

活動在精神科職能治療的角色 及應用

報告者：李騏任

單位：大林慈濟醫院身心醫學科

職稱：職能治療師

日期：104年3月22日



佛教大林慈濟醫院 Buddhist Dali Tzu Chi Hospital

活動的定義

指物體運動。

宋文天祥《和蕭秋屋韻》：「星辰活動驚歌笑，風露輕寒敵拍浮。」

靈活；不固定。

《京本通俗小說·錯斬崔寧》：「那人見劉官人手腳活動，便拔步出房。」

動搖。

秦兆陽《在田野上，前進》第十章：「不光她不反對，連我兄弟家，我老叔家，都叫我說得有個活動意思了呢。」

指言語生動活潑。

元·劉壎《隱居通議·駢儷一》：「覺文氣不如後村活動矣。」

活躍；活潑。

茅盾《虹》三：「剪髮的空氣早已在流動，那一天卻突然成為事實。幾個在學生會裏最活動的人首先剪了。」



佛教大林慈濟醫院 Buddhist Dali Tzu Chi Hospital

活動的定義-----續

指經濟寬裕。

《醒世恆言·大樹坡義虎送親》：「〔單裁縫〕因見韋家父子本分，手頭活動，況又鄰居，一夫一妻，遂就了這頭親事。」

為達到某種目的而從事的行動；從事有目的的行動。

巴金《家》二五：「他的活動，他的工作，他的志願，他都不讓家裏的人知道。」

指嬉遊、遊樂或行賄。

丁玲 **為達到某種目的而從事的行動；從事有目的的行動。** 要的
還定罪錢又賈能活動。」

搞不正當的男女關係。

《醒世恆言·一文錢小隙造奇冤》：「那楊氏三十六歲，貌頗不醜，也肯與人活動。只為老公利害，只好背地裏偶一為之，卻不敢明當做事。」

猶輕鬆。

丁玲《水》三：「慢慢的講着一些以後的計劃，大家心裏都活動一些起來了。」



團體活動的定義

什麼是團體活動

團體活動是在團體領導者的指導或幫助下讓團體成員部分或全部參與的各種活動的總稱，所以團體活動一般會有暖身、次活動、主活動、次活動、結束回饋等活動的組成。團體活動重要的不是參與者的能力和技巧水平，而是在於參與度的高低。

團體活動的原則

- (1)活動只是一種手段而不是目的。活動的真正意義在於活動結束後的討論與分享，避免為了活動而活動。
- (2)全面性的考慮團體的目標、階段、主題、特點、時間、成員、氣氛等因素的基礎上，決定是否要運用活動、運用什麼類型的活動、運用活動到什麼程度。
- (3)團體活動由多個活動組成時，活動之間如何銜接和過渡。在帶領團體之前進需要先規劃好安排的順序。
- (4)事先進行沙盤推演，以預測活動各個細節可讓出現的球況。
- (5)預測活動可能會出現的結果。



團體活動的定義-----續1

• 影響團體活動的因素

(1) 團體本身的性質

不同性質的團體要求團體領導者設計完全不同的團體活動。例如，任務性團體的團體活動設計就要體現團體凝聚力和齊心協力的特征。

(2) 團體目標和團體不同發展階段

團體目標是團體活動設計所依賴的準則。團體活動的設計要緊緊圍繞著團體目標來實施。同時由於團體發展的階段性，活動要有針對性和適應性。

(3) 團體活動的時間和空間安排

團體活動時間要和團體每次活動時間相同。環境的安排很重要，不同的環境適合不同的團體活動，例如，場地的隱秘性適合進行真誠表白或釋放自我的遊戲；室外則適合體能類團體活動，但要注意人身安全；室內適合小規模的團體活動或表演類活動。在環境選擇上，通常安排能夠移動的桌椅比較有利於活動。

(4) 團體成員的自身因素的影響

這主要體現在性別、年齡、職業等，還有體力、智力、情緒、心理能力和認知能力等。團體活動應該對團體成員的參與自由度作出某些強制性規定。例如：“安全第一”或“生命第一”。

團體活動的定義-----續2

• 影響團體活動的因素-----續

(5) 團體領導者的影響

團體領導者不是萬能型的天才，團體領導者個人的專業知識和能力等都會限制團體活動設計。團體活動的效果，也深受團體領導者在干預過程中帶領活動的技巧和方法的影響，不同的開場、不同的轉折和不同的回饋都會影響到團體活動的效果。團體領導者不僅要充分評價團體成員對團體活動的需要，而且也要充分評價自我能力的程度，從而決定團體活動的設計。

(6) 機構的特性和資源方面的限制

機構的背景、服務的宗旨和服務模式等也會限制對團體活動的設計；同樣，有些活動是要用一些資源的，例如，紙筆、音響、道具、獎品、紀念品等。

團體活動的主要形式

- 動態
 - 體能類
 - » 球類
 - » 跑步
 - » 騎車
 - » 登山
 - 體操類
 - » 瑜珈
 - » 皮拉提斯
 - » 韻律
 - » 氣功
 - » 伸展操

