

## 重建生活之團體治療

薑榮榮 蘇久龍

廣州醫科大學附屬第二醫院康復科作業治療部

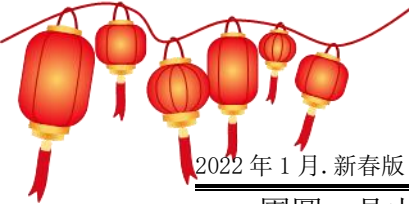
團體治療是指作業治療師運用作業科學理論，結合團體動力學（group dynamics）知識，組織兩個或兩個以上個案為達成某特定目標、任務而進行的活動，其個體之間具有相互依賴的互動關係。團體動力學一詞最初由庫爾特-勒溫（Kurt Lewin）於1939年提出，又稱群體動力學、集團力學，是關注團隊活動（如生活、工作及學習相關活動）過程中可能出現的各種心理學和社會學現象及發生機制等的學科。Kowles（1972）將團體動力學定義為可以借助它發展出各種團體樣貌的、且作用在每一個團體的一種複雜的力量，包含結構、過程、內容三部分。結構是指不易變化的固定形式，包括次序、規律性和整體性等，如所有團體活動都有目標、規範和成員角色這樣的結構。過程往往與發生在小組內的改變有關，也和這個小組所包含的社會因素及小組成員間的相互關係有關，需要在社會系統的不同組成部分之間不斷尋找平衡點。內容是指特定小組開展的實質內容。

腦卒中、腦外傷、脊髓損傷等患者常表現為運動、感覺、認知及言語等功能障礙，由於受到病灶部位及範圍、年齡、基礎健康狀況、康復介入時間等因素的影響，其康復時間較長、預後差異較大。在康復的道路上，一個人前行總是漫長而焦急的，而團體的力量卻是巨大的，會互相影響，更好的促進康復。廣州醫科大學附屬第二醫院康復醫學科作業治療師在ICF理念的指導下，致力於促進患者功能恢復、重建生活、回歸社會。除了為患者提供改善運動、感覺、認知功能的作業治療技術，以及個人日常生活活動、工作學習等作業治療之外，亦提供創新、用心、多元的團體治療課程，將功能康復和趣味性活動有效結合，讓患者在團體中獲得鼓舞，激勵他們更好地實現康復目標，從而幫助他們更好更快的回歸社會和正常生活。

在中秋佳節組織一場“歡度中秋”團體活動，唱歌、猜燈謎、做花燈、魔術表演，還有遊園會必不可少的套圈圈，原本不願意在公眾場合講話的年輕小夥兒在節日氛圍的感染下完整的唱了一首粵語歌曲。在猜燈謎環節，我們邀請患者使用患手拋擲沙包選擇粘貼有謎面的氣球並大聲讀出謎面，由現場觀眾猜謎底。這個過程促進了患者之間的交流，言語、認知功能也可得到進一步提升。







團圓，是中國人最溫暖的儀式，而冬至與家人相聚圍餐，也會使人頓感身心安定。此時舉辦“迎冬至，包餃子”團體活動，旨在利用“家的味道”喚醒患者對於生活的期待、未來的嚮往。在包餃子的整個過程，對於患者的注意力、執行能力和肢體功能均有促進作用。



