

生命意義的再建構

——以喪子女父母為例*

何賢文** 許鶯珠***

摘要

本研究旨在探討喪子（女）父母，在死亡事件發生後，對生命意義不同的體驗與領悟之主觀經驗，採取質性研究法中的深度訪談蒐集資料，透過受訪者的觀點了解父母面對子女的死亡時，如何從對生命的無望，到重新找到生命的意義。本研究共訪談了六位喪子（女）父母（二男四女），由資料分析後發現：

- (一)喪子女父母在面對子女死亡事件的敘說。
- (二)喪子女父母在子女死亡後才開始探討或碰觸死亡問題。
- (三)喪子女父母的人生觀會因為子女死亡而改變。
- (四)在子女死亡前，父母親的生活目標多以工作賺錢為目的；面對子女死亡事件，這些父母親在經歷喪慟之後，生活目

* 本研究誠摯感謝六位匿名受訪者願意開放喪子女之悲傷經驗，協助研究之進行。本研究初步內容曾於 2006 年 10 月 14 日發表於南華大學生死學系主辦「第六屆現代生死學理論建構學術研討會」，感謝與會學者們與多位匿名審查委員提供之寶貴意見與鼓勵，在此一併致謝。對本研究之回應請 e-mail 至 ingju@cc.nctu.edu.tw。

** 南華大學生死學研究所碩士

*** 交通大學師培中心/教育研究所助理教授

標開始轉向利他服務。

(五) 宗教信仰、重新詮釋子女的死亡及利他服務是喪子女父母重建生命意義的重要因素。

關鍵詞：喪子女父母、生命意義、再建構、子女死亡

Life-Meaning Reconstruction of Bereaved Parents

Ho, Hsien Wen* Hsu, Ying Chu**

Abstract

The research explores about the bereaved parents has different experience of meaning of life and awakening of subject experience after a child died. It is adopted for deep-interview of the qualitative method to understand the bereaved parents how to face the deceased child and find the meaning of life through despair of living. There are six participators losing their child include two men and for females. There are five themes after data analysis :

1. The bereaved parents describe how to face and talk about child-decease happening.
2. The bereaved parents begin to explore or touch death problems after their child died.
3. The bereaved parents change their philosophy while their child dying.
4. The bereaved parents change their living object from making money to conducting service while facing their child died.
5. Religious, reinterpreting and conducting service are three important factors to help the bereaved parents to restructure their meaning of life.

* Adjunct Instructor, Department of Life-and-Death Studies, Nanhua University

** National Chiao Tung University Center for Teacher Education / Institute of Education Assistant Professor

Keyword: *Bereaved Parent, Life Meaning, Reconstruction, dead child*

生命意義的再建構

——以喪子女父母為例

壹、研究緣起與目的

一、白髮人送黑髮人的悲痛

近幾年來世界重大災難頻傳，意外事件不斷發生，僅在台灣就有汐止林肯大郡的崩塌、九二一地震、桃芝、納莉、艾莉颱風的重創及土石流等，加上車禍死亡率居高不下（台灣車禍死亡率居全世界第一）（郭志通，2002）。還有犯罪事件、青少年自殺以及文明病的不斷產生，造成許多死亡事件，不僅帶給家屬永遠的傷痛，也造成社會人心巨大的震撼；其中，白髮人送黑髮人的悲劇也一再上演。加上國人對談論死亡的忌諱，使得喪子（女）父母的傷痛只能自己去經歷或處理。因此，如何協助這些父母使其免於陷入孤立無援的困境，實為一項重要課題。

第一位研究者本身經歷過喪女傷痛事件，在參與「生命線」、「獨居老人訪視」及「佛教助念團」的行列後，接觸到喪子（女）的父母，感同身受其喪失子女的錐心之痛與無助的心情。另一位研究者身為大學教師，經歷過數件學生自殘身亡之傷痛事件，在與喪子（女）父母諮商過程中，深深感受到父母的自責、悲傷，不捨又強忍，害怕他們的傷慟會讓往生的子女受到另一世界的譴責；難過卻又無法抒發，一般親友的安慰看開點，並不能真正撫平內心的創傷；這種喪

