

使用ICF架構分析一位多重角色的職業婦女以協助提升生活品質:個案報告

Using the ICF framework to analyze a multi-role professional woman to help improve the quality of life: a case report



長庚大學
Chang Gung University



林口長庚紀念醫院
Chang Gung Memorial Hospital, Linkou

劉麗華¹、黃靄雯^{1,2}、陳惠茹¹

Liu Lihua、Huang Aiwen、Chen Huiru

¹長庚大學早期療育研究所

²林口長庚紀念醫院復健科，桃園

研究背景

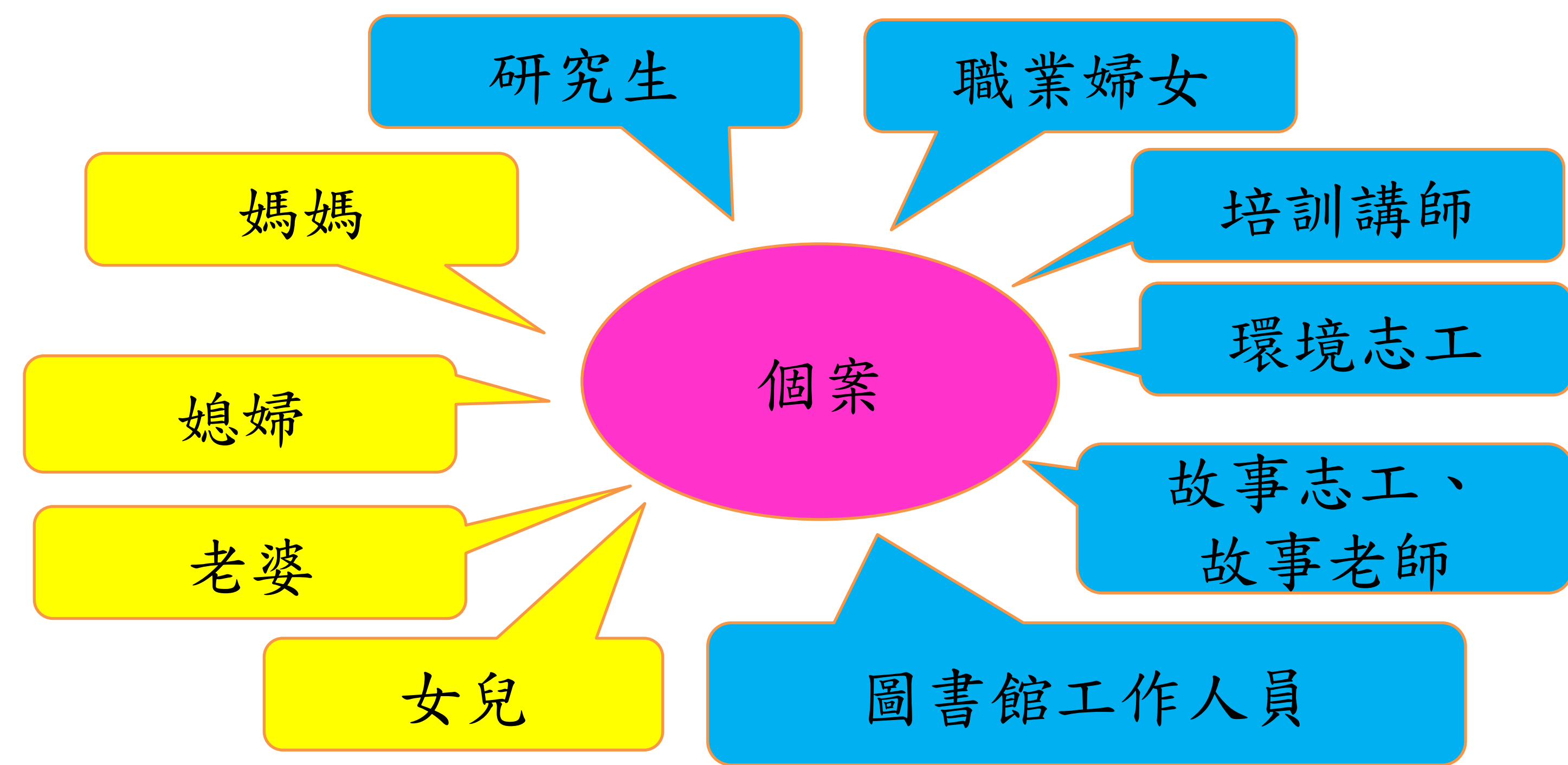
聯合國世界衛生組織（WHO）於2001年正式發表國際健康功能與身心障礙分類系統International Classification of Functioning, Disability and Health（簡稱ICF），ICF提供標準化語言與架構來描述健康和健康相關議題。ICF分類統一的框架，其組成健康要件的功能性狀態與失能程度進行分類，且由個體的健康狀況、環境因素與個人因素之間的複雜互動關係。