團體活動的主要形式-----續1

- 動態
 - 探索類
 - 心理劇
 - 手語演繹
 - 舞蹈

團體活動的主要形式-----續2

- 靜態
 - 手作類
 - 串珠
 - 膠珠
 - 縫紉
 - 刺繡
 - 探索類
 - 曼陀羅
 - 禪繞畫
 - 繪圖
 - 寫作

團體活動的主要形式-----續3

- 靜態-----續
 - 靈性類
 - 冥想\靜坐
 - 音樂探索治療
 - 自我探索訓練

團體活動的使用目的

- (1) 促進團體討論的深度和提高成員的參與感。
- (2) 有助於團體聚焦在團體主題或議題上。
- (3) 是團體焦點改變和轉換的重要途徑。
- (4) 為成員提供體驗性學習的機會。
- (5) 增加團體的熟悉度，比如相識活動、暖身活動、配對活動等。
- (6) 提供樂趣，促進團體放鬆，去改變團體步調。

團體活動在治療上的應用

- Herbert Hall 醫師發展出“**以藝術和手工藝活動**”的觀念引進醫療中使用，來為殘障病患提供健康及經濟上的改善。
 - 以活動來取代休息，以逐步漸進的方式，一開始先在床邊做有限的基本活動，之後慢慢增加難度，最終讓病人可以到小工廠從事編織、陶工、或其他手工藝的工作。他稱此為“**工作治療**”。
 - 使用**漸進式和分級式**的徒手職能來治療神經衰弱的病人，主要運用**手工編織、木工、金屬製品和陶器**等方式來治療
- Susan Tracy 護理師針對病患選擇及運用藝術和手工藝進行治療的發展。
- Willian R. Dunton 醫師認為職能治療對於精神病患的治療，是一種**補充**，且是融合了**人道主義與科學**。
- 西元1917年，美國軍方展開一項計畫，該計畫是希望復健戰爭中受傷的士兵，讓他們可以重回部隊擔任積極的軍事職務或受僱於文職工作。職能治療負責的領域是骨科病患及精神科病患，主要是以**藝術及手工藝**為治療方式，主要針對病患的生理和心理。



以活動作為治療

團體活動在治療上的應用-----續

- 漸進式
- 分級式



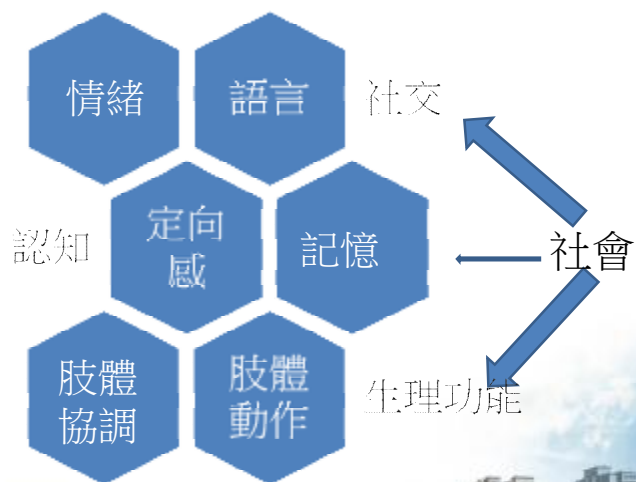
活動分析

活動分級

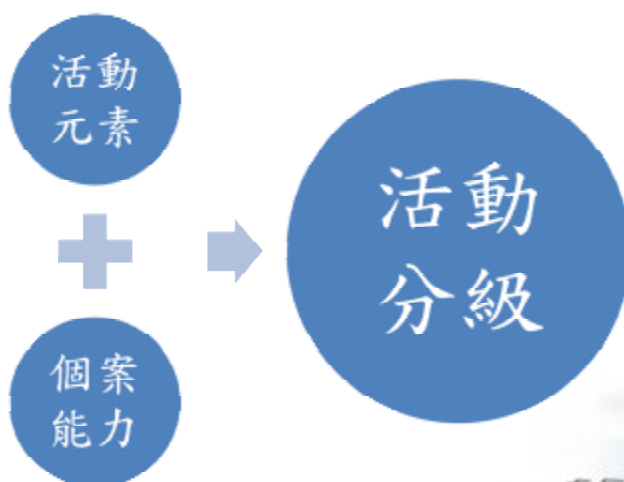
活動分析

- 對活動進行解剖
 - 生理領域：對肢體動作應用的拆解
 - 精神領域：對認知社會功能的拆解

認知社會功能



活動分級



結論

- 以團體為工具，以活動為媒介，以個案為中心，以職能為考量，以疾病為參考，協助個案改善生活適應上的問題。

Thank you for your
attention

- Facebook：李騏任
- Line：saganot1218
- Email：saganot@hotmail.com