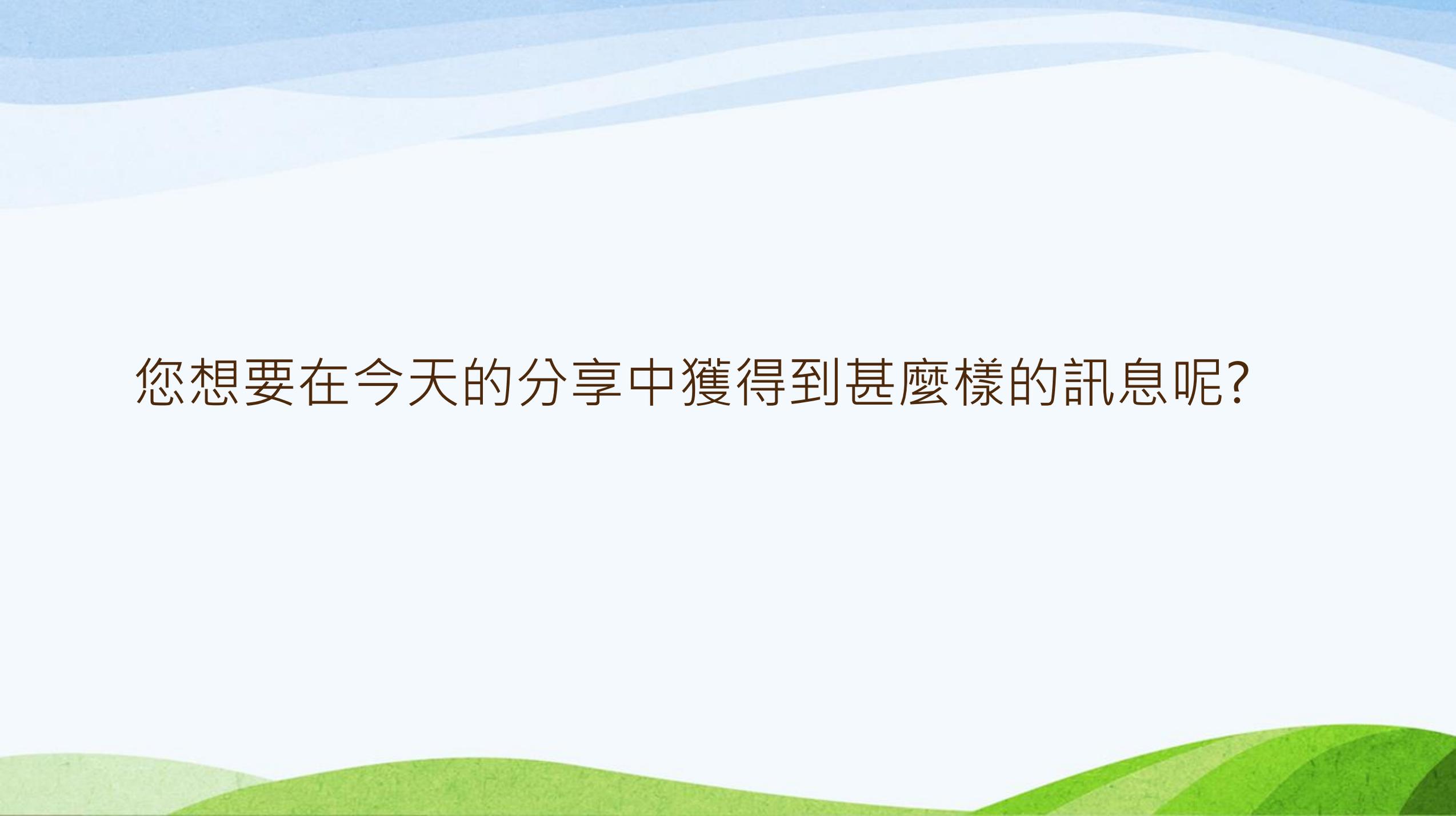


A stylized, colorful illustration of a landscape. The foreground features rolling green hills with a brown path. On the left, there is a green tree, a purple flower, and an orange flower. A red bird is flying in the sky. The background consists of layered blue and white waves, suggesting a sky or water. The overall style is flat and modern.