子(女)的悲傷雖與喪親(父母)的悲傷相似，都是失落、喪慟的創傷，但卻比喪親之痛更難過，因為小孩的死亡，不只是單純的失落事件，更是一種自我的失落，因為親子間存有的強烈連結，父母常覺對孩子負有責任感，也會投注希望、期待和夢想在孩子身上，而孩子的死亡往往是無法預期，引發的悲傷反應也更強烈，失落也是多重的(Braun & Berg, 1994; Parks, Laungani & Young, 1997; Stillion, 1995; 張淑芬, 1996; 廖珍娟, 1998)，象徵希望、期待的幻滅；因此，不論是失去幾歲的孩子，都是個人生命的重大失落(Stillion, 1995; Worden, 1991/李開敏、林方皓、張玉仕、葛書倫譯, 1995)，也代表著對未來生命的絕望。這些父母親如何在經歷生命意義的失落之後，重建自己的人生，是研究者想探討的主題。

二、生命意義陷落的危機

喪子(女)是生命中最大的失落，也是最沉重的打擊，Worden強調：「經過死亡而產生的失落可能使一個人的基本生存價值和哲學信念受到挑戰」(Worden, 1991/李開敏等譯, 1995, p.16)，而喪子(女)事件乃是深刻的生命體驗，這些經驗徹底顛覆了個人原本的自我概念，以及他對自身經驗所賦予的意義(Dent, 2002)，親生骨肉死亡所引發強烈情緒也會使父母質疑生活的意義，甚至覺得生命已失去意義(Inese, 2001; Klass, 1995; 張淑芬, 1996; 黃有志, 2000)，因為父母生存的意義與孩子息息相關，失去孩子是一種存在性的傷口、生活意義的空白。換言之，子女死亡後，父母會經歷質疑生命意義、頓失生活目標的危機，而失去意義會引發沮喪，導致「存在的空虛」(弗蘭克, 1967/趙可式、沈錦惠譯, 1995)，一個人若是長期生活在空虛的條

件下，必然喪失元氣，而那些被抑制的潛能就會變成病態的、絕望的形態，最後導致毀滅行動（May, 1953）。因此，尋獲事件的意義，尤其是事件對生命的意義，是受難者能夠恢復身心適應的一個重要因素，所以協助哀慟的父母親「尋獲生命的意義」，似乎是其最終也是最有效的失落因應之道（張利中，2002）。

三、喪子（女）父母心理歷程研究的缺乏

醫療機構面對最多的生老病死，身體哀傷是人類對失落的正常反應，在醫護的範疇中，無論是內外科或產兒科的病患或家屬，都曾因親人的死亡而出現哀傷的反應（莊小玲，1999），因此，新生兒護理的焦點便不再是以嬰兒為中心的護理照顧，而是以家屬為中心的照顧模式；並且以兒童傷亡的父母親為研究對象，強調哀傷過程中介入協助處理的必要性（李雅玲、陳月枝，1992；陳麗紅，1999；黃淑姿、湯玉英，1996；廖珍娟，1998）；但台灣對喪子（女）父母的議題進行探討研究的僅止於父母的傷慟反應、調適行為及策略、個別協助的方式（李雅玲、陳月枝，1992；林家瑩，1998；劉雅瑩，1998；駱麗華，1981）以及喪子（女）對家庭系統的影響（林杏足，1996）。對於喪子（女）父母生命意義層面的探討，則只有張淑芬（1996）探討運用意義治療法幫助喪子（女）父母尋求生存意義的重要性，但該文只是初探性的理論述說，非實徵性之研究。至於喪子（女）父母的復原歷程之研究，只有林家瑩（1998）以深度訪談方式，從悲傷反應的四個向度（生理、認知、情緒及行為）分析父母的悲傷復原歷程；至於子女死亡事件對父母生命意義產生的影響之研究，則付之闕如，因此本研究旨在了解喪子（女）父母面對子女死亡後生命意義的陷落與重建，協助同