研究目的

個人的健康圖像，是由「其所處的生活環境」中許多因素與面向組合而成。ICF主張這些因素與面向組成了一種互動性的動態過程，並非線性或靜態的。ICF是一有考量文化、年齡與性別變項的健康分類工具，我們利用這些特點來了解分析個案所遇到的衝突與困難，以協助個案釐清問題並提升生活品質。

研究對象

個案對象為40歲女性，育有2名幼子，現為全職在醫學中心研究中心擔任醫學研究相關行政助理、社區圖書館工作人員、社區圖書館說故事老師、社區環境志工、國小故事志工、故事志工培訓講師、研究所學生。個案圖示如下：

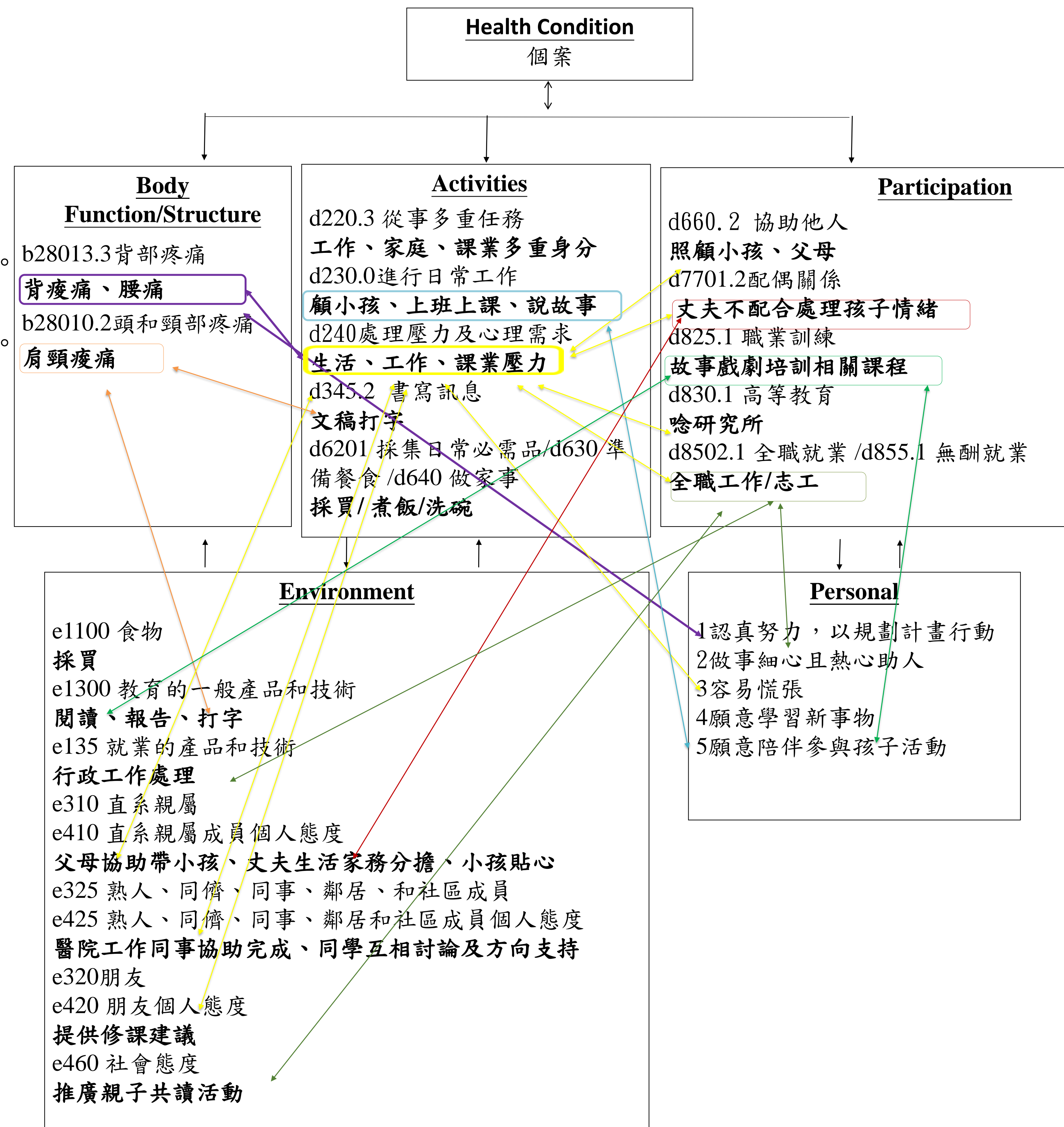


研究方法

本研究以訪談瞭解個案狀況並用我的生活表初步呈現ICF架構，協助個案了解生活中各項衝突與困難，進而協助個案調整角色轉換衝突與困難，提高生活品質。

研究結果

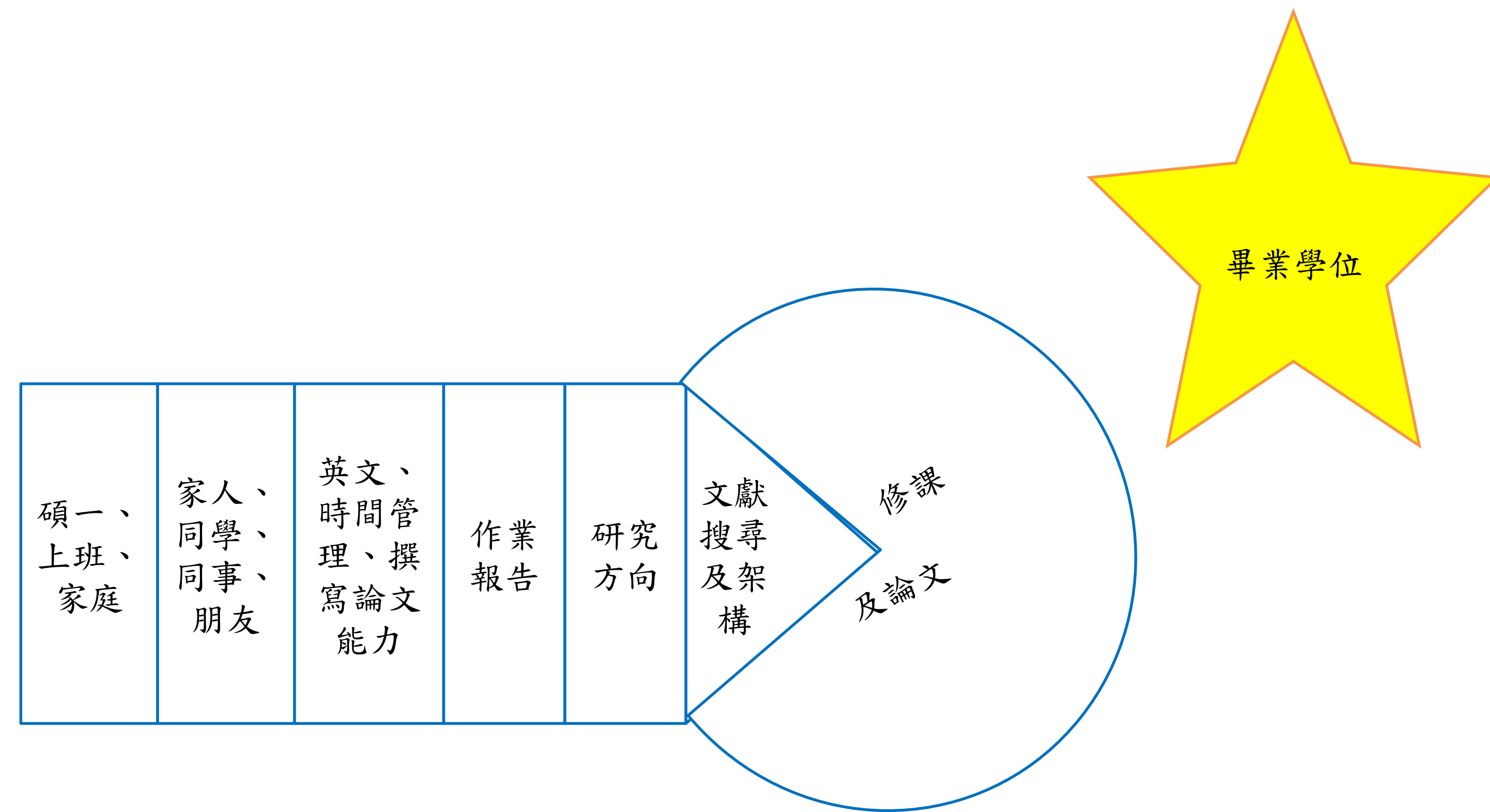
透過訪談製作我的生活表可以瞭解個案生活外，使用ICF架構及編碼分析個案在多重角色的衝突分配影響生活品質及家庭關係。找出重要的因素讓個案可以更清楚如何調節各項衝突的預防及溝通。



