

## 盡得清歡與自在

嶽蓮

福建醫科大學健康學院

人類區別於其他動物的最大特點在於人能夠思考，有思想。這意味著什麼呢？意味著人類能應用自己的思想去做想做的事情，去做有意義的事情，去享受自己的權利，去履行自己的義務……什麼是作業活動？是一個人生活裏有獨特意義和有目的的活動，是人花時間去照顧自己，養活自己，享受生活的活動。可能會有人覺得，這些活動很簡單啊。但也不簡單。

在我們的身邊生活著這樣一群人：“自從患了腦退化症，我經常會忘記自己要買什麼東西”；“我剛剛做完換髖手術，想自己穿鞋，但我不能夠彎腰”；“我想認識更多新朋友呀，但是我有自閉症”；“我想去上班，但是我有精神分裂症”；“我很喜歡跑步的，但是我做了截肢手術”；“我很想照顧我的 baby，但是我有‘媽媽手’（拇指腱鞘炎）啊”；“我曾經中風，所以要有人替我洗澡”；“我有大腦麻痺，所以我不能參加考試”；“我有過度活躍症，很難專心寫作業”；“我弄傷了脊椎，所以我不能行動”……這些人有的是媽媽，有的是學生，有的是家裏的頂樑柱……正常人可能沒辦法想像一些簡單的生活自理對他們來說都變得十分困難，無法理解他們的痛苦與內心的渴望，無法與他們共情，他們的生活品質因為這些疾病直線下降。但，通過作業治療，他們可以有機會重新生活。

WFOT 提出作業治療是協助殘疾者和患者選擇、參與、應用有目的和意義的活動，以達到最大限度地恢復軀體、心理和社會方面的功能，增進健康，預防能力的喪失以及殘疾的發生，以發展為目的，鼓勵他們參與以及貢獻社會。

作業治療，以活動為基礎，通過輔助工具和訓練，讓患者獨立生活，重投社會，回歸家庭。“通過作業治療師幫助，我學會用記事本記錄需要完成的任務，不怕忘記做什麼了”；“作業治療師教會我使用輔具穿鞋，我可以自己穿鞋了！”；“治療師教我如何與人溝通，我現在交到更多新朋友了。”；“有治療師幫我評估適合我的工作，我現在找到一份適合我的工作。”；“有治療師教我使用義肢，我現在可以參加馬拉松了”；“有治療師給我的手托，我的手不再痛了，現在可以照顧孩子了！”；“有治療師教我用另一種方法洗澡我現在可以自行洗澡。”；“有治療師幫我做評估，設計適合我的考試模式，現在我終於考大學了！”；“有作業治療師幫我訓練專注力，我現在可以寫作業快了，成績也進步啦！”“作業治療師為我量身定制輪椅，我現在可以自行出門啦！”

我想這就是作業治療的意義，幫助功能障礙者實現他們的期望，獲得他們應用的權利與自由，盡得人生清歡與自在。