樣遭受喪子（女）之痛的父母理解他人如何度過喪子（女）之痛，重建生活目標。

四、研究目的

本研究的目的主要在探究父母親面對子女的死亡，其在調適歷程中生命意義的失落與重建，藉以瞭解子女死亡事件對父母親生命意義產生的影響，再根據研究結果提出具體建議，以提供學者專家及實務工作者做為諮商輔導的參考，讓機構人員更重視孩子死亡對父母所產生的影響，增加輔導效能，希望協助悲傷中的父母對生命的認識，了解死亡的意涵，同時正視死亡經驗對其可能形成的破壞與價值，進而提昇其調適悲傷的能力，以期當事者能夠順利完成自我的悲傷調適歷程。

貳、文獻探討

生命意義是一個被大家所關注但卻難以界定的概念，因為它的內涵與範圍很模糊，至目前為止並沒有公認的觀點。本研究綜合國內外學者對生命意義的闡釋歸納生命意義的內涵，並從實徵研究中了解父母親面對子女死亡時其生命意義的陷落與重建。

一、生命意義的內涵

(一) 生命意義的向度

Weisskopf-Joelson (1968) 認為，所謂的意義是個人對其生命的看待或詮釋；意義也意謂生命的目的或任務；意義更是個人內在世界與外在世界的整合，缺乏意義時，會導致個人內在世界與外在現實分離（引自 Froehle & Herrmann,

1989)。

Csikszentmihalyi (1991) 認為意義包括三層要素：

1. 意義指終極之重要性，生命意義即是人生最終極之重要性。生命中每一個事件均指向一個相同的終極目的，但此終極目的需在個人統觀所有事件之後方能覺察出來。
2. 意義包括實際的行動，而非目標的虛設。它不只是個人的意向，還要用行動表露其目的。
3. 意義是個人對於資料訊息之間關係的界定。生命意義也意謂個人能設定達成目標的結果，並在情感、思想、行為中達成一種和諧的狀態。

根據Weisskopf-Joelson和Csikszentmihalyi的觀點，生命意義是個人對自我生命的詮釋，有其終極目標，透過生活中的實踐完成。所以，生命的意義必須從個人生命中某一既定情境下的獨特事件來了解，每一個人都是獨特的，每一個人的生命也是獨特的，人必須藉著「對生命負責任」，來答覆生命意義的內涵，生命意義在於一個人如何發揮自己最大的能力，盡自己的本份（弗蘭克，1967／趙可式、沈錦惠譯，1995）。換言之，生命意義的探尋是「投入」後的產物，投入乃是我們願意過著充滿創意、愛、工作和建設性的生活之一種承諾（Frankl, 1968）。亦即身為人類，我們的義務是去創造一個有意義及有目的的生活，無論生命的意義為何，生活都是在不確定的情況下，經過自由意識的抉擇而發展行進的（Corr, Nabe & Corr, 1997）。

國內傅偉勳（1993）則認為，生命的存在與肯定就是充分的意義，生活本身就是意義，我們只有通過積極正面的人生態度與行為表現，才能體認我們對於生命真實的自我肯定，才能真正完成我們人生的自我責任。換句話說：人生意義的探索，大多是屬於經驗的領域，而非只是知識的範疇，

面對種種深刻的人生問題，例如：生老病死、恩怨情仇、宦海沉浮、悲歡離合、窮通禍福、安身立命……等等，皆是生命深層經驗的探索，絕非僅靠知識的獲得即能徹底的解決（釋慧開，2002）。

(二) 生命意義的探尋

既然生命的意義就是要投入去愛別人，投入去關懷你周遭的人，投入去創造一些讓你活得有目的、有意義的事情，所以生命的意義是要個人去挖掘出來，不是要個人去發明的（李佩怡，2001；柯永河，1994），生命的意義必須從生活實踐中得到，如何獲得生命意義呢？Frankl認為生命可以從三方面獲得意義（弗蘭克，1967／趙可式、沈錦惠譯，1995）：

1. 創造價值：藉著對生命的付出與奉獻，由創造行為所得到的成就感，也就是個體在創造的的活動中所實現的價值。
2. 經驗價值：由個人得自於生活的體驗或對世界的感受，即個體得自所處情境中感受到深刻的體驗，使得生命有意義，如對真、善、美的體驗。
3. 態度價值：端視我們對人生不可改變的命運、苦難所抱持的態度，當個體對於所面臨的處境無法改善時，僅能以個體對該處境的態度去決定生命的意義，如：患不治之症。

