，更需要创新来打开市场，增加认受性，要达到这点，我们要不断的思索和应变。

我们必须要对「创新」有正确的认识，才可有系统地去干。我们时常混淆了「创造」(Creativity) 与「创新」(Innovation) 这两个概念。「创造」是从无到有，这个词语较多被用来形容天生的才能，后天是不能补救的，所以「创造」是需要有一个或一群有「创造力」的人才可完成。从这个角度看，「创造」是较难实现的目标。

「创新」不等如创造。创造很多时是从无中生有，而创新则是从现有的东西中，重新排列，重新组合 (New Combination)，而令人产生一种新的感觉。亦有人将 Innovation 译为「变革」，与「创新」有异曲同工之妙！创新和变革都是将旧有的改变、推翻的意思。从管理学上看，单有创造性的人才，也不能保证公司的创新，还需要有适当的制度和方法配合。所以有学者将「创新」定义为创造力的管理 (Innovation is the management of creativity)。另外两个我极为深刻的相关词语是「摩登」和「现代」，都有不同于过去的意思，当中有改变及反叛的意识。例如 modern mathematics 被译为「新数学」，以区别旧数的三角几何；modern art 被译为「现代艺术」，以对传统艺术的挑战，很多时需要有深厚的知识背景才懂得欣赏！

「创新」可通过对思维的训练去达到目的。一种看法认为思维就像走路或者呼吸一样，我们不需要，也不可能对它做些什么。另一种看法认为思维是一种技巧，就像开车、练杂技、滑雪或踢足球一样，总有一些人比另一些人技高一筹。但只要愿意，每个人都可以通过训练来大大提高自己这方面的技能。思维训练甚至成为大学里的学科。只要懂得窍门，我们可通过不同技巧去产生很多解决问题的方法。例如最常用的「脑震荡」法(Brainstorming)可建立很多不同的「可能性」。「可能性」也许就是思维领域中最重要词语，正是「可能性」的力量为西方的科学技术带来如此巨大的进步。

爱德华·德·波诺是世界著名的思维专家。他提出了水平思维 (Lateral thinking) 及平行思维 (Parallel thinking) 去帮助我们思考。水平思维的定义是：摆脱已有的概念和观点，去找到新的概念和观点的途径。法国数学家、物理学家、哲学家朱尔斯·坡因凯认为：要做出发明，你必须「从旁路」思考。平行思维是将相关领域中的内容，包括兼容或矛盾的，平行地排列进行讨论。

在创新的过程中，参与者必须保持开放的态度，过早下判断和结论会减少创造解决问题的空间。对一些我们习以为常的想法和认为是对的事情，也要重新检讨，甚至

挑战其背后的假设或理论，这样才会制造创新和变革的机会。一个有创意的人，多数是有好奇心、接受无棱两可的立场、能忍受矛盾、有冒险精神及有坚持的人。

相对于其它康复的专业，作业治疗是一个较有创意的专业，因为它有较大的创作空间。要简单地介绍作业治疗，我归纳最重要的两点是它运用「有意义的活动」作为治疗媒介及它通过环境改良使病患者发挥最大的功能。作业治疗的信念是我们日常的活动，例如上学、工作及娱乐已足够维持我们的健康，因为这些活动提供了体能及智能等多方面的锻练，使一个人在身、心、社、灵上有正常的发展。这也是「作业」对人的功能和重要性。「作业」亦有它的模糊性，因为要定义作业不在乎「作业」的形式，而是其对病患的意义。但「意义」是因人而异，如果没有主体，就很难解释什么是「作业」。正正是这个模糊性，作业治疗师有较大的空间去帮病患者找寻「有意义的活动」，使治疗更切合病患的实际生活。

在过去十多年，我们尝试了很多创新的活动，例如：收集寻找生命意义的故事、举办希望之旅、建立「净丝阁」、编写「爱·生活」手册、举办「爱·生活」画展、将 Kawa model 的概念表现在「吾川吾流」活动中、「感谢我的最爱」活动使院友重新思考他与家人的关系。以上活动的基本构思，就是将「作业」的元素(形式、功能和意义)重新组合！

很多作业治疗师常常把 PEO 模式作为临床的指引，但我的观察是大多数治疗师只利用 PEO 来分析病人的问题，未有将「作业」(O)和「环境」(E)在治疗模式上再扩大。这几年我尝试把 PEO 及 ICF 重新组合，发现有很好的效果！今次我跟大家分享我们过去如何创新地使用「环境」。我们在十多年前已推广一句口号：「建立一所不像医院的医院、建立一所不像作业治疗部的部门」！这些离经叛道想法是「创新思维」的表现！我们从布置部门环境开始，我们要建立一个有色彩的部门环境，这个想法是基于一个信念：「住院病友的内心压力是很大的，而一个温馨的环境可帮助院友减压。在医院里等候是很不好受的，而环境的设计可使等候的感觉较易过！」

大埔医院位于全安路 9 号，附近还有一条栋梁路。我们也把医院的大堂分为两条小径，从正门入内，右边是「栋梁径」，左边是「全安径」。「栋梁径」展示与员工有关的资讯。「全安径」则满载爱心和教育意义，沿途设立壁报箱、展览箱，展示与康复有关的事物。有了这些展览设备，医院的大堂也变得

多姿多彩，甚至可用来作展览厅！我们亦定下使用展览箱的原则：1) 要展示正面和积极的信息；2) 有病人参与展示的制作；及 3) 介绍 OT 如何帮助病人的工作。例如我们把 OT 的工作定位在帮人「活得精彩」，所以分别定下 4 个主题，从衣、食、住、行的角度展示 OT 的工作。我们利用 4 个展览箱，分别以「衣·道」、「尝心乐·食」、「爱·住

