

## 《致篮球爸爸的一封信》

詹创宇

福建医科大学健康学院康复治疗学 2020 级

篮球爸爸，不知道还有没有人这样称呼你，不知道你过得怎么样了。想起上次见面还是在半年前，那天你完成了在医院的最后一项运动疗法带着满心欢喜离开了。一年前你因为脑出血来到了医院，当你生命体征平稳后的一周，我们开始了我们的治疗之旅。

我依旧可以清晰记得你那时候的懊恼，你好像没有很在意你身体的现状，我不禁询问你为何懊恼，你的回答让我记忆犹新：“我错过了我儿子的篮球比赛，我答应好他的。”其实从那一刻起，我就已经决定，让“篮球”融入我们的作业治疗。

在往后的一周，我们除了指导你进行平常良肢位的摆放以及为你进行偏瘫肢体的被动活动外，我决定为你做一些其他的事情。当你进行床上运动的时候，我发现你有时候兴趣缺缺，你问我这样重复双手的上举做太无聊，有没有些有趣的做法的时候，我其实是有些头疼的。我还没有尝试过将作业治疗的内容提前到软瘫期进行，我不知道不可行，但是看你兴趣缺缺的模样又于心不忍，决定尝试一下。

我为篮球的两侧贴上了固定的袖套，然后指导你用右手帮助左手穿进篮球的左边的袖套里面，然后用右手带着没有力气的左手以及篮球将手举过头顶。然后你就摆出了投篮的姿势要投球，我连忙制止了你，那个时候我真的要吓到，生怕你有个万一。但是这个方法终究有局限性，我们最后还是决定用正常的 Bobath 握手的方法训练两组之后再练习几组关于“篮球”的训练。

除此之外，我还带你进行了镜像疗法结合运动想象疗法的训练，我在那之后像是打开了思想的盒子，连着好几天给你发了一些关于篮球比赛的视频，有时候做你床边为你做被动活动的时候还会跟你聊聊最近的 NBA 比赛，想想还是挺有趣的。当你的平衡状态逐渐好转，能稳稳坐住或者在家属的帮助下站住的时候，我带你来到了镜子前面，对你说：“看着这面镜子，当你的右手做动作的时候想象着你的左手也在运动，现在就可以想象你是一个球星在球场上做运球动作了。”令人怀念的聊天打趣，是我和你一起的记忆，那个时候我觉得你真的在想象自己处于球场上，挥洒着汗水。

在后来的站立平衡训练或是平衡杆内的步行训练时，我都在为你穿插着篮球的元素，比如让你训练抛接球的时候选个了篮球样式的软球，又或是在平衡杆内步行训练的时候在平衡杆末端放个篮球让你去触碰，甚至让你试着拍拍球，说实在的，那个时候我欲保护你又止的手真的出满了汗水。但是我很开心，因为我也是第一次发现，原来作业治疗可以无处不在。

到了4周的时候，我为你评定了上肢的肌力，超出我的预料，但是想着你每天的训练又好像在情理之中。然后我决定，让你试试投篮。我和其他治疗师就地取材做了一个简易的篮筐，虽然很臭，但是我在跟你说这项训练的时候，你很开心，你说这样的治疗很有趣，感觉不是一直做着无意义的动作。我很高兴，因为你觉得这项治疗方法很有意义，这让我觉得我做的事情很有意义。在那之后，我每天下午都能看见你一个人在角落投球或者有时候你的儿子也会在旁边指导你投球。有一次我过去看你投球还打趣说：“等你康复了跟你儿子比一下投篮，打个父子局用篮球说话。”，我们都是乐不可支。后来你和我说你之前很忙，其实很少陪伴自己的儿子，而之前好不容易要去看自己孩子的篮球赛，却出现如此变故，幸好一切都还不晚，还有机会挽救。在那之后我发现你投篮越来越有干劲，看来是真不想被自己的儿子比下去。幸好你后面跟我说你还是保住了你作为父亲的尊严。

这样回首望过去，我发现我们的康复旅程好像围绕着篮球，好像篮球就是我们在进行作业治疗时候的意义。在我一开始接触作业治疗的时候，我就感觉到作业治疗跟物理治疗不一样，作业治疗给我一种母亲的感觉。她会问你想做什么并且为你做好难度规划，让你一步一步达成你的目标，因此我觉得作业治疗是温柔的；而物理治疗则是他知道你需要什么，然后通过自己的方式让你到达预期的目标，因此我觉得物理治疗像一位父亲。这样严父慈母的比喻不知道恰不恰当，但是这是我在与你经历了漫长的治疗过程所感悟到的。

我们老师说作业治疗是一种通过有目的性和有意义的活动来帮助身心障碍者恢复或提升生活功能的方法。那么，什么是有意义的活动呢？我想，在和你的治疗过程中，“篮球”就是我们作业治疗的意义，而这个篮球更是涵盖着你年少时的爱好；你作为父亲想要陪伴儿子的心。

“意义”可能就是治疗对象生病前的遗憾；康复后的期许或是奔向未来的目标。祝你一切安好，多陪伴孩子打打篮球——你的作业治疗师。

