

# 環境在作業治療的創新使用

黃錦文，香港大埔醫院

「創新」(Innovation) 這個名詞是近十年來商業社會很流行的一個名詞。由於競爭激烈，一間不能「創新」的公司，很容易被對手淘汰，甚至在市場上消失。所以創新很多時來自競爭，這是不被淘汰，不落後於人，能夠生存下去的需要。在康復事業裡，由於發展時間尚短，更需要創新來打開市場，增加認受性，要達到這點，我們要不斷的思索和應變。

我們必須要對「創新」有正確的認識，才可系統地去幹。我們時常混淆了「創造」(Creativity) 與「創新」(Innovation) 這兩個概念。「創造」是從無到有，這個詞語較多被用來形容天生的才能，後天是不能補救的，所以「創造」是需要有一個或一群有「創造力」的人才可完成。從這個角度看，「創造」是較難實現的目標。

「創新」不等如創造。創造很多時是從無中生有，而創新則是從現有的東西中，重新排列，重新組合 (New Combination)，而令人產生一種新的感覺。亦有人將 Innovation 譯為「變革」，與「創新」有異曲同工之妙！創新和變革都是將舊有的改變、推翻的意思。從管理學上看，單有創造性的人才，也不能保證公司的創新，還需要有適當的制度和方法配合。所以有學者將「創新」定義為創造力的管理 (Innovation is the management of creativity)。另外兩個我極為深刻的相關詞語是「摩登」和「現代」，都有不同於過去的意思，當中有改變及反叛的意識。例如 modern mathematics 被譯為「新數學」，以區別舊數的三角幾何；modern art 被譯為「現代藝術」，以對傳統藝術的挑戰，很多時需要有深厚的知識背景才懂得欣賞！

「創新」可通過對思維的訓練去達到目的。一種看法認為思維就像走路或者呼吸一樣，我們不需要，也不可能對它做些什麼。另一種看法認為思維是一種技巧，就像開車、練雜技、滑雪或踢足球一樣，總有一些人比另一些人技高一籌。但只要願意，每個人都可以通過訓練來大大提高自己這方面的技能。思維訓練甚至成為大學裡的學科。只要懂得竅門，我們可通過不同技巧去產生很多解決問題的方法。例如最常用的「腦震盪」法(Brainstorming)可建立很多不同的「可能性」。「可能性」也許就是思維領域中最重要的詞語，正是「可能性」的力量為西方的科學技術帶來如此巨大的進步。

愛德華·德·波諾是世界著名的思維專家。他提出了水準思維 (Lateral thinking) 及平行思維 (Parallel thinking) 去幫助我們思考。水準思維的定義是：擺脫已有的概念和觀點，去找到新的概念和觀點的途徑。法國數學家、物理學家、哲學家朱爾斯·坡因凱認為：要做出發明，你必須「從旁路」思考。平行思維是將相關領域中的內容，包括相容或矛盾的，平行地排列進行討論。

在創新的過程中，參與者必須保持開放的態度，過早下判斷和結論會減少創造解決問題的空間。對一些我們習以為常的想法和認為是對的事情，也要重新檢討，甚至

挑戰其背後的假設或理論，這樣才會製造創新和變革的機會。一個有創意的人，多數是有好奇心、接受無稜兩可的立場、能忍受矛盾、有冒險精神及有堅持的人。

相對於其它康復的專業，作業治療是一個較有創意的專業，因為它有較大的創作空間。要簡單地介紹作業治療，我歸納最重要的兩點是它運用「有意義的活動」作為治療媒介及它通過環境改良使病患者發揮最大的功能。作業治療的信念是我們日常的活動，例如上學、工作及娛樂已足夠維持我們的健康，因為這些活動提供了體能及智慧等多方面的鍛練，使一個人在身、心、社、靈上有正常的發展。這也是「作業」對人的功能和重要性。「作業」亦有它的模糊性，因為要定義作業不在乎「作業」的形式，而是其對病患者的意義。但「意義」是因人而異，如果沒有主體，就很難解釋什麼是「作業」。正正是這個模糊性，作業治療師有較大的空間去幫病患者找尋「有意義的活動」，使治療更切合病患者的實際生活。

