

《致籃球爸爸的一封信》

詹創宇

福建醫科大學健康學院康復治療學 2020 級

籃球爸爸，不知道還有沒有人這樣稱呼你，不知道你過得怎麼樣了。想起上次見面還是在半年前，那天你完成了在醫院的最後一項運動療法帶著滿心歡喜離開了。一年前你因為腦出血來到了醫院，當你生命體征平穩後的一周，我們開始了我們的治療之旅。

我依舊可以清晰記得你那時候的懊惱，你好像沒有很在意你身體的現狀，我不禁詢問你為何懊惱，你的回答讓我記憶猶新：“我錯過了我兒子的籃球比賽，我答應好他的。”其實從那一刻起，我就已經決定，讓“籃球”融入我們的作業治療。

在往後的一周，我們除了指導你進行平常良肢位的擺放以及為你進行偏癱肢體的被動活動外，我決定為你做一些其他的事情。當你進行床上運動的時候，我發現你有時候興趣缺缺，你問我這樣重複雙手的上舉做太無聊，有沒有些有趣的做法的時候，我其實是有些頭疼的。我還沒有嘗試過將作業治療的內容提前到軟癱期進行，我不知道不可行，但是看你興趣缺缺的模樣又於心不忍，決定嘗試一下。

我為籃球的兩側貼上了固定的袖套，然後指導你用右手幫助左手穿進籃球的左邊的袖套裏面，然後用右手帶著沒有力氣的左手以及籃球將手舉過頭頂。然後你就擺出了投籃的姿勢要投球，我連忙制止了你，那個時候我真的要嚇到，生怕你有個萬一。但是這個方法終究有局限性，我們最後還是決定用正常的 Bobath 握手的方法訓練兩組之後再練習幾組關於“籃球”的訓練。

除此之外，我還帶你進行了鏡像療法結合運動想像療法的訓練，我在那之後像是打開了思想的盒子，連著好幾天給你發了一些關於籃球比賽的視頻，有時候做你床邊為你做被動活動的時候還會跟你聊聊最近的 NBA 比賽，想想還是挺有趣的。當你的平衡狀態逐漸好轉，能穩穩坐住或者在家屬的幫助下站住的時候，我帶你來到了鏡子前面，對你說：“看著這面鏡子，當你的右手做動作的時候想像著你的左手也在運動，現在就可以想像你是一個球星在球場上做運球動作了。”令人懷念的聊天打趣，是我和你一起的記憶，那個時候我覺得你真的在想像自己處於球場上，揮灑著汗水。

在後來的站立平衡訓練或是平衡杆內的步行訓練時，我都在為你穿插著籃球的元素，比如讓讓你訓練拋接球的時候選個了籃球樣式的軟球，又或是在平衡杆內步行訓練的時候在平衡杆末端放個籃球讓你去觸碰，甚至讓你試著拍拍球，說實在的，那個時候我欲保護你又止的手真的出滿了汗水。但是我很開心，因為我也是第一次發現，原來作業治療可以無處不在。

到了4周的時候，我為你評定了上肢的肌力，超出我的預料，但是想著你每天的訓練又好像在情理之中。然後我決定，讓你試試投籃。我和其他治療師就地取材做了一個簡易的籃筐，雖然很臭，但是我在跟你說這項訓練的時候，你很開心，你說這樣的治療很有趣，感覺不是一直做著無意義的動作。我很高興，因為你覺得這項治療方法很有意義，這讓我覺得我做的事情很有意義。在那之後，我每天下午都能看見你一個人在角落投球或者有時候你的兒子也會在旁邊指導你投球。有一次我過去看你投球還打趣說：“等你康復了跟你兒子比一下投籃，打個父子局用籃球說話。”，我們都是樂不可支。後來你和我說你之前很忙，其實很少陪伴自己的兒子，而之前好不容易要去看自己孩子的籃球賽，卻出現如此變故，幸好一切都還不晚，還有機會挽救。在那之後我發現你投籃越來越有幹勁，看來是真不想被自己的兒子比下去。幸好你後面跟我說你還是保住了你作為父親的尊嚴。

這樣回首望過去，我發現我們的康復旅程好像圍繞著籃球，好像籃球就是我們在進行作業治療時候的意義。在我一開始接觸作業治療的時候，我就感覺到作業治療跟物理治療不一樣，作業治療給我一種母親的感覺。她會問你想做什麼並且為你做好難度規劃，讓你一步一步達成你的目標，因此我覺得作業治療是溫柔的；而物理治療則是他知道你需要什麼，然後通過自己的方式讓你到達預期的目標，因此我覺得物理治療像一位父親。這樣嚴父慈母的比喻不知道恰不恰當，但是這是在與你經歷了漫長的治療過程所感悟到的。

我們老師說作業治療是一種通過有目的性和有意義的活動來幫助身心障礙者恢復或提升生活功能的方法。那麼，什麼是有意義的活動呢？我想，在和你的治療過程中，“籃球”就是我們作業治療的意義，而這個籃球更是涵蓋著你年少時的愛好；你作為父親想要陪伴兒子的心。

“意義”可能就是治療對象生病前的遺憾；康復後的期許或是奔向未來的目標。祝你一切安好，多陪伴孩子打打籃球——你的作業治療師。

