

作業使我認識鮮活的 TA 們

崔甜甜
山東中醫藥大學

作為一名研一的學生，距離本科期間在臨床的日子已經有半年之久，得知將要重新回到熟悉的 OT 大廳中我是懷揣著期待與緊張的。期待是終於能夠再次實踐我這段日子以來所領悟到的更深一步的 OT 思維，畢竟“紙上得來終覺淺，絕知此事要躬行”，不親自實操又如何檢驗自己的 OT 相關本事呢，這真的是一件有挑戰的事。緊張是自己面對每個新的個案時都會有是否能夠建立起互信和良好治療氛圍的忐忑。我真的很想去走近每個我所服務的個案，雖然 TA 現在可能是一生中最低迷的時刻，我也僅僅只是 TA 豐富人生旅途的一位匆匆過客，但我仍希望用我的 OT 的本領和有限時間內的陪伴滿足 TA 每個階段的小目標，提高完善 TA 們做事的本事、做更多事情，看著 TA 們一步步變得更好，最後達到我們的終極目的——OT 可以使 TA 們幸福的生活。我認為這就是作業的意義。

上個月，我在臨床工作中認識了一位和藹可親、彬彬有禮，姓房的先生，他今年 70 歲，因為腦梗生病住院，伴隨著左側上肢活動不利。功能的限制和這突如其來的打擊一定程度上使他情緒有些敏感脆弱，但他還是很積極的一節課程不落，每次早來 10 分鐘靜靜地等待。在與他短短的一個月的相處中，我能感覺到他的變化是巨大的。第一次見面，他是會有茫然無措和焦慮的情緒，對於他來說，我是一位完全陌生的治療師，甚至看起來年紀不大，這可能會導致一些刻板印象，比如“年輕人經驗少，看起來貌似不夠靠譜”，對於這種心情我也是完全理解的，既然沒有辦法避免年紀帶來的偏見，那我可以用作業的優勢來獲取他的信任。

作業講究的互信是相當重要的一環節，這其中包含著我們對個案的充分溝通與尊重，我們面對的都是一位位人生閱歷豐富、充滿感情的人，我們如何對待他們，他們也會有相應的回饋。中國常說“推己及人”，在 OT 領域中更能體會到這個詞的含義，我們只有與個案站在一起，才能真正的瞭解他們，明白他們所需，發揮 OT 的本事。兩堂課過後，房先生已經可以很好的融入我為他設計的活動了，而且能夠與我交流他的課程感受、需求和目標，這也能夠使我明確我們的作業活動應該有哪些，並如何順利進行，個案的回饋是我們能夠精準設定個性化作業活動，判斷作業活動是否有效的重要手段。

在課程中，我發現，設計的作業活動因為有他本人的參與，情緒更加積極，完成度更高，整個人都變得鮮活了起來，住院期間他經常和我說在課程之後他的進步：“現在我可以自己吃飯了，左手拿饅頭，右手夾菜，不用麻煩孩子們了！”“現在可以自己穿套頭衫了，穿衣服也沒那麼難的呀！”……因為房先生看到了希望，他現在對生活有了盼頭和想為之努力的目標，他覺得未來他作為丈夫可以幫助妻子；作為父親可以不用麻煩孩子；作為爺爺可以含飴弄孫等等。這些想法使他整個人鮮活了起來。一個人的社會屬性會影響他最想要什麼，這只有我們充分瞭解我們面前這位鮮活的人才能夠

把握到。房先生的變化也是 OT 治療師最想看到的一使用作業的本事令個案提高自己生活的能力和幸福感。

OT 與其他專業很不同的就是我們的身分除了是他的治療師，還是個案實現自我目標，回歸家庭與社會的見證人。在這其中，我們不僅僅參與 TA 們功能的改變，也一直在 TA 們的生活中發揮 OT 的本事，我們通過將一個個最初看起來很難的作業活動拆分成一個個小部分進行分析，讓個案可以快速地接受，並領悟動作要領，完成這每個小任務，獲得滿足感。這種滿足感的能量是巨大的，它也可以看作是個案進行下一步更高水準的作業活動的潛在動機。動機會鞭策個案努力完成作業活動，調動內心深處對作業活動的認可，激發其自己更大的潛力，從而與治療師建立更為共同協作、互相信任的關係，進入一種良性迴圈，個案的作業表現可以越來越好，OT 治療師的治療過程也可以更加得心應手。

OT 專業是立根在生活本事、做事情之上，個案在治療室中所做的每一項活動都要基於 TA 以後想要做的事情，提高的是 TA 做事情的能力。每個具體的事情是改變個案的關鍵，充分理解什麼事情可以使 TA 保持高度的集中和興趣（比如設計的活動與 TA 的愛好相關），從而付諸實踐，並得到成功。我們與個案在充分投入要做的事情中去，在做事中發揮到了缺少或不夠完善的本事，個案的本事得以提升，意志得以激發，個案更願意做更多的嘗試，這些嘗試會在未來某個時刻帶來生活的改變，個案也能夠達到一個相對健康的狀態。健康狀態不僅僅是說疾病的痊癒亦或是身體孱弱的消除，而是體格、精神與社會之完全健康狀態。做正確、有意義、恰當的事情可以使人健康，做好自己感覺有意義的事情，會令個案認可和接納自己，感覺做下去有幹勁，生活有希望。OT 治療師可以很好的做到這一點，因為 OT 注重的就是以人為本—每個人才是自己生活的主人，有自己的生活意志。房先生也正是因為在 OT 中收穫到了自己最想完成的“要緊事”，通過 OT 的幫助，在做過的事情中發揮了自己的本事，所以才會有滿足感和對生活的希望。

OT 治療師常常會有一只腳站在醫學體系，另外一只腳站在病人的家庭和社區的現實生活中，在需要明白醫學思維的同時也要堅持用富有人情味的角度去看個案。對於那些無法從醫學角度獲得痊癒的人們，OT 可以將機會提供給 TA 們，使其在生活的環境中做好各種各樣的事情，從而獲得美好和充實的生活。

OT 不是常說的僅僅提高個案 ADL/IADL 能力、某個局部肢體部位的功能，最重要的是基於互信，根據每個鮮活、生動的個案 TA 們“人”的屬性來進行個性化的設計相應的目標和作業活動。個案本人的參與、良好的治療氛圍、適宜的治療環境等都是基礎的條件。我們一直和個案並肩前行，為了他們能夠更好的實現個人目標、回歸家庭、完成自己的社會角色、幸福的生活而不斷奮鬥著。

總而言之，OT 的意義應當是能夠使我們所服務的個案完成想要做的事，提高其生活的本事，回歸自己重要的社會角色，並使個案的整體面貌得以改善，健康得以保持，生活品質得以提高，幸福感得以增加。