

作业治疗助力重返社会

李聪慧 郑州大学第五附属医院 conghuili@163.com

参与是功能的一个方面，在《国际功能、残疾和健康分类》中，被描述为对生活状态的参与^[1]。这包括但是不限于照顾他人、建立和维持人际关系、参与休闲娱乐活动、接受教育、工作等。各种慢性病带来的残疾使患者的生活质量、社会参与受到了不同程度的影响^[2]。对于各种原因导致的社会功能障碍，通过相应的作业治疗训练，从而改善社会功能，提高患者社会参与。本文简要回顾了临床常用的社会功能障碍的作业治疗技术，从而帮助患者重返社会。

独立生活技术

为了减少对他人的依赖，独立生活是社会功能障碍患者面临的挑战^[3]。生活技能是独立生活必需的基本技能^[4]。加拿大提出了一项向独立生活过渡计划（The Gage Transition to Independent Living Program, GTIL）。在该计划中，参与者与各种相关人员协助合作，制定独立生活的目标，开展各项技能培训，包括健康管理、膳食准备、交通服务、无障碍居住等^[5]。针对特殊人群，也开发出对应的干预措施。例如，在现实世界中生存和发展（Surviving and Thriving in the Real World, STRW）是一项帮助自闭症谱系障碍患者发展生活技能的干预措施^[6]。这项计划的主要核心领域如图 1 所示，这四项技能也是独立生活的基本技能。

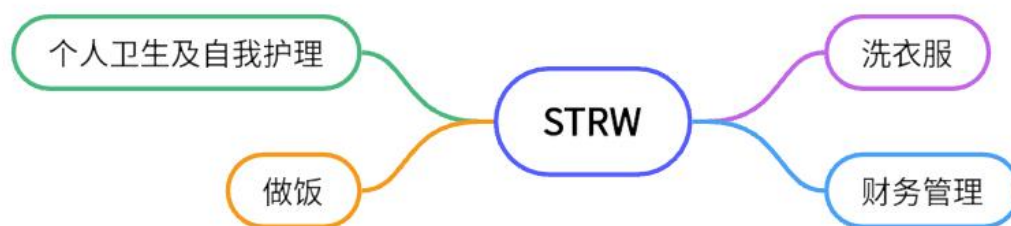


图 1 STRW 针对日常生活技能的四个核心领域

伤残适应技术

适应是使患者自身适应新的或者变化的环境^[7]。根据患者的情况，可采取两种应对的策略：同化应对，根据个人偏好积极调整发展和生活环境；调节应对，根据环境、情景调整个人的偏好和目标^[8, 9]。此外，基于 Ryff 的心理幸福认知模型^[10]发展出幸福疗法（Well-Being Therapy, WBT），帮助患者更加关注积极因素^[11, 12]。图 2 为在临床实践中设计的活动举例。我们为患者准备一个笔记本/手帐本/手帐记录 APP 等，告诉患者使用目的和使用方法，并要求患者每天记录。记录的内容可以是任何事情，并给这些事情打幸福感分值，并说明为什么觉得幸福。定期与患者讨论总结，引导患者多多关注幸福感分值高的事情。



图 2 伤残适应技术的活动举例

社交技巧训练技术

社交技巧训练（Social Skills Training, SST）是一种心理干预方法，其利用行为治疗的原则与方法，以改善患者的社交表现、互动及人际交往能力^[13, 14]。在训练过程中，可以通过示范、角色扮演、反馈强化等方法^[15]。图3展示了解决社交冲突的活动举例。为了解决在社交中遇到的冲突，我们先向患者展示社交冲突的情况以及示范解决方式。途径可以是但不限于电影、电视、他人示范。之后我们为患者写一个“半命题剧本”，给患者分配角色，并设置一个冲突场景，让患者根据学习的知识以及示范的内容进行“自由发挥”（在过程中，治疗师适当给予提示）。最后，大家总结反思自己的表现并一起讨论出最佳应对策略。在这个过程中重要的是治疗师要及时给出鼓励与纠正。