在過去十多年，我們嘗試了很多創新的活動，例如：收集尋找生命意義的故事、舉辦希望之旅、建立「淨絲閣」、編寫「愛·生活」手冊、舉辦「愛·生活」畫展、將 Kawa model 的概念表現在「吾川吾流」活動中、「感謝我的最愛」活動使院友重新思考他與家人的關係。以上活動的基本構思，就是將「作業」的元素(形式、功能和意義)重新組合！

很多作業治療師常常把 PEO 模式作為臨床的指引，但我的觀察是大多數治療師只利用 PEO 來分析病人的問題，未有將「作業」(O)和「環境」(E)在治療模式上再擴大。這幾年我嘗試把 PEO 及 ICF 重新組合，發現有不錯的效果！今次我跟大家分享我們過去如何創新地使用「環境」。我們在十多年前已推廣一句口號：「建立一所不像醫院的醫院、建立一所不像作業治療部的部門」！這些離經叛道想法是「創新思維」的表現！我們從佈置部門環境開始，我們要建立一個有色彩的部門環境，這個想法是基於一個信念：「住院病友的內心壓力是很大的，而一個溫馨的環境可幫助院友減壓。在醫院裡等候是很不好受的，而環境的設計可使等候的感覺較易過！」

大埔醫院位於全安路 9 號，附近還有一條棟樑路。我們也把醫院的大堂分為兩條小徑，從正門入內，右邊是「棟樑徑」，左邊是「全安徑」。「棟樑徑」展示與員工有關的資訊。「全安徑」則滿載愛心和教育意義，沿途設立壁報箱、展覽箱，展示與康復有關的事物。有了這些展覽設備，醫院的大堂也變得

多姿多彩，甚至可用來作展覽廳！我們亦定下使用展覽箱的原則：1) 要展示正面和積極的資訊；2) 有病人參與展示的製作；及 3) 介紹 OT 如何幫助病人的工作。例如我們把 OT 的工作定位在幫人「活」得精彩，所以分別定下 4 個主題，從衣、食、住、行的角度展示 OT 的工作。我們利用 4 個展覽箱，分別以「衣·道」、「嘗心樂·食」、「愛·住

大埔醫院－醫院大堂



家」和「行·街易」為標題，通過治療師和病友的合作，將一些有關衣食住行的正面資訊，展示給大家看。



「衣·道」的主題是鼓勵長者通過衣著來展示活力，不要因年老而放棄了自己的形象。適當的打扮仍可表現個人的魅力和自信。我們更以時裝雜誌的形式，把 OT 利用輔具和改良方法，使病友自己能穿衣服，我們也建議「尿袋」也穿衣，幫助病友克服外出的心理障礙，重投社交生活。「嘗心樂·食」記錄了一個治療小組的過程。通過大家對「食」的分享來探討「食的意義」。參與小組的院友除了一起想當年外，還帶給我們很多人生道理，例如：分享、品味和創新。我們可以從「食」的活動裡體驗很多人生價值，希望大家能更珍惜目前跟自己同台吃飯的親人和朋友！「愛·住家」通過人的成長而突顯年老時對「家居安全」的需要。我們利用圖片加工至更為立體，把「防



跌」的知識和輔具展示出來，使院友及家屬更瞭解怎樣做好「家居安全」。「行·街易」是搜集了香港各公共交通工具為輪椅使用者的服務資訊，鼓勵輪椅使用者多出外參與社會活動，不要把自己關在家裡！我們更編印了一份「去街 Guide」，提供輪椅使用者出外要留意的相關資訊！



