

由意義的角度來看作業與作業治療的關係

李騏任（職能治療師）
福安管理顧問企業社

背景：

作業治療發展至今，幾以定調著重「作業」來解釋世界的運行，透過「人」、「環境」、「作業表現」等面項來詮釋人與世界的互動。然則，對於「作業」究竟為何，始終沒有一個清晰明確的定論。從「occupation」的字面及字源上去解釋的話，可以得出「佔據人們日常時間的活動」即為作業，所以，它為什麼重要？為何需要以它來發展一個醫療專業出來，也可以說為什麼人們需要作業治療？這些問題的答案，還沒有一個普世的標準答案出現。但，在作業治療快速於各領域發展的現今，作業治療專業需要給一起合作的專業及雇用作業治療的單位一個答案，即為什麼他們需要作業治療，對比其他專業，作業治療可以給出什麼不同的貢獻？也就是說，作業治療著重於作業是為什麼？

Hasselkus(2004)認為關於這問題的答案，「意義」會是關鍵，因為日常的作業活動與意義即是生活的本質，作業是通過我們的感官感知的作業，所以，它是經歷過的，是被體驗到的。(Hasselkus, 2004) 同時，應從生命歷程的角度和持續的單一作業中分析作業的價值和意義。也就是說，日常活動組成人們的生活，而意義將活動與人連結起來，而特定作業的意義應從生命歷程的角度來分析，這是因為作業是透過人的感知去體驗和經歷，同時，人透過體驗和經歷各種作業來推動生命的流動。因此，在這裏將「意義」指涉為個人用以詮釋作業與生活鏈接關係的敘事。所以，要回答「作業為什麼重要？」及「為何需要以它來發展一個醫療專業？」，應該要從作業如何推動及建構一個人的生命歷程來談起。

作業建構生命歷程

一份針對參與者在基於自然的作業復健後日常作業的經歷變化所形成的描述和評估的研究，指出參與者描述他們所經歷的變化是自覺日常生活節奏放慢了，這是由於自然的復健通過在恢復性環境中進行有意義的活動來誘導變化，從而導致日常活動的感知產生變化(Pálsdóttir, 2013)。

這可從敘事理論上的三個意義建構層面來看：1) 識別一個突發的敘事；2) 初步的意義解釋；3) 對行動的敘事解釋。也就是說，當作業復健開始時，人會先去識別和述說這件事，建立自己的改變進行初步的瞭解後，針對這些瞭解形成初步對自己的意義解讀，再來則會進行回應，同時針對這回應繼續自己的意義解讀，從而形成自己的生命敘事(Ulfseth, 2014)，因而固化自己的感受。

而從水川模式的理論來說明，則可以更清楚的去闡識出意義對人的影響及由來。水川模式將人視為一個小世界，這個小世界是他所身處的大世界的縮影，也就是人即宇宙的传统概念。認為人其實是由所身處的環境的過去現在的文化、習俗、規儀、及宗教等背景知識，與自己所處的社會經濟位階，加上自身的能力，如體格、認知、智力、情商、及反應等所整點出來的集合體，在時間的流動中，不斷的做出屬於自己的意義來，逐步建構自己的人生，也會受到當下時間流裏的不同的阻力及助力而產生異變。

若從人類作業模式就能以更貼近敘事的方式說明這個過程，也就是當人身處在一個

環境中，會經由自身的價值觀及信念來判定應該或不應該執行某個作業，同時，也會參酌自身當下的身份（角色）及能力狀態（作業）來決定如何在環境中表現，而這個過程的敘述就是自身的生命歷程。

由此推知，作業需求充斥在人的生活中，透過環境當下的索求，人們經由自身的理解與選擇來決定作業表現，而在這個過程中逐漸理解與建構作業對於自身的意義，從而形成對於自身生命歷程的敘說及理解架構，也就是說人們透過表現作業來形成意義，經由意義來連接作業形成生命歷程。

作業參與改變

由前所述可知，做（作業）與說（意義）形成生命歷程，所以當生命歷程出現障礙，也就是出現如水川模式所說的石頭來擋路來試圖改變流向時，就應思考能否從做（作業）或說（意義）來嘗試阻止這個改變。而影響生命最重大的障礙就是健康的變差，而要阻止健康的變差，在做（作業）這層面，就是醫療處置，而在說（意義）上，就是健康觀念的建立。

在做的層面，不論是從水川模式的觀點出發，或是從人類作業模式的觀點發想，作業都不會只是單一動作，應是符合當下身份的行為集合體。如以人類作業模式來論，環境對人提出任務，而人以作業回應之，所以，此一作業應是針對這一任務的動作群體，也就是說，如果環境要求執行刷牙這一任務，則執行的會是刷牙這一系列行動，如清潔牙刷、水杯裝水、擠牙膏在牙刷上、刷牙、漱口、及善後等一系列行為。所以，當這一系列的動作被阻止，就應該審視是在哪個動作及因為什麼原因被阻止，而若要讓動作重新流動，就只能以其他就作（如使用輔具）來取代原動作，或將並止的原因移除（如重新建立動作模式）。

而以說的方面來看，就是指人們會如何看待這一系列動作被阻止，或應說人們會如何評價這一障礙。如前例來說，當刷牙因某個動作環節被阻止而導致無法執行時，如果人們認定（評價）這是一個關鍵且重要的作業，是不能不被執行，則應設法讓其被執行；然則若認為不能刷牙沒關係，就改用漱口水漱口即可，那此一刷牙的作業就不一定需要被重建。

所以，當作業要參與改變時，就應回來探究人們是如何定義這個作業，也就是說對人們來說，此一作業的意義為何。這是說人們如何認定和敘說此一作業與他的生活的關係，也就是國際健康功能與身心障礙分類系統所關注的人的活動參與。國際健康功能與身心障礙分類系統將健康狀態用以「關注人的功能、活動參與以及與健康相關的身體結構和身心狀態」來定義之，也就表示開始以人對於活動或作業對其之意義，來判斷當其可執行或不可執行該活動時，對其之影響，當影響大時即為健康方面的障礙，當其影響小時，則不會改變健康狀態(Helena Hemmingsson, 2005)。

結論

作業治療可以幫助人們建立自己的生命敘事，並從中理解和建構作業對於自身的意義。相比其他醫療專業，作業治療強調了意義的重要性，並通過恢復性環境中進行有意義的活動來誘導變化。從生命歷程的角度來看，作業是透過人的感知去體驗和經歷，同時，人透過體驗和經歷各種作業來推動生命的流動。因此，作業治療可以通過做（作業）

或說（意義）來嘗試阻止生命歷程出現障礙。最終目標是幫助人們建立自己的生命敘事，並形成對於自身生命歷程的敘說及理解架構。

參考文獻

Hasselkus, B. R. (2004). 序言 (蕭. 羅鈞令, Trans.). In *日常作業活動的意義* (1 ed., pp. 221). 合記圖書出版社.

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>