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~



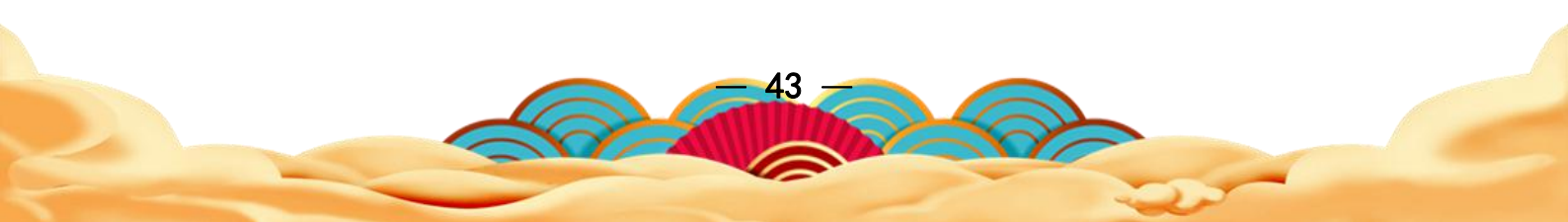
啊！找到了！这快要溢出屏幕的饺子馅是真实存在的吗？此情此景，谁看了不说一声“戴叔叔大气！”呢？



此时的戴叔叔内心：不要拦我！我就再加“亿”点点！

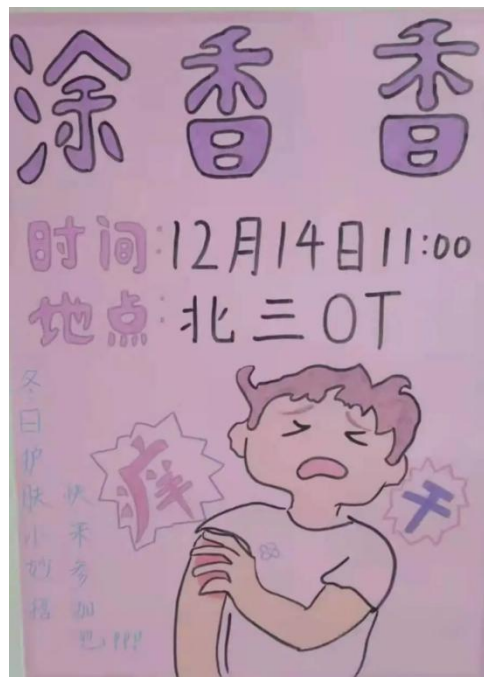


看准时机的小雷治疗师伸出了让戴叔叔帮忙加馅的手，果然收获了满满的肉馅，心满意足的走了。





冬日瑟瑟寒風帶走肌膚的潤澤，不僅影響外觀，還降低了自我舒適感！對於運動、感覺功能障礙患者而言，乾燥、粗糙的皮膚還會阻礙其作業表現！“塗香香”團體活動在宣教冬季護膚的同時，進一步引導患者正視功能障礙，發掘潛在可利用的功能，探索更多可以獨立完成的日常生活活動！



製作宣傳海報不僅是對活動小組的預告，還可潛移默化地發展小組的文化。





塗香香之前帶領患者觀看引導幻燈片，讓患者更深入瞭解活動的內涵。



本次活動根據參與患者提供了不同類型的護手霜，治療師根據參與者的實際情況進行有效引導，並鼓勵其獨立完成該項活動。

團體活動能起到治療作用是因為其具備很多治療因數：(1) 灌輸希望：個體可以通過團體活動觀察到有相似經歷的個體，並從其進步中受到鼓舞，同時也能從成功個案中獲取經驗來增強信心並堅定自己的信念。(2) 分享資源：作業治療師建議或勸告成員們去完成某些事情，從而讓成員們獲得專業的指導：小組成員建議或是勸告其他成員嘗試去獨立完成某些事情，可以讓成員們獲得知識：小組成員分享自身經驗，可以為成員們提供更多素材以供其舉一反三。(3) 利他主義：在小組中通過幫助別人來體現自我價值並獲得滿足感，學習優先考慮別人的需求。(4) 行為模仿與發展社會化技巧：小組成員可以通過模仿小組中表現好的成員的行為學習社會化技巧，如學習如何與他人建立關係、與他人相處的技巧等。(5) 人際間的學習：可以讓成員認識到自己在別人心目中的形象；為成員提供可以坦誠表達對其他成員的想法的機會；可以幫助改變其他成員不合適的一些習慣或舉止。

