

川流在动静之间的叙写

李骥任 台湾佛教慈济医疗财团法人大林慈济医院身心医学科 职业治疗师

张春玲 中国深圳市康宁医院康复治疗部 康复治疗部主任

关键词：Kawa model；叙事治疗；运动治疗；探索自我；生命故事

活动描述：

1. 邀请重郁症个案参与
2. 他们先参加一课有关 Kawa Model 的讲座，理解河流、碎石、浮木代表什么理念
3. 活动分成静态和动态两堂课
4. 治疗师以小组引导参加者的探索
5. 静态课程为生命叙写搭配河川模式，主题从综观人生面到分阶段逐步细看最后停留在以现阶段对自身的剖析。在每次团课时先行绘制此次的河流，将弯道限缩在三个以聚焦重点，以岩石的数量来引导参加者呈现他认为此弯道的困难程度，以河道的粗细来代表度过后他的人生顺遂度。
6. 动态课程为飞轮健身车运动团体，三人一组，一人为闯关者，一人为岩石，一人为漂流木，以闯关者的河道粗细来决定速度，以岩石数来决定阻力，每次三关，每个关卡可请漂流木协助调降阻力，每调降一次需要举出在那时的人生这位助力帮了他什么，对他的影响是什么。
7. 在过程中治疗师协助个案了解石头对自身的影响，帮助他们认清身边可用的资源，包括亲人、朋友及个人优势
8. 请参加者分享感受





活动/产品的创新点：

这活动除了利用飞轮健身车作为体能锻炼外，还有很重的「探索生命」元素，参加者通过制图重新思考过去的问题，治疗师通过引导和生命叙写帮助患者重新认识自己，和身边的资源，包括爱他们的亲人和朋友。

重新组合：

飞轮健身车 + Kawa Model + 小组模式 + 生命叙写，结合河川模式和叙事理论为基础

病患者参与的目标：

1. 找回生命的意义
2. 理解石头（障碍）的意义，重新组合身边的资源，面对将来的生活
3. 以规律的运动习惯重建对参与事务的动机

OT 的角色：

將 Kawa Model 更靈活地運用在治療介入中，增加了運動治療的趣味；提供敘事治療作更深層次的生命探索支援，幫助參加者發現、創造及肯定其生活意義

