

## 重建生活为本

### 重建生活为本理念文化价值体系

重建生活为本康复理念包含一套理论体系、一套文化价值体系和一套运作模式。而理论体系和运作模式是建基于文化价值体系。

重建生活为本康复文化价值体系由信念、愿景、使命、核心价值和患者宣言五部分组成。信念说明崇尚的精神、提供方向与能量，愿景勾画长远目标和境界，使命解释具体行动策略及方法，核心价值阐述行事的优先次序及判断是非的标准，亦是愿景、使命的动力和精神源泉。

#### 信念

我们相信，人天生具备求生存、求能力、求成长的本能，并有追求成功、愉快、幸福及有意义生活

的欲望。患者即使是面对长期功能障碍，维持幸福、愉快生活的本能的欲望是仍然存在的。这些本能欲望可能因受到症状和病后失败的经历打击，而受到压抑，但是可通过引导及成功的经历重新点燃，可通过学习新的生活技巧、调节个人期望及生活环境，以减轻功能障碍对生活的影响。

患者即使有一些长期功能障碍，但仍然拥有一定程度的能力，可根据自己的家庭条件及发病前的爱好和生活方式，重新建立一套愉快的、能维持身心健康的生活方式。身心健康生活方式是因人而异的，但都有两个重要元素：第一，有比较充实的生活内容，有足够的活动，

梁国辉

香港职业治疗学院

带来正面情绪、思想和感受。第二有足够的机会，可以为家庭和社会做一些事情、作一些贡献。

## 愿景

在重建生活为本作业治疗理念指导下，作业治疗的最终目标已超越协助患者功能恢复，也超越促进独立生活，而是指向一个更高的层次。我们的愿景是要协助所有服务使用者“重建成功、幸福、愉快及有意义的生活方式”。这也是重建生活为本作业治疗模式与其他模式的主要分别之一。

## 使命

协助服务使用者重建成功、幸福、愉快及有意义的生活方式并不是一个梦想，也不是一个口号，而是一个实在的终极目标。是以科学为基础，有条不紊的，在患者重建生活的每一个步骤，提供具体的、针对性的作业治疗服务而达至的目标。重建生活为本作业治疗运作模式及内涵可以在服务使命总结下来：“引导患者发掘自身长线、隐性、真实的需求，按照科学的预定路径，利用

生活化的训练活动及场景，提升生活能力及生活意志，调节人际及生活环境，重建成功、幸福、愉快及有意义的生活方式，以维持身体及精神健康。”

使命中的六句话，总括了重建生活为本作业治疗模式的步骤、内涵、及理论基础。也概括了服务的短、中、长期服务目标。每一句都以动词为首，彰显以行动为出发点，以达至重建成功、幸福、愉快及有意义的生活方式，以维持身体及精神健康的最终目标。

## 核心价值

透过多年的累积和沉淀，重建生活为本康复理念体系建立了文化价值观，可概括在十六组价值内涵里，包括：尊重包容、科学理性、乐观豁达、适应赋能、充实多元、独立自强、自信希望、突破超越。我们鼓励康复人员大家在发展重建生活为本服务及硬件的同时，亦要同步发展相应的科室文化价值，把这些文化及价值融入日常服务中，为治疗注入生命，为训练赋灵魂。

## 宣言

为更有效向患者传递重建生活为本康复理念，我们以患者第一角度，把理念的精髓，总结为重建生活为本患者宣言，可让大家朗读，加强印象，促进身心力行。宣言由六句话组成，每句皆以一动词为首，强调患者主动主导重建生活的过程：“我们愿意接受慢性症状及功能障碍的事实，排除思想、情绪、人际及环境障碍，充分利用自己拥有的能力及可掌握的人际、经济和社会资源，学习及实践适应性生活策略及方法、并养成习惯，培养新的生活态度及目标，增加愉快及有意义的生活内容，重建成功及快乐的生活方式。”

## 作业治疗管理文化

一套清晰的价值理念是基业长青的灵魂，理念的根基和不断创新发展源于底蕴深厚的核心价值文化。

重建生活文本理念的成长是“实践、认识、再实践、再认识”的过程。从 2015 年正式面世至今已有三年多，始终坚持以“传承核心价值文化，推崇作业治疗使命，倡导作业治疗回归本位”为目标，帮助专业人员提升康复服务能力，更好地服务于普罗大众，重建成功幸福愉快及意义生活。

