

# 香港中文大學那打素護理學院 流金頌培訓計劃

**CTP003: 慢性病處理及臨終關懷**  
非正規及家庭照顧者培訓工作坊

**主題：伴您同行 – 善別輔導工作坊**

2010年10月05日 (逢星期二)



香港賽馬會慈善信託基金  
The Hong Kong Jockey Club Charities Trust

# 第五節內容：

- 哀傷輔導技巧之實踐
- 個案討論及角色扮演

# 重溫課節內容

# 短片分享

# 個案討論及角色扮演

# 角色扮演

黃太，61歲，無兒無女，丈夫3個月前因腸癌逝世。黃先生一向身體健康，很少病痛，每星期天天上班工作，擔任保安員一職，為家庭的經濟支柱，而黃太則為家庭主婦。當黃先生發現患上腸癌時，已屬末期，而他與病魔對抗了4個月後，最終離去。而黃太自丈夫離去後，至今3個月仍不能好好入睡、無胃口，一睡就夢見丈夫。黃太時常躲在家中，不願外出。

# 角色扮演

黃太，61歲，無兒無女，丈夫3個月前因腸癌逝世。黃先生一向身體健康，很少病痛，每星期天天上班工作，擔任保安員一職，為家庭的經濟支柱，而黃太則為家庭主婦。當黃先生發現患上腸癌時，已屬末期，而他與病魔對抗了4個月後，最終離去。而黃太自丈夫離去後，至今3個月仍不能好好入睡、無胃口，一睡就夢見丈夫。黃太時常躲在家中，不願外出。

# 黃太面對什麼種類的喪失？

- 創傷性喪失



# 黃太出現什麼哀傷反應及表現？ (行為、思想、生理、情緒)

- 行為反應：哭泣、睡眠失常、食慾反常、社交退縮、夢見死者
- 思想反應：不相信、沉迷對死者的思念
- 生理反應：缺乏氣力
- 情緒反應：悲哀、內疚自責、孤獨感、苦苦思念

# 影響黃太哀傷強弱的要素？

- 影響哀傷的要素
- 去世的人是誰
- 彼此的依附關係如何
- 死亡的形式
- 過去的哀傷經驗
- 性別差距
- 性格因素
- 文化差異

# 哀傷輔導

- 輔導目標
- 增加失落的現實感
- 協助當事人處理已表達的或潛在的情感
- 協助當事人克服失落後再適應過程中的障礙
- 鼓勵當事人向逝者告別，以健康的方式，並坦然地重新將感情投注在新的關係裏

# 哀傷輔導

- 輔導原則
- 幫助生者體認失落
- 幫助生者界定及表達情感
- 加強生者獨立生活的能力
- 允許時間去悲傷
- 闡明「正常的」悲傷行為
- 允許個別差異
- 提供持續的支持

# 哀傷輔導

## 輔導技巧

### 黃太的感受(言語及非語言訊息)

- 身體行為
- 面部表情
- 聲音語調
- 可觀察的生理反應
- 整體儀容

# 哀傷輔導

## 輔導技巧

### 積極聆聽技巧

- 面向當事人：九十度角以內
- 開放的姿態
- 身體向當事人方向前傾
- 眼神接觸
- 放鬆

# 哀傷輔導

## 輔導技巧

### 回應黃太的感受

- 聽起來，你真感到.....
- 似乎你...
- \* 自我揭露

# 哀傷輔導

輔導技巧

其他技巧

- 繪畫、寫信....



# 問答時間

**完結**  
**謝謝！**