透過上圖ICF架構分析後，可以明確知道個案在多重角色上需要的是時間規劃安排，多項事件衝突都是因為時間或是情境造成的。

<p>有關身體的事 <哪裡不舒服或吃藥></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 背部痠痛。 2. 肩頸痠痛。 3. 腰痛。 4. 心情急躁。 	<p>有關生活與學習的事情 <常做的事></p> <p>採買及煮飯、洗碗、顧小孩、看功課、幫小孩洗澡、文稿打字、上班&上課、閱讀、陪孩子玩及唸故事。</p> <p><最不喜歡的事></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 小孩哭鬧吵架。 2. 工作煩多趕工。 3. 學校報告太多及考試 <p><最喜歡的事></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 說故事給孩子們聽。 2. 學習新的育兒方式。 3. 故事戲劇培訓相關課程。 	<p>有關社會生活的事情 <為何要升學></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 想增強自己學歷及背景。 2. 在說故事場合可協助家長及孩子問題。 3. 陪伴孩子共同努力念書。 <p><畢業後想做什麼></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 目前工作穩定且待遇尚可。 2. 擔任推廣親子共讀講師 3. 陪孩子到偏鄉推廣親子共讀。 	
<p>周遭的人事物 <常接觸的人></p> <p>家人、老師、同學、同事、朋友、孩子。</p> <p><有困擾的事></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 孩子學習時間及活動常無法參加。 2. 工作雜事做不完長延遲下班。 3. 父母親身體狀況。 4. 夫妻溝通時間及支持。 5. 擔心無法完成課業。 	<p>想法(感受到的事或正在思考的事等)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 研究所畢業是否能開創另一個有興趣的工作且待遇不錯。 2. 為目前推動幼兒親子共讀增加所學的知識。 3. 工作、家庭及課業要如何達平衡並同時進行順利完成。 4. 如何讓孩子爭吵少一點，課業及工作順利完成，讓自己壓力少一點，心情好身體健康。 5. 把生活步調調整好，讓家庭氣氛和樂。 	<p>個案: 年齡:40歲 性別:女性</p>	
<p>個案:社會人士 有關我的生活表</p>			<p>2020年6月12日擬訂</p>

我們透過訪談了解個案目前最希望完成的是學位，為了讓個案可以更清楚了解自己要如何先把各項拆開討論並找出最重要的事先完成。我們利用應用ICF中的PATH來加以釐清個案目前最想做的事。由訪談中整理出PATH的圖表如下：



我們藉由PATH圖示讓個案了解完成學位需要的因素。個案也可透過PAYH圖示了解自己目前需要做的事，在不影響工作、學業及家庭兼顧下又可以提高家庭生活品質。

結論

本研究結論建議個案需先與家人討論求學過程可能遇到各項問題可如何配合、朋友可求助的資源有哪些、規劃零碎時間應用，讓自己和家人可以在各角色轉換配合方可使壓力降低，期望可以提升個案的生活品質。

使用ICF架構分析，能清楚了解個案的日常作息、角色轉換及其壓力來源。透過ICF架構也讓個案清楚知道如何調整生活步調和改善的方向，以提升家庭生活品質及成員關係更緊密。