長長的走廊往往給人冷漠和不安的感覺，大埔醫院職業治療部在 2012 年把部門走廊裝飾，建設了「添樂裡」，使病者經過時可感受到較溫馨及舒暢的感覺，停留時更可吸收健康及積極人生的資訊。有鑒於到本部門接受治療的都是因疾病或受傷而需要住院的人士，他們當中有不少是對於突如其來的傷病事實感到沮喪或甚至失去人生的意義。於是在改造這條長長的走廊時，重點是如何增強他們的自信心

及對抗逆境的能力，並為我們的院友添加喜樂，為在這裡等候或正在接受治療的院友注入正能量。這極具意義的「添樂裡」計畫最終得到院方的支援及各界善長慷慨捐贈，終於在 2012 年正式落成。令到一條本來平淡無奇的走廊，透過激勵人心的影視材

料、阿蟲先生所捐贈的積極人生畫作及院友的鼓勵和分享，變成充滿喜樂的地方，並為我院病友添上生命的意義及灌注積極的態度，讓他們能保持著應有的勇氣去面對將來，甚至能開拓更美好的人生。

「復元大本營」是大埔醫院職業治療部繼「添樂裡」後，把環境打造得更切合以「復元為本」的治療模式，期望增加精神病患者接受治療時的效果。「復元為本」模式是世界各地很多精神科復康服務的趨勢，期望康復者能在患病的經歷中重新認識自己，享有全面發展的機會，選擇自己的生活目標，重新建立自我及人生意義，不視疾病為生活的唯一關注或生命的全部。「復元大本營」的環境設計可增加康復者的主動參與，從而深化「復元為本」的概念，將復元的概念融入生活。「復元大本營」分為幾個部份：



「復元實驗室」是一個充滿學習氣氛的地方，讓康復者參與「復元 360」、愛「生活」及樂天生活在五常等課程，認識及深化復元概念和知識，為復元路打下基礎。而特別設計的「目標牆」讓康復者掌握訂立個人復元目標的要訣，及早啟動復元行動。「生活遊樂場」提供實踐及生活上的配合，康復者在生活實驗室體驗各式各樣的活動，發掘個人興趣，感受參與活動的快樂感受，擴闊生活的可能性，讓生活添上更多姿彩。「生活

工房」是建立良好生活習慣及工作自信的地方，這裡以五個主題設計，包括：愛自己、愛工作、愛餘閒、愛增值及愛環保，藉參與每個主題的活動，瞭解適合自己的生活態度，促進平衡生活，讓自信與康復同行。「生活綠洲」給康復者可享受戶外種植的樂趣，細味生活。另外，亦提供戶外工作的訓練場地，讓康復者感受不同天氣時工作的感受，增強工作的自信。「生活廚房」為康復者帶來入廚的樂趣，讓康復者感受到入廚和做家务都是樂事。「寫意空間」一個寧靜的房間讓康復者學習鬆馳的技巧，踢走壓力，讓生活輕輕鬆松。另外，康復者可在寧靜的空間，享受個人活動的樂趣，體驗獨處都是快樂的感受。通過參與「復元大本營」的各式治療活動，精神病康復者可從多方面體驗生活，重新認識自己，建立人生意義，積極走在復元路上為自己走出個未來。



## 結論

「環境」是 OT 理論重要的一環，在 OT 的文獻已有很多論述。Crane 在 1919 年已討論職業治療如何建造健康的醫院環境來增強病人的士氣。但在大家的工作裡，有多大意識地運用「環境」作為治療媒介呢？醫院可用的空間是非常之大，只是我們有沒把「環境」拿出來跟「作業治療」或「病人福祉」等元素再來一個互相「碰撞」、重新組合的思維鍛練。

「創新」是可以管理的，是可以通過訓練達至最佳效果的。在我的部門裡，每隔兩個月就有一次「創意」的分享，負責的同事需要設計一項有「創意」的活動，主題是沒有限制的，但參與的人會就以下的條件給講者評分，評分標準有五點，包括：活動內容的創意、活動形式的創意、活動對個人成長的說明、對組織發展的說明及整體印象。通過這些活動，參與者可體驗不同的思考方法，分享集體創作的感受。