

重建生活之团体治疗

姜荣荣 苏久龙

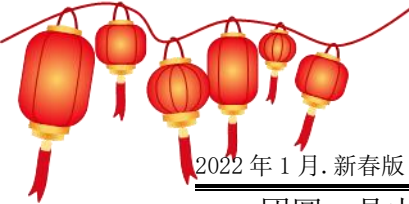
广州医科大学附属第二医院康复科作业治疗部

团体治疗是指作业治疗师运用作业科学理论，结合团体动力学（group dynamics）知识，组织两个或两个以上个案为达成某特定目标、任务而进行的活动，其个体之间具有相互依赖的互动关系。团体动力学一词最初由库尔特·勒温（Kurt Lewin）于1939年提出，又称群体动力学、集团力学，是关注团队活动（如生活、工作及学习相关活动）过程中可能出现的各种心理学和社会学现象及发生机制等的学科。Kowles（1972）将团体动力学定义为可以借助它发展出各种团体样貌的、且作用在每一个团体的一种复杂的力量，包含结构、过程、内容三部分。结构是指不易变化的固定形式，包括次序、规律性和整体性等，如所有团体活动都有目标、规范和成员角色这样的结构。过程往往与发生在小组内的改变有关，也和这个小组所包含的社会因素及小组成员间的相互关系有关，需要在社会系统的不同组成部分之间不断寻找平衡点。内容是指特定小组开展的实质内容。

脑卒中、脑外伤、脊髓损伤等患者常表现为运动、感觉、认知及言语等功能障碍，由于受到病灶部位及范围、年龄、基础健康状况、康复介入时间等因素的影响，其康复时间较长、预后差异较大。在康复的道路上，一个人前行总是漫长而焦急的，而团体的力量却是巨大的，会互相影响，更好的促进康复。广州医科大学附属第二医院康复医学科作业治疗师在ICF理念的指导下，致力于促进患者功能恢复、重建生活、回归社会。除了为患者提供改善运动、感觉、认知功能的作业治疗技术，以及个人日常生活活动、工作学习等作业治疗之外，亦提供创新、用心、多元的团体治疗课程，将功能康复和趣味性活动有效结合，让患者在团体中获得鼓舞，激励他们更好地实现康复目标，从而帮助他们更好更快的回归社会和正常生活。

在中秋佳节组织一场“欢度中秋”团体活动，唱歌、猜灯谜、做花灯、魔术表演，还有游园会必不可少的套圈圈，原本不愿意在公众场合讲话的年轻小伙儿在节日氛围的感染下完整的唱了一首粤语歌曲。在猜灯谜环节，我们邀请患者使用患手抛掷沙包选择粘贴有谜面的气球并大声读出谜面，由现场观众猜谜底。这个过程促进了患者之间的交流，言语、认知功能也可得到进一步提升。





团圆，是中国人最温暖的仪式，而冬至与家人相聚围餐，也会使人顿感身心安定。此时举办“迎冬至，包饺子”团体活动，旨在利用“家的味道”唤醒患者对于生活的期待、未来的向往。在包饺子的整个过程，对于患者的注意力、执行能力和肢体功能均有促进作用。



再怎么看这个组合也是如此的赏心悦目啊，但是总觉得哪里怪怪的是咋回事呢~



啊！找到了！这快要溢出屏幕的饺子馅是真实存在的吗？此情此景，谁看了不说一声“戴叔叔大气！”呢？



此时的戴叔叔内心：不要拦我！我就再加“亿”点点！



看准时机的小雷治疗师伸出了让戴叔叔帮忙加馅的手，果然收获了满满的肉馅，心满意足的走了。



冬日瑟瑟寒风带走肌肤的润泽，不仅影响外观，还降低了自我舒适感！对于运动、感觉功能障碍患者而言，干燥、粗糙的皮肤还会阻碍其作业表现！“涂香香”团体活动在宣教冬季护肤的同时，进一步引导患者正视功能障碍，发掘潜在可利用的功能，探索更多可以独立完成的日常生活活动！



制作宣传海报不仅是对活动小组的预告，还可潜移默化地发展小组的文化。



涂香香之前带领患者观看引导幻灯片，让患者更深入地了解活动的内涵。



本次活动根据参与患者提供了不同类型的护手霜，治疗师根据参与者的实际情况进行有效引导，并鼓励其独立完成该项活动。

团体活动能起到治疗作用是因为其具备很多治疗因子：(1) 灌输希望：个体可以通过团体活动观察到有相似经历的个体，并从其进步中受到鼓舞，同时也能从成功个案中获取经验来增强信心并坚定自己的信念。(2) 分享资源：作业治疗师建议或劝告成员们去完成某些事情，从而让成员们获得专业的指导：小组成员建议或是劝告其他成员尝试去独立完成某些事情，可以让成员们获得知识：小组成员分享自身经验，可以为成员们提供更多素材以供其举一反三。(3) 利他主义：在小组中通过帮助别人来体现自我价值并获得满足感，学习优先考虑别人的需求。(4) 行为模仿与发展社会化技巧：小组成员可以通过模仿小组中表现好的成员的行为学习社会化技巧，如学习如何与他人建立关系、与他人相处的技巧等。(5) 人际间的学习：可以让成员认识到自己在别人心目中的形象；为成员提供可以坦诚表达对其他成员的想法的机会；可以帮助改变其他成员不合适的一些习惯或举止。