大埔医院－医院大堂



家」和「行·街易」为标题，通过治疗师和病友的合作，将一些有关衣食住行的正面信息，展示给大家看。



「衣·道」的主题是鼓励长者通过衣着来展示活力，不要因年老而放弃了自己的形象。适当的打扮仍可表现个人的魅力和自信。我们更以时装杂志的形式，把 OT 利用辅具和改良方法，使病友自己能穿衣服，我们也建议「尿袋」也穿衣，帮助病友克服外出的心理障碍，重投社交生活。「尝心乐·食」记录了一个治疗小组的过程。通过大家对「食」的分享来探讨「食的意义」。参与小组的院友除了一起想当年外，还带给我们很多人生道理，例如：分享、品味和创新。我们可以从「食」的活动里体验很多人生价值，希望大家能更珍惜目前跟自己同台吃饭的亲人和朋友！「爱·住家」通过人的成长而突显年老时对「家居安全」的需要。我们利用图片加工至更为立体，把「防



「家居安全」。「行·街易」是搜集了香港各公共交通工具为轮椅使用者的服务资讯，鼓励轮椅使用者多出外参与社会活动，不要把自己关在家里！我们更编印了一份「去街 Guide」，提供轮椅使用者出外要留意的相关资讯！



长长的走廊往往给人冷漠和不安的感觉，大埔医院职业治疗部在 2012 年把部门走廊装饰，建设了「添乐里」，使病者经过时可感受到较温馨及舒畅的感觉，停留时更可吸收健康及积极人生的信息。有鉴于到本部门接受治疗的都是因疾病或受伤而需要住院的人士，他们当中有不少是对于突如其来的伤病事实感到沮丧或甚至失去人生的意义。于是在改造这条长长的走廊时，重点是如何增强他们的自信心

及对抗逆境的能力，并为我们的院友添加喜乐，为在这里等候或正在接受治疗的院友注入正能量。这极具意义的「添乐里」计划最终得到院方的支持及各界善长慷慨捐赠，终于在 2012 年正式落成。令到一条本来平淡无奇的走廊，透过激励人心的影视材

料、阿虫先生所捐赠的积极人生画作及院友的鼓励 and 分享，变成充满喜乐的地方，并为我院病友添上生命的意义及灌注积极的态度，让他们能保持着应有的勇气去面对将来，甚至能开拓更美好的人生。

「复元大本营」是大埔医院职业治疗部继「添乐里」后，把环境打造得更切合以「复元为本」的治疗模式，期望增加精神病患者接受治疗时的效果。「复元为本」模式是世界各地很多精神科复康服务的趋势，期望康复者能在患病的经历中重新认识自己，享有全面发展的机会，选择自己的生活目标，重新建立自我及人生意义，不视疾病为生活的唯一关注或生命的全部。「复元大本营」的环境设计可增加康复者的主动参与，从而深化「复元为本」的概念，将复元的概念融入生活。「复元大本营」分为几个部份：



「复元实验室」是一个充满学习气氛的地方，让康复者参与「复元360」、爱「生活」及乐天生活在五常等课程，认识及深化复元概念和知识，为复元路打下基础。而特别设计的「目标墙」让康复者掌握订立个人复元目标的要诀，及早启动复元行动。「生活游乐场」提供实践及生活上的配合，康复者在生活实验室体验

各式各样的活动，发掘个人兴趣，感受参与活动的快乐感受，扩阔生活的可能性，让生活添上更多姿彩。「生活工房」是建立良好生活习惯及工作自信的地方，这里以五个主题设计，包括：爱自己、爱工作、爱余闲、爱增值及爱环保，藉参与每个主题的活动，了解适合自己的生活态度，促进平衡生活，让自信与康复同行。「生活绿洲」给康复者可享受户外种植的乐趣，细味生活。另外，亦提供户外工作的训练场地，让康复者感受不同天气时工作的感受，增强工作的自信。「生活厨房」为康复者带来入厨的乐趣，让康复者感受到入厨和做家务都是乐事。「写意空间」一个宁静的房间让康复者学习松弛的技巧，踢走压力，让生活轻轻松松。另外，康复者可在宁静的空间，享受个人活动的乐趣，体验独处都是快乐的感受。通过参与「复元大本营」的各式治疗活动，精神病康复者可从多方面体验生活，重新认识自己，建立人生意义，积极走在复元路上为自己走出个未来。



结论

「环境」是 OT 理论重要的一环，在 OT 的文献已有很多论述。Crane 在 1919 年已讨论职业治疗如何建造健康的医院环境来增强病人的士气。但在大家的工作里，有多意识地运用「环境」作为治疗媒介呢？医院可用的空间是非常之大，只是我们有没有把「环境」拿出来跟「作业治疗」或「病人福祉」等元素再来一个互相「碰撞」、重新组合的思维锻练。

「创新」是可以管理的，是可以通过训练达至最佳效果的。在我的部门里，每隔两个月就有一次「创意」的分享，负责的同事需要设计一项有「创意」的活动，主题是没有限制的，但参与的人会就以下的条件给讲者评分，评分标准有五点，包括：活动内容的创意、活动形式的创意、活动对个人成长的帮助、对组织发展的帮助及整体印象。通过这些活动，参与者可体验不同的思考方法，分享集体创作的感受。