

由意义的角度来看作业与作业治疗的关系

李骐任（职能治疗师）
福安管理顾问企业社

背景：

作业治疗发展至今，几以定调着重「作业」来解释世界的运行，透过「人」、「环境」、「作业表现」等面项来诠释人与世界的互动。然则，对于「作业」究竟为何，始终没有一个清晰明确的定论。从「occupation」的字面及字源上去解释的话，可以得出「占据人们日常时间的活动」即为作业，所以，它为什么重要？为何需要以它来发展一个医疗专业出来，也可以说为什么人们需要作业治疗？这些问题的答案，还没有一个普世的标准答案出现。但，在作业治疗快速于各领域发展的现今，作业治疗专业需要给一起合作的专业及雇用作业治疗的单位一个答案，即为什么他们需要作业治疗，对比其他专业，作业治疗可以给出什么不同的贡献？也就是说，作业治疗着重于作业是为什么？

Hasselkus(2004)认为关于这问题的答案，「意义」会是关键，因为日常的作业活动与意义即是生活的本质，作业是通过我们的感官感知的作业，所以，它是经历过的，是被体验到的。(Hasselkus, 2004) 同时，应从生命历程的角度和持续的单一作业中分析作业的价值和意义。也就是说，日常活动组成人们的生活，而意义将活动与人连结起来，而特定作业的意义应从生命历程的角度来分析，这是因为作业是透过人的感知去体验和经历，同时，人透过体验和经历各种作业来推动生命的流动。因此，在这里将「意义」指涉为个人用以诠释作业与生活链接关系的叙事。所以，要回答「作业为什么重要？」及「为何需要以它来发展一个医疗专业？」，应该要从作业如何推动及建构一个人的生命历程来谈起。

作业建构生命历程

一份针对参与者在基于自然的作业复健后日常作业的经历变化所形成的描述和评估的研究，指出参与者描述他们所经历的变化是自觉日常生活节奏放慢了，这是由于自然的复健通过在恢复性环境中进行有意义的活动来诱导变化，从而导致日常活动的感知产生变化(Pálsdóttir, 2013)。

这可从叙事理论上的三个意义建构层面来看：1) 识别一个突发的叙事；2) 初步的意义解释；3) 对行动的叙事解释。也就是说，当作业复健开始时，人会先去识别和述说这件事，建立自己的改变进行初步的了解后，针对这些了解形成初步对自己的意义解读，再来则会进行响应，同时针对这响应继续自己的意义解读，从而形成自己的生命叙事(Ulfseth, 2014)，因而固化自己的感受。

而从水川模式的理论来说明，则可以更清楚的去辨识出意义对人的影响及由来。水川模式将人视为一个小世界，这个小世界是他所身处的大世界的缩影，也就是人即宇宙的传统概念。认为人其实是由所所处的环境的过去现在的文化、习俗、规仪、及宗教等背景知识，与自己所处的社会经济位阶，加上自身的能力，如体格、认知、智力、情商、及反应等所整点出来的集合体，在时间的流动中，不断的做出属于自己的意义来，逐步建构自己的人生，也会受到当下时间流里的不同的阻力及助力而产生异变。

若从人类作业模式就能以更贴近叙事的方式说明这个过程，也就是当人身处在一个

环境中，会经由自身的价值观及信念来判定应该或不应该执行某个作业，同时，也会参酌自身当下的身份（角色）及能力状态（作业）来决定如何在环境中表现，而这个过程的叙述就是自身的生命历程。

由此推知，作业需求充斥在人的生活中，透过环境当下的索求，人们经由自身的理解与选择来决定作业表现，而在这个过程中逐渐理解与建构作业对于自身的意义，从而形成对于自身生命历程的叙说及理解架构，也就是说人们透过表现作业来形成意义，经由意义来连接作业形成生命历程。