Imara牧師提供了獲致生命意義的三項作法（引自龍雅可，1997／陳琴富譯，1999）：

1. 覺照與自我接納：也就是必須要活的實在，完全的覺知並接受當下的經驗，以開放的心態讓生命變得更有意義；換言之，就是「從自我的隱藏中走出來」。

2. 與他人真誠的對話：體驗生命是有意義的第二項做法，就是開展與他人真誠的關係並做建設性的對話，也就是「從別人的隱藏中走出來」。
3. 決定一個正面的成長方向：在生命中必須實踐一個高於個人世俗慾望的目標，並找到可以為生命奉獻的途徑。

學者Yalom（1980）也指出，生命意義可藉由利他主義、快樂主義、自我實現、自我超越中實現。他在臨床的研究中發現，病人體驗到有意義的生命以利他主義為最普遍，也就是說能夠幫助別人是這些病人感到生命中最有意義的事。國際知名生死學大師Kubler-Ross在面對自己的死亡時曾說，「人生最重要的一課，是學習如何毫無條件地愛別人和被愛」（庫伯勒-羅斯，1997／李永平譯，2000）。

綜合而言，生命意義有其獨特性，沒有所謂絕對正確及普遍適合的生命意義，因為生命的意義是個人性的，每個人的生命意義都獨特於其他人，且生命意義亦無法脫離個人歷史存有的時空情境。所以，一個人面對生命意義的問題時，他的問題必須關聯具體的情境，同時也關聯其個人的實存人格，這樣才會有意義。

二、喪子女父母的生命意義

（一）死亡與生命意義的關聯

生命的意義是在生活中實踐與體驗，要參透生死大事，人須「大死一番，再活現成」，唯有參透死亡，才能實實在在的生活，並承擔與之俱來的痛苦和責任；Yalom（1980）也認為有了統整死亡的觀念，才能夠成為生命的主人，瞭解生存的意義，進而有創造性的改變，讓生命活得更好；對Lair（1996）而言，生命的意義是在發現死亡的意義，而死亡的意義影響我們知覺生命，以及我賦予的意義，倘若我們

不能先了解生命的意義，就不可能了解死亡的意義。因此，只有面對死亡，同時開放探討它的意義，我們才有充分實現自我的自由；除此之外，Worden（1991）也表示，因死亡而產生的失落，生者會有失去人生方向的感覺，會在失落和伴隨而來的變遷中尋求意義，以了解其中的奧秘，且重新掌握自己的生命。況且，親人的死亡會強迫你直接正視你的生命，強迫你去發現尚未發現的人生目的（Rinpochem, 1992/鄭振煌譯，1996）；因此，Kubler-Ross（1975）才說，面對死亡即是面對生命意義的最終問題。

台灣生死學之父傅偉勳教授（1993）指出，我們生存或生活的每一時刻，也同時是「向死存在」的時刻，死亡問題的精神超克，終究要看每一實存主體的獨特態度、價值觀、生死觀等如何，完全屬於存在主義所云「實存的抉擇」。因此，當我們了解到人的生命有限時，焦慮就會提高。面對不可避免的死亡時，我們會覺察不可能有充分的時間去完成所有的計畫，所以反而能夠把握眼前時刻的重要。

遭遇嚴重創傷經驗的人（譬如喪失心愛的人），會讓人產生很多負面的想法，覺得生活中的事物失去了意義，難去掌控也很難理解，對生命充滿挫折與無奈（Tedeschi & Calhoun, 1995）。但是親友（甚至寵物）的死亡也讓我們從經歷哀傷及受苦經驗中再學習新生活，包括對外在世界及自我內在心理的再建構，Attig以《影子大地》（Shadowlands）一片中的Lewis教授經歷妻子及親密友人死亡為例，說明當一個人體悟死亡的意義後，可以透過「記憶」、「實際生活」、「靈魂生活」、「心靈生活」等方式轉換對死者的愛，體察受苦的意義，進而尋找到生命的意義（Attig, 2000, pp.33-53）。