重建生活为本理念文化价值体系作为一种精神力量，是动态的渐进的不间断的发展过程，是可以真正践行的，对一个专业的发展起着无可限量的作用，包括：

(1) 整合。康复医学科涵盖人员众多，康复治疗团队包括康复医师 (physiatrist)、物理治疗师 (PT)、作业治疗师 (OT)、言语矫正师 (ST)、心理治疗师、假肢与矫形器师 (P&O)、文体治疗师 (RT)、社会工作者 (SW) 等等。共同的文化价值观能够协调群体成员的行动所发挥的作用，有效地沟通，消除隔阂、促成合作。

(2) 导向。在一个组织结构中，人与人之间是一个以目标为前提的存在，人与人应该承担各自的责任和目标，从而拥有不同的权利和资源。共享文化可以提供一种科学的、全体员工所认同、所遵循的工作思路 and 方式，明

白自己的职责和行为是否适宜,才能够倾向于选择有效的行动,这就是科室文化对行为的导向作用。

(3) 维持秩序。价值观作为一把标尺,时刻衡量着我们自身的存在意义和行为方式。经过以往共同工作及临床经验的积累,大家认为是合理并被普遍接受、被认可和被遵从的,这也意味着某种秩序的形成。这是科室康复文化维持工作秩序的功能。

(4) 传统。文化的载体是产品,同样重建生活为本康复文化体系也根植于康复服务产品,一种好的产品经过不断创新和优化,可以源远流长,经久不衰,须要满足消费者的需求、能够享受、有延伸价值、长期受益、促进和维持身心灵健康等,这也就彰显了康复文化的传统功能。

重建生活为本理念文化体系在它所涵盖的范围内和不同的层面发挥着主要的功能和作用。无论个人还是人类,物质再繁荣,生活再舒适,如果精神流于平庸,灵魂变得空虚,就绝无幸福可言。而生生不息、刚韧富有生命力的文化是支撑人的精神支柱。

重建生活为本理念体系中提出“新 OT 三宝”,即访谈、作业活动和环境调适作为作业治疗三大核心治疗手段。其中环境调适也是理念文化体系的一个重要体现之一,包括康复科室管理文化和作业治疗室文化:

治疗师及病人构成康复治疗室的人际环境。当中,治疗师对构建这些人际环境起至关重要的作用。在作业治疗理念指导下,治疗师团队可尽力构建有利患者认真积极参与治疗训练的人际环境,具体可参考下面建设:

- 制定人际环境目标 治疗师主管带领团队认真思考、设计及维持治疗室特定的人际环境,以促进疗效及服务效率。强调团队每一成员都要清楚明白及尽职尽责传递及维持。
- 制定清晰明确治疗时间表 以控制人流、节奏,提升治疗效率。
- 坚持治疗室的功能 治疗不做康复治疗以外的事,以营造认真及专注的治疗环境。
- 限制治疗室人员 限制不必要人士进入治疗室,以保护患者隐私,及减少干扰。

- 营造自助自理氛围 鼓励患者自助自理,减少依赖,加强独立意识。有时表面上影响活动及训练进度,但对患者重建能力及自信有莫大帮助。
- 营造接纳氛围 尊重个人差异,认同个人选择,培养患者自尊自信,促进对康复的责任感。
- 表扬进步与成就 多留意患者的进步,表扬患者的努力,营造重视奋斗促进突破、多于重视障碍与不足的氛围。
- 多注重生活能力 康复中后期,治疗师多注重生活能力的重建,适当减少强调基本功能缺欠。
- 强调意志与能力同样重要 重建生活能力及重建生活意志是相辅相成的,要营造有利重建信心及意志的人际环境。
- 鼓励多谈未来生活 有些患者不愿面对现实,回避谈及长远生活。营造鼓励分享未来目标与行动计划的人际环境。
- 营造正面价值观 有技巧地让患者及家属明白预后功能水平,共识预后生活目标,传递即使有某程度功能障碍,也可成功生活的信息。营造追求重建成功愉快生活方式的价值观。

治疗师都希望患者在家中运用好在治疗室学到的生活技巧。但往往发现患者回家后仍然依赖,没有把能力用好。康复团队应好好利用病房这个中途站,让患者把在治疗室学到的技能先在病房应用,并养成习惯,有利患者成功过渡。

科室及病房环境、特别是人际及文化环境、本身就可以利用为一种治疗及训练的媒体。康复科室及病房管理有很多规章、制度和流程,这些背后要有一套科室上下人员公认遵守的价值观,规章制度才会有真正的意义与价值,可真正发挥促进患者养成习惯的疗效。

*文化来源于人,也服务于人。*

*回归作业治疗本质,就必须回归到人的生活,必须源于对人性的关怀,才更有意义。这是重建生活为本理念内核精髓所在。*