

# 深耕細作 突破昇華

梁國輝

香港重建生活為本康復中心 總裁

香港職業治療學院 副會長

在疫情影響下，大家的工作與生活，多多少少都受到了影響。但對重建生活為本作業治療推廣的工作來說，卻帶來了很好的機遇，產生了正面的影響。這是 2021 年我的工作與學習感受，願意跟大家分享。

## 豐富多產 充實享受

今年是多產的一年。我完成了 6 個不同主題的培訓班、共 28 整天的授課、有超過 150 個不同的講題。在兩所醫院為患者進行了近 100 節的治療及技術演示後的討論。亦主講了 2 次晚間公益講座，4 次應邀為各學術活動作線上授課，也撰寫了多篇介紹重建生活為本作業治療的推廣文章。更難得的是決心抽出相當時間，就一些較難掌握的理念及技術，作了深入的學習、鑽研、思考與實踐，為自己帶來了觀念及技術的突破與昇華。工作與學習接踵而來，時間飛逝，感覺十分充實、享受。

## 系統課程 正式面世

多年以來，我一直聽到有治療師希望有系統學習作業治療的機會。但多年以來，受到面授培訓班天數的限制，一直未能如願。兩年前疫情開始後，因不能舉辦面授的課程，不得不把課程改線上進行，讓我掌握線上授課的技巧，也獲學員正面的回饋，增加了線上辦班的信心，因而帶來提供系統課程的機會。

今年、我首次把重建生活為本作業治療體系內容，重新整理成 6 個單元(即 6 個培訓班)，每個單元 6 或 4 天。因授課時間比較充裕，可既全面又深入地把整個體系，系統地在一年內全部教授一遍。雖然這是一個大好的機會，但對我來說，是一個很大的挑戰。我要對所有講題重新規劃，作深入的講解，這構成大量的備課工作。經過一年的努力，完成了這項巨大工程，自覺準備及講解到位，報讀人數創新記錄，當中不乏報讀了 3 個或以上單元的人，學員回饋良好，算是回應了治療師需要系統學習作業治療的訴求，自覺是 2021 年的一個成就。

## 視聽教材 強化學習

為使學員線上學習時能夠更加專注，我大量使用了視頻教學方式。我把較複雜的內容，用簡單精煉文字先寫成文章，再錄音及配合文字或圖表，製作成視頻錄影，



播放錄影後再重溫及強調重要內容，加強學員對複雜內容的理解，效果十分顯著。此外，當牽涉到操作技巧，例如偏癱上肢訓練法及重建生活為本訪談，我用了大量實操視頻錄影，讓學員如置身現場觀看我的臨床演示，更深入掌握各種軟硬治療技巧。我也選用了不少網上的英語視頻動畫，如各種神經科學及解釋各種概念的視頻，把它們重新編輯、整理、翻譯及配音，讓學員可直觀一些複雜的內容，更容易理解及強化印象。我深深體會到翻譯、配音及視頻編輯的難度，短短兩三分鐘的視頻，就可能花上大半天的時間。但能加強學員的學習，所花的時間都是值得的。

### 深耕細作 突破昇華

今年算是完成 KF 偏癱上肢訓練法體系建設的一年。KF 偏癱上肢訓練法是誘發偏癱上肢運動控制恢復的一種療法，幫助患者從“無”到“有”，恢復偏癱上肢運動控制及促進作業技能再學習。在理論及實操層面，我視之為一突破性發展，讓作業治療師可引導患者把握早期介入的時間窗口，向患側提供動態輔助，利用熟悉作業任務，重啟動作記憶，促進整個患側上肢所有部位，在輔助主動狀態下與健側上肢綜合應用，誘發運動控制及偏癱上肢肌肉張力上中樞神經控制的恢復，逐步重新建立運動控制神經網路，再學習簡單作業技能，並馬上把技能延伸到患者生活當中。當主動活動控制能力出現後，再用針對患側的傳統上肢功能訓練方法，提升及鞏固活動的幅度、效率及品質。