張利中（2002）強調，「尋獲生命意義」似乎是人類在

面臨許多困境與災厄時的最終解決之道，這也如同Frankl（1963）所說的，痛苦在發現意義的時候，就不成為痛苦了。這就是為什麼人在某些情況下，寧願受苦，只要他確定自己的苦難具有意義即可；Yalom（1980）在與病人接觸中觀察到，能夠感受到生命有意義的病人比缺乏生命意義的病人更能擁有充實的生活，在面臨死亡時也比較能坦然接受。陳珍德（1995）訪談16位癌症病患，了解癌症病人在生病前後對生命意義的看法及影響生命意義的因素，研究發現：

1. 大部分的受訪者都表示生命的意義在於「付出」（愛與助人、家的使命），其次為「自我的擴展與充實」（包括盡己之力發揮自己、品格成熟、充實自己、由過程中得到領悟），第三項為宗教追尋（尋求主的真理）。
2. 多數受訪者當下的生活目標為「愛與服務」（利他助人、傳福音），其次為「關係與情感」（與家人、友人相聚），第三為「信仰的追尋」。
3. 得病之後，受訪者在價值觀上的改變是「看淡物質」及「信仰的追尋」，生活態度傾向「積極把握時間」、「珍惜與感恩」、「善度今生」及「無爭、不計較」等。從陳珍德研究呼應：當個人面對生命的有限性時，較能珍惜此時此刻而不是計畫未來，愛與付出成為生命的重心，而信仰的追求成為個人重要價值。

綜合而言，唯有清楚的認識死亡和接納死亡，生命的意義才有彰顯的可能性。死亡和生命是相互依存的，雖然死亡將導致我們的毀滅，但死亡（不可否認的真實及不完美的象徵）也是靈性的觸媒，知道生命的有限，因此會試圖和無窮的生命做連結，知道生命會受傷，所以試圖去發現生命的意義並以此做慰藉。

(二) 喪子女父母生命意義的陷落

通常父母會認為孩子應該比父母活得更久才是合理的，否則就違反自然、不公平（張淑芬，1996；Inese, 2001; Stillion, 1995），因此當子女過世時，父母會經歷一種無可彌補的失落，感覺身上的一部分永久殘缺，如同被截肢一樣（Stillion, 1995）。況且孩子也常代表著父母未來的希望，是過去與未來的連結，父母會將所有的希望與意義都寄託在孩子身上（Braun & Berg, 1994; Stillion, 1995; Parks, Laungani & Young, 1997），孩子死亡後，父母對未來生活的期望也隨著瓦解，這種無助感會導致父母挫敗的感受，自覺所有努力建構的夢想都被破壞了（張淑芬，1996；Inese, 2001），因此所引發的衝擊也是最強烈。換言之，孩子的死亡，對父母而言不只是單純的失落事件，更是一種自我的失落，身為父母普遍對孩子負有責任感，也會投注希望、期待和夢想在孩子身上，而孩子的死亡往往是無法預期，因此所引發的悲傷反應相當強烈，失落也是多重的。對父母來說，子女的死亡也代表生活意義的喪失；因此，子女的死亡不只是失落事件，同時也是希望的幻滅。

加上父母親將孩子的死亡視為不符合自然循環的事件，喪子女成為一種符號禁忌，無法對他人述說；而台灣民間習俗子女死亡父母不能哭泣，否則會增加孩子的罪惡，無法安心離開父母投胎轉世；加上台灣社會受到道教「輪迴」觀念的影響，除了需承受喪子之痛外，還會在乎他人如何看待自己——「他們會不會認為我前輩子造了多少孽，這輩子才要承受喪子女的懲罰」，這是很多父母的自我譴責，對自己的歸罪，讓喪子女父母或與親友隔離、自絕於社交圈；或在人前強顏歡笑，不敢顯露哀傷，這些「悲傷迷思」都有礙於悲