生活動起來

日期:2019/09/21

講者:邱愉眉 物理治療師



您想要在今天的分享中獲得到甚麼樣的訊息呢？



療育的目的

治療內容

如何與生活作結合

衛生福利部

- 引起發展遲緩兒童的原因很多，大多數成因仍是不明的，目前能被發現的原因約僅占20%至25%，其中包括環境因素、社會文化因素、心理因素及腦神經、肌肉系統疾病等。一般說來，大部分的家長對孩子的發展遲緩現象並沒有警覺性，大多是入學後與其他孩子相比才發現，錯失及早療育的機會。其實若能透過早期療育的介入，包括：各種醫療復健、特殊教育、家庭支持、福利服務等，可能使兒童的發展遲緩現象減輕，甚至一部分的孩子可以經過早期療育而趕上，減少對家庭及社會的負擔。

復健活動



感覺統合



手功能操作



站立架

復健活動



腳踏車



體操



跑步機



Because we, as rehabilitation clinicians, are most interested in how to **help people function meaningful in the world**, rehabilitation goals typically are set at the level of **activities they might be able to do** (e.g. dressing oneself, walking to the bus stop, kicking a ball with school friends, writing a shopping list)

過程中遇到的挫折



復健活動與生活/課程無法結合



沒有額外的心力去練習



與專業團隊溝通的時間少



甚麼是作息本位？

作息是甚麼？
生活的意義

甚麼是作息

- **Everyday life, daily life or routine life** comprises the ways in which people typically act, think, and feel on a daily basis. Everyday life may be described as mundane, routine, natural, habitual, or normal. (https://en.wikipedia.org/wiki/Everyday_life)
- 時間上的規律性:每天或每周出現，有明確的開始或結束。這種規律地重複出現可能受至於生理時鐘(如:飢餓或睡眠周期)，或週期性活動，如上班上學等。

作息的重要性

- 家庭方面
 - 助於父母適應親職角色，也對自己的親職技巧有信心(Sprunger, Boyce, & Gaines, 1985)
- 孩童方面
 - 能增進孩童在行為及動機方面之社會化(Home, 2002)
 - 規律作息在幼兒期能協助兒童順利轉銜進入幼兒園(Hander,1997)
 - 減少親子間衝突(Nelsen, Erwin &Duffy,1998)、提升親子互動品質(Berg, 1991)
- 建立規律的作息，父母越容易掌握孩童的行為，也對自己的親職技巧感到滿意

把復健活動融入坐息的好處

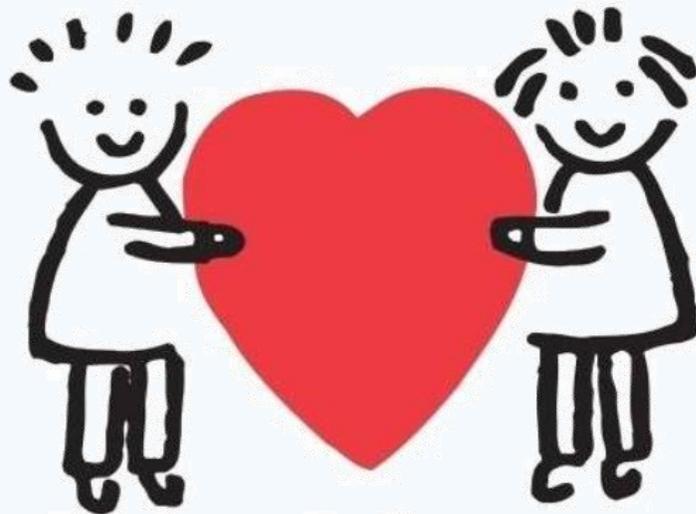
- 目標導向活動(Goal-directed activity):

作息被認為能反映出家庭成員共同的目標，不同的作息活動乃是為了達到不同的具體目標，不同的作息活動乃是為了達到不同的具體目標。為生活上有意義的情境。

Routines	>	Skills
Too small to fail		May be difficult
Resources/strengths of families		Need training/ therapies
Professional abilities		Expert abilities

目標產生動機

關聯(*Relatedness*)



自主性(*Autonomy*)



勝任(*Competence*)



「內在動機」：人類的三種基本需求



資訊連結

我們周遭有哪些可用資源

支持網的建立



水桶理論



communication between therapist and caregivers significantly *increased* over time

我們可以給孩子一個甚麼樣的生活呢？

**Life is not a problem
to be solved, but a
reality to be experienced.**