作业参与改变

由前所述可知，做（作业）与说（意义）形成生命历程，所以当生命历程出现障碍，也就是出现如水川模式所说的石头来挡路来试图改变流向时，就应思考能否从做（作业）或说（意义）来尝试阻止这个改变。而影响生命最重大的障碍就是健康的变差，而要阻止健康的变差，在做（作业）这层面，就是医疗处置，而在说（意义）上，就是健康观念的建立。

在做的层面，不论是从水川模式的观点出发，或是从人类作业模式的观点发想，作业都不会只是单一动作，应是符合当下身份的行为集合体。如以人类作业模式来论，环境对人提出任务，而人以作业响应之，所以，此一作业应是针对这一任务的动作群体，也就是说，如果环境要求执行刷牙这一任务，则执行的会是刷牙这一系列行动，如清洁牙刷、水杯装水、挤牙膏在牙刷上、刷牙、漱口、及善后等一系列行为。所以，当这一系列的动作被阻止，就应该审视是在哪个动作及因为什么原因被阻止，而若要让动作重新流动，就只能以其他就作（如使用辅具）来取代原动作，或将并止的原因移除（如重新建立动作模式）。

而以说的方面来看，就是指人们会如何看待这一系列动作被阻止，或应说人们会如何评价这一障碍。如前例来说，当刷牙因某个动作环节被阻止而导致无法执行时，如果人们认定（评价）这是一个关键且重要的作业，是不能不被执行，则应设法让其被执行；然则若认为不能刷牙没关系，就改用漱口水漱口即可，那此一刷牙的作业就不一定需要被重建。

所以，当作业要参与改变时，就应回来探究人们是如何定义这个作业，也就是说对人们来说，此一作业的意义为何。这是说人们如何认定和叙说此一作业与他的生活的关系，也就是国际健康功能与身心障碍分类系统所关注的人的活动参与。国际健康功能与身心障碍分类系统将健康状态用以「关注人的功能、活动参与以及与健康相关的身体结构和身心状态」来定义之，也就表示开始以人对于活动或作业对其之意义，来判断当其可执行或不可执行该活动时，对其之影响，当影响大时即为健康方面的障碍，当其影响小时，则不会改变健康状态(Helena Hemmingsson, 2005)。

结论

作业治疗可以帮助人们建立自己的生命叙事，并从中理解和建构作业对于自身的意义。相比其他医疗专业，作业治疗强调了意义的重要性，并通过恢复性环境中进行有意义的活动来诱导变化。从生命历程的角度来看，作业是透过人的感知去体验和经历，同时，人透过体验和经历各种作业来推动生命的流动。因此，作业治疗可以通过做（作业）

或说（意义）来尝试阻止生命历程出现障碍。最终目标是帮助人们建立自己的生命叙事，并形成对于自身生命历程的叙说及理解架构。

参考文献

Hasselkus, B. R. (2004). 序言 (萧. 罗钧令, Trans.). In *日常作业活动的意义* (1 ed., pp. 221). 合记图书出版社.

Helena Hemmingsson, H. J. (2005). *An Occupational Perspective on the Concept of Participation in the International Classification of Functioning, Disability and Health—Some Critical Remarks*. *The American journal of occupational therapy*, 59, 569–576. <https://doi.org/> <https://www.researchgate.net/publication/7500136>

Pálsdóttir, A. M., Grahn, P., & Persson, D. (2013). *Changes in experienced value of everyday occupations after nature-based vocational rehabilitation*. *Scandinavian Journal of Occupational Therapy*, 1-11. <https://doi.org/> <https://doi.org/10.3109/11038128.2013.832794>

Ulfseth, L. A., Josephsson, S., & Alsaker, S. (2014). *Meaning-Making in Everyday Occupation at a Psychiatric Centre: A Narrative Approach*. *Journal of Occupational Science*, 22(4), 422–433. <https://doi.org/> <https://doi.org/10.1080/14427591.2014.954662>

