

## 重建生活為本

### 重建生活為本理念文化價值體系

重建生活為本康復理念包含一套理論體系、一套文化價值體系和一套運作模式。而理論體系和運作模式是建基於文化價值體系。

重建生活為本康復文化價值體系由信念、願景、使命、核心價值和患者宣言五部分組成。信念說明崇尚的精神、提供方向與能量，願景勾畫長遠目標和境界，使命解釋具體行動策略及方法，核心價值闡述行事的優次及判斷是非的標準，亦是願景、使命的動力和精神源泉。

#### 信念

我們相信，人天生具備求生存、求能力、求成長的本能，並有追求成功、愉快、

幸福及有意義生活的欲望。患者即使是面對長期功能障礙，維持幸福、愉快生活的本能的欲望是仍然存在的。這些本能欲望可能因受到症狀和病後失敗的經歷打擊，而受到壓抑，但是可通過引導及成功的經歷重新點燃，可通過學習新的生活技巧、調節個人期望及生活環境，以減輕功能障礙對生活的影響。

患者即使有一些長期功能障礙，但仍然擁有一定程度的能力，可根據自己的家庭條件及發病前的愛好和生活方式，重新建立一套愉快的、能維持身心健康的生活方式。身心健康生活方式是因人而異的，但都有兩個重要元素：第一，有比較充實的生活

梁國輝

香港職業治療學院

內容，有足夠的活動，帶來正面情緒、思想和感受。第二有足夠的機會，可以為家庭和社會做一些事情、作一些貢獻。

### 願景

在重建生活為本作業治療理念指導下，作業治療的最終目標已超越協助患者功能恢復，也超越促進獨立生活，而是指向一個更高的層次。我們的願景是要協助所有服務使用者“重建成功、幸福、愉快及有意義的生活方式”。這也是重建生活為本作業治療模式與其他模式的主要分別之一。

### 使命

協助服務使用者重建成功、幸福、愉快及有意義的生活方式並不是一個夢想，也不是一個口號，而是一個實在的終極目標。是以科學為基礎，有條有序的，在患者重建生活的每一個步驟，提供具體的、針對性的作業治療服務而達至的目標。重建生活為本作業治療運作模式及內涵可以在服務使命總結下來：“引導患

者發掘自身長線、隱性、真實的需求，按照科學的預定路徑，利用生活化的訓練活動及場景，提升生活能力及生活意志，調節人際及生活環境，重建成功、幸福、愉快及有意義的生活方式，以維持身體及精神健康。”

使命中的六句話，總括了重建生活為本作業治療模式的步驟、內涵、及理論基礎。也概括了服務的短、中、長期服務目標。每一句都以動詞為首，彰顯以行動為出發點，以達至重建成功、幸福、愉快及有意義的生活方式，以維持身體及精神健康的最終目標。

### 核心價值

透過多年的累積和沉澱，重建生活為本康復理念體系建立了文化價值觀，可概括在十六組價值內涵裡，包括：尊重包容、科學理性、樂觀豁達、適應賦能、充實多元、獨立自強、自信希望、突破超越。我們鼓勵康復人員大家在發展重建生活為本服務及硬體的同時，亦要同步發展相應的科室文化價值，把這些文化及價

值融入日常服務中，為治療注入 生命，為訓練賦靈魂。

## 宣言

為更有效向患者傳遞重建生活為本康復理念，我們以患者第一角度，把理念的精髓，總結為重建生活為本患者宣言，可讓大家朗讀，加強印象，促進身心力行。宣言由六句話組成，每句皆以一動詞為首，強調患者主動主導重建生活的過程：“我們願意接受慢性症狀及功能障礙的事實，排除思想、情緒、人際及環境障礙，充分利用自己擁有的能力及可掌握的人際、經濟和社會資源，學習及實踐適應性生活策略及方法、並養成習慣，培養新的生活態度及目標，增加愉快及有意義的生活內容，重建成功及快樂的生活方式。”

## 作業治療管理文化

一套清晰的價值理念是基業長青的靈魂，理念的根基和不斷創新發展源于底蘊深厚的核心價值文化。

重建生活文本理念的成長是“實踐、認識、再實踐、再認識”的過程。從 2015 年正式面世至今已有三年多，始終堅持以“傳承核心價值文化，推崇作業治療使命，宣導作業治療回歸本位”為目標，說明專業人員提升康復服務能力，更好地服務于普羅大眾，重建成功幸福愉快及意義生活。