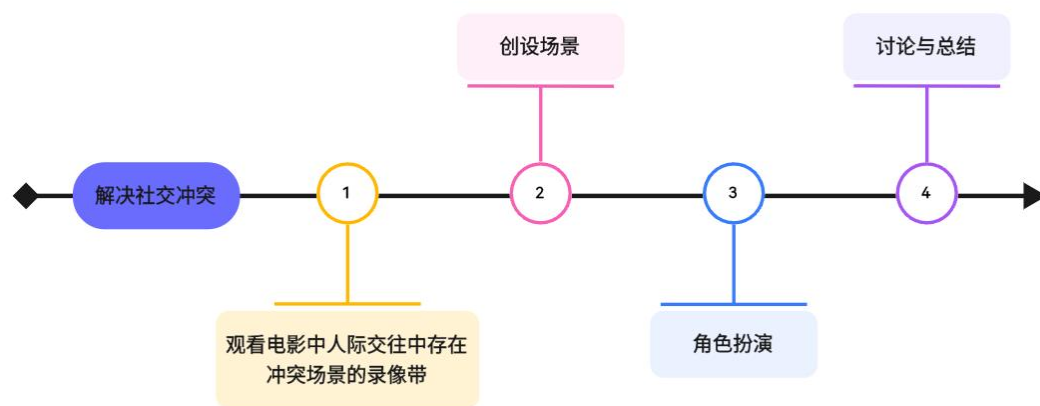


图3 社会冲突解决方案的活动举例

小结

各种疾病原因导致的社会功能障碍，严重影响了患者社会参与。通过各种相关的技术，包括独立生活技能、伤残适应技术、社交技巧训练技术等可以帮助患者更好地重返社会。

参考文献

- [1] ORGANIZATION W H. Towards a common language for functioning, disability, and health: ICF [J]. The international classification of functioning, disability and health, 2002.
- [2] SPRANGERS M A, DE REGT E B, ANDRIES F, et al. Which chronic conditions are associated with better or poorer quality of life? [J]. J Clin Epidemiol, 2000, 53(9): 895-907.
- [3] 李旭培, 单敬, 田宝. 智力残疾青少年生活技能训练 [J]. 中国康复理论与实践, 2008, (05): 416-8.
- [4] BROLIN D E. Life centered career education: A competency based approach [M]. ERIC, 1997.
- [5] GOETTL T, BUREN T, GRAHAM S, et al. Getting on with life: a qualitative evaluation of an independent living skills education program for people with physical disabilities [J]. Disabil Rehabil, 2020, 42(25): 3621-7.
- [6] DUNCAN A, LIDDLE M, STARK L J. Iterative Development of a Daily Living Skills Intervention for Adolescents with Autism Without an Intellectual Disability [J]. Clin Child Fam Psychol Rev, 2021, 24(4): 744-64.
- [7] MENZEL P, DOLAN P, RICHARDSON J, et al. The role of adaptation to disability and disease in health state valuation: a preliminary normative analysis [J]. Soc Sci Med, 2002, 55(12): 2149-58.
- [8] BRANDTSTADTER J, RENNER G. Tenacious goal pursuit and flexible goal adjustment: explication and age-related analysis of assimilative and accommodative strategies of coping [J]. Psychol Aging, 1990, 5(1): 58-67.
- [9] BOERNER K. Adaptation to disability among middle-aged and older adults: the role of assimilative and accommodative coping [J]. J Gerontol B Psychol Sci Soc Sci, 2004, 59(1): P35-42.
- [10] RYFF C D. Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being [J]. Journal of personality and social psychology, 1989, 57(6): 1069.
- [11] FAVA G A, RUINI C. Development and characteristics of a well-being enhancing psychotherapeutic strategy: well-being therapy [J]. J Behav Ther Exp Psychiatry, 2003, 34(1): 45-63.
- [12] NIERENBERG B, MAYERSOHN G, SERPA S, et al. Application of well-being therapy to people with disability and chronic illness [J]. Rehabil Psychol, 2016, 61(1): 32-43.
- [13] KOPELOWICZ A, LIBERMAN R P, ZARATE R. Recent advances in social skills training for schizophrenia [J]. Schizophr Bull, 2006, 32 Suppl 1: S12-23.
- [14] TURNER D T, MCGLANAGHY E, CUIJPERS P, et al. A Meta-Analysis of Social Skills Training and Related Interventions for Psychosis [J]. Schizophr Bull, 2018, 44(3): 475-91.
- [15] WALLACE C J, NELSON C J, LIBERMAN R P, et al. A review and critique of social skills training with schizophrenic patients [J]. Schizophr Bull, 1980, 6(1): 42-63.