經過好幾年的理論整合，我以精煉濃縮的文字圖表，描述及解釋療法的理論基礎及實操技術。加上親自在早、中、晚期患者身上應用，確認了在輕、中、重度患者身上產生的療效。此外、亦製作了 KF 偏癱上肢作業技能評估法，評估患者在有動態輔助狀態下、健手及患手綜合應用以完成系列作業任務的能力，現已可開始臨床測試及配合訓練應用。至今、KF 偏癱上肢訓練法體系建立工作已經大至完成，內容亦已總結成為 4 天的培訓，可有系統地向學員講解，我保存了大量實操錄影，記錄了治療技術及效果，可加強具體技術的學習。這也成為今年我比較滿意的專案。

### 鑒古知今 回歸本位

我今年的另一項大型專案是重新學習與思考作業治療的原始理念，審視過去百多年理念的演變，試圖以古鑒今，促使內地作業治療理念的昇華。



20世紀初，歐美作業治療先驅透過觀察及實踐，知悉了作業的療效及作用，總結了作業治療的哲學及方法，推動了在兩次大戰後作業為本專業的誕生及成長。20世紀中期，現代科學主義興起，促使還原主義、醫學模式的壯大，催生了疾病導向、實證為本的作業治療理念，一度成為作業治療主流。當時、原始作業為本理念大受衝擊，被視為不科學的落伍思想。

到80年代，有作業治療學者，用當代學術方式，重新演繹作業為本理念。繼MOHO後，PEO、PEOP、COPM、生活方式等模型也紛紛面世。接著作業科學興起，多領域學者以科學方式研究及驗證作業的性質及作用，以現代科學方法再次肯定作業治療原始理念，為作業為本作業治療干預方法提供現代科學基礎，使作業為本理念重新再度興起，振奮了堅持作業為本治療師的人心，與疾病導向醫學模式作業治療理念形成對峙狀況。

進入新世紀、後現代主義思潮出現，打開了人的思維空間，促使能放棄維我獨專、接受包容兼備思維方式。作業治療專業也孕育出一本多元理念，以作業為本、同時也採納多元科學及疾病導向知識，指導作業治療的實踐。

縱觀現在世界各地、包括香港的作業治療專業，都大致按上面所描述的軌跡正在發展及進行當中，有堅持作業為本，有偏向疾病導向，有接納一本多元，當然也有渺無方向、缺乏理念的運作。

重新學習及思考作業治療理念的演變為我帶來很大的啟發。我個人認為，一本多元的作業治療理念較切合當今世界潮流，可支持作業治療多領域、大時間跨度的服務模式。現今內地作業治療，大概仍以還原主義的醫學模式為主導，比較重視控制症狀及恢復基本功能，限制了專業的發展及貢獻。內地作業治療應配合中國內地經濟及科技的迅速發展，該一步到位，朝一本多元理念進發，省卻無謂的發展彎路。重建生活為本作業治療模式是因應內地具體情況發展出來的一本多元模式，既可指導早期干預，誘發運動控制；也可利用作業活動，及時把功能轉化為生活能力；亦可跟進後期生活重整，促進身心健康，甚至可為作業治療走進養老、社區、家庭及學校服務領域作戰略性的準備與鋪墊。

### 繼往開來 志之所趨

在回顧作業治療模型過程中，我瞭解到Gary Kielhofner及各國宣導者，用了超過40年的時間，把MOHO從理論模型逐步拓大深化，打造成完整的、有豐富理論基礎的作業治療運作體系。同時我也體會及感受到前人學者們對作業治療專業的情懷、堅



持及執著。我願意站在巨人肩膀上，按內地醫療體系的現況及治療師學習的模式，繼續補充可落地的理論，開發實用的技術，持續拓大及具體化重建生活為本作業治療體系，為內地作業治療發展再作力所能及的貢獻。

今年在疫情期間，我兩次回到內地，接受了兩次 14+7 的酒店及家居隔離，意外地經歷了兩段獨處及平靜的生活，得以專心學習及思考，把本以為是痛苦的過程，昇華為修煉與跨越的機會。其後，能見到要見的朋友，完成了要完成的工作，算是有所收穫，使 2021 更為完美。話雖如此，寄望世界疫情及早受控，人類免受死亡的威脅，2022 年我再回內地時可免受隔離的阻礙。