傷情緒的調適（葉何賢文，2002；許鶯珠，2004）。

台灣的父母失去子女的哀傷遠甚於其他先進國家，因為本土文化之養兒送終及宗教信仰等觀念影響，當孩子死亡，特別是兒子，對父母來說是希望的幻滅、香火的斷絕，加上如果子女未成年而死亡，台灣習俗中父母不能祭拜孩子、未成年者不能舉辦公開喪葬儀式……等，這些深藏在人們心中不盡合理的信念，將會影響個人在處理悲傷時的復原情形，特別是本來喪葬過程可以減輕家屬的哀傷（Worden, 1991／李開敏、林方皓、張玉仕、葛書倫譯，1999; Lensing, 2001; Heidemarie, 2001; Reimer, 2003; Strange, 2002），而當喪子女父母不能為孩子舉行公開的儀式，或無法在孩子的靈前哭泣，悲傷情緒的宣洩受到阻礙，很容易衍生為複雜性悲傷，失去生存的意志（Bellali & Papadatou, 2006）。

（三）喪子女父母生命意義的重構

儘管喪子（女）父母理智上知道子女已離他們而去，但在他們心中子女的形象是永遠不變的。這些父母通常很難了解情感撤回的觀念，但如將情感重新定位來看，父母在失落之後可以持續擁有與去世孩子相關的想念和回憶，同時找到一種方式讓自己可以過下去（Klass, 1995）。死亡不能剝奪人曾經存在的任何經驗，這是形而上的觀點，人存在的形體會因死亡而消失，但是人的本質是死亡碰觸不到的，本質是永不存滅的。是故，對某人的愛可輕易超越死亡，在對方死後仍然持續下去。因此，喪子（女）父母對於不可逃脫的生命苦境，若能勇於承受，從死亡事件發現可能的意義，從死亡焦慮中激發出創造力，進而了解痛苦之於生命，就如水之於魚，根本是不可離的，自然而然觸發人格或性靈上的轉變、頓悟或成長。所以說，生命中的危機往往也是生命中的

轉機，就如Frankl（1963）引述了尼采的話說：「懂得為何而活的人，幾乎任何痛苦都可以忍受。」反之，父母若無法發掘死亡所代表的正面意義，那他們的傷痛將會是一輩子的（Parks, Laungani & Young, 1997）。

如何協助喪親者渡過生命的痛苦階段？Neimeyer（2000）主張面對喪親者（包括喪子女父母親），諮商員應該引導悲傷者重建意義價值；Winkel（2001）也強調要重視「意義」在悲傷復原歷程中的重要性。當悲傷諮商研究重點在幫助喪親者發現或創造新意義時，因為意義的產生不是個人的，而是在社會脈絡下的人際互動產生的（Neimeyer, 2000），因此，相關研究開始關注喪子女父母會受到文化習俗的規範，影響了復原歷程（Klass, 1999），許多喪子女父母雖然哀傷難過，在社會文化約束下，卻無法放聲大哭（Strange, 2002）。Milo（2000）年以半結構式訪談及Grief Experience Inventory評量八位喪子女母親在子女死亡後的心理反應及因應策略，結果發現：母親們認為子女死亡經驗不是他們期待和希望的，且是生活所有事件中的鮮明經驗；子女死亡的經驗改變了她們的認同感、世界觀、關係、心靈及優越感；母親們覺得自己與所愛的孩子被拆開，讓他們失去與他人建立關係的效能；子女死亡後重新找到生命的意義和期待，通常他們就能再次恢復（對生命）知覺。但要重建生命意義，母親們必須透過重新定位我是誰及接受孩子死亡的事實來修通（work through）。

Inese（2001）針對203位喪子（女）父母所做的研究，發現大部分的父母從孩子的死亡學到寶貴的課程，對生命有新的體驗、更堅定的宗教信仰及自己從未有過的力量，因此也更加珍惜生命，接受有些事是無法改變的事實，並藉由幫助有相同遭遇的父母或擔任義工來使自己恢復正常的生活，