重建生活為本理念文化價值體系作為一種精神力量，是動態的漸進的不間斷的發展過程，是可以真正踐行的，對一個專業的發展起著無可限量的作用，包括：

(1) 整合。康復醫學科涵蓋人員眾多，康復治療團隊包括康復醫師 (physiatrist)、物理治療師 (PT)、作業治療師 (OT)、言語矯正師 (ST)、心理治療師、假肢與矯形器師 (P&O)、文體治療師 (RT)、社會工作者 (SW) 等等。共同的文化價值觀能夠協調群體成員的行動所發揮的作用，有效地溝通，消除隔閡、促成合作。

(2) 導向。在一個組織結構中，人與人之間是一個以目標為前提的存在，人與人應該承擔各自的責任和目標，從而擁有不同的權利和資源。

共用文化可以提供一種科學的、全體員工所認同、所遵循的工作思路和方式，明白自己的職責和行為是否適宜，才能夠傾向於選擇有效的行動，這就是科室文化對行為的導向作用。

(3) 維持秩序。價值觀作為一把尺規，時刻衡量著我們自身的存在意義和行為方式。經過以往共同工作及臨床經驗的積累，大家認為是合理並被普遍接受、被認可和被遵從的，這也意味著某種秩序的形成。這是科室康復文化維持工作秩序的功能。

(4) 傳續。文化的載體是產品，同樣重建生活為本康復文化體系也根植于康復服務產品，一種好的產品經過不斷創新和優化，可以源遠流長，經久不衰，須要滿足消費者的需求、能夠享受、有延伸價值、長期受益、促進和維持身心靈健康等，這也就彰顯了康復文化的傳續功能。

重建生活為本理念文化體系在它所涵蓋的範圍內和不同的層面發揮著主要的功能和作用。無論個人還是人類，物質再繁榮，生活再舒適，如果精神流於平庸，靈魂變得空虛，就絕無幸福可言。而生生不息、剛毅富有生命力的文化是支撐人的精神支柱。

重建生活為本理念體系中提出“新 OT 三寶”，即訪談、作業活動和環境調適作為作業治療三大核心治療手段。其中環境調適也是理念文化體系的一個重要體現之一，包括康復科室管理文化和作業治療室文化：

治療師及病人構成康復治療室的人際環境。當中，治療師對構建這些人際環境起至關重要的作用。在作業治療理念指導下，治療師團隊可盡力構建有利患者認真積極參與治療訓練的人際環境，具體可參考下面建設：

- 制定人際環境目標 治療師主管帶領團隊認真思考、設計及維持治療室特定的人際環境，以促進療效及服務效率。強調團隊每一成員都要清楚明白及盡職盡責傳遞及維持。
- 制定清晰明確治療時間表 以控制人流、節奏，提升治療效率。
- 堅持治療室的功能 治療不做康復治療以外的事，以營造認真及專注的治療環境。
- 限制治療室人員 限制不必要人士進入治療室，以保護患者隱私，及減少干擾。

- 營造自助自理氛圍 鼓勵患者自助自理，減少依賴，加強獨立意識。有時表面上影響活動及訓練進度，但對患者重建能力及自信有莫大幫助。
- 營造接納氛圍 尊重個人差異，認同個人選擇，培養患者自尊自信，促進對康復的責任感。
- 表揚進步與成就 多留意患者的進步，表揚患者的努力，營造重視奮鬥促進突破、多於重視障礙與不足的氛圍。
- 多注重生活能力 康復中後期，治療師多注重生活能力的重建，適當減少強調基本功能缺欠。
- 強調意志與能力同樣重要 重建生活能力及重建生活意志是相輔相成的，要營造有利重建信心及意志的人際環境。
- 鼓勵多談未來生活 有些患者不願面對現實，回避談及長遠生活。營造鼓勵分享未來目標與行動計畫的人際環境。
- 營造正面價值觀 有技巧地讓患者及家屬明白預後功能水準，共識預後生活目標，傳遞即使有某程度功能障礙，也可成功生活的資訊。營造追求重建成功愉快生活方式的價值觀。

治療師都希望患者在家中運用好在治療室學到的生活技巧。但往往發現患者回家後仍然依賴，沒有把能力用好。康復團隊應好好利用病房這個中途站，讓患者把在治療室學到的技能先在病房應用，並養成習慣，有利患者成功過渡。

科室及病房環境、特別是人際及文化環境、本身就可以利用為一種治療及訓練的媒體。康復科室及病房管理有很多規章、制度和流程，這些背後要有一套科室上下人員公認遵守的價值觀，規章制度才會有真正的意義與價值，可真正發揮促進患者養成習慣的療效。

文化來源於人，也服務於人。  
回歸作業治療本質，就必須回歸到人的生活，必須源於對人性的關懷，才更有意義。這是重建生活為本理念內核精髓所在。