不但變為一個更關心他人的人，也從中發覺自己的不足，進而追求個人的成長。因此，喪子（女）父母若能從死亡事件中發掘失去的意義以及生命的意義，就能發現孩子的生命與死亡是有某種意義的；不僅如此，Klass（1995）也主張，使喪子（女）父母重塑一種價值觀，回答他們存在這世界的功能（沒有了孩子，我還應該做什麼？），協助他們找到現實世界的定位。這種新的價值觀讓這些父母活得更有意義，確信生命是有其意涵的，所以他們可以活在一既定的法則內。

但是許多父母親在孩子死亡後常自我封閉，阻絕人際交往，需要一段時間才能重新找到生活的意義。Murphy，Tapper，Johnson & Lohan（2003）的研究是五年長期的質性訪談、分析，以孩子（12-28歲）死亡6-28週、年齡在32-61歲的173位父母為研究對象，每隔三個月訪談一次，持續五年，評估其悲傷反應與意義重建，結果發現12%的父母在孩子死亡一年後找到生活的意義，五年累計有57%的父母找到新意義，研究結束，仍有43%的喪子女父母覺得生活沒有意義，顯示喪子女父母重建生活的意義不容易，可能需要尋求悲傷諮商。

Davis，Wortman，Cehman & Silver（2000）認為，要從失落和創傷中重建生命的意義必須經過「經驗失落的感覺」，也就是體驗失落受苦的經驗，同時不避諱的描述出來，也可以透過宗教尋求心靈的支持；才能從受苦的經驗中「發現益處」，也就是當一個人能了解死亡的發生對自己具有啟發性的；進而連結二者的認知，即接受原來認為無意義的創傷（親人死亡）經驗，對自己是有意義的，就能重建生活。

對喪子女父母來說，他們必須經歷一段自我認同的失序期，包括質疑「我是誰」、「我活著的意義」、「我是這麼

無能」等痛苦的歷程。在這一階段，Klass（1997）認為參加團體可以提供父母一個敘說的場域，將自己對孩子死亡的感受、認知與成員分享，也從同樣有喪子女經驗的成員回饋與分享中，與外在人際接軌，重新詮釋孩子死亡的意義，消除悲傷。Milo（2000）的研究發現：當父母親接受孩子死亡的事實，就能使用幽默感看待子女死亡的意義，在生活中重新得到孩子死亡後認為無助的控制力量，重建生命意義。

從研究文獻可知，死亡與生命意義之間的具體關聯，在於個人所建立的死亡觀念對其生命意義的實質影響，也就是說一個人對死亡的看法影響了他的生命意義。台灣的父母親在社會文化下（如葬禮禁忌、傳宗接代的觀念等），如何在孩子死亡後從傷慟的經驗過程中再建立起自己的生命意義，這是本研究想要探討的主題。

參、研究方法

一、研究取向：質性研究法之現象學

本研究的源起是研究者也曾經歷親人死亡之經驗，對父母親在子女死亡事件發生後，其生命意義不同的體驗與領悟之獨特性經驗感興趣，企圖透過溫馨不具威脅性的訪談環境與氣氛，引導受訪者對子女死亡事件的細述及解釋，獲得深度而有意義的資料；研究重點不在推論，而在於對研究對象的內心世界做更深入、真實的瞭解，探索受訪者對於子女死亡事件所賦予的生命意義脈絡，適合採用現象學取向的質性研究法，基於現象的還原、建構與解構之觀點，研究者在沒有預設立場與期望的前提下，經由訪談過程，受訪者與研究者之間的互動，進入受訪者的生命世界，透過受訪者的觀點

來檢驗子女死亡前後其所經驗的生活世界，以及所認知的事實，藉以理解其對子女死亡事件所賦予的意義與價值，以得到完整豐富的訊息。

現象學研究可反映幾個特點：開放性、立即性、獨特性、意義性及互為主體性（intersubjectivity）（高淑清，2000）。本研究探討的主題是子女死亡的父母親之經驗，對死亡主題的談論一般較為困難，現象學取向的「立即性」特別重要。立即性是指研究者與受訪者建立信任感之後，在溫暖不具威脅性的訪談過程中，引導受訪者對生活經驗詳細敘說，研究者也可以在訪談過程中對受訪者經驗內容即時詢問與澄清，所以立即性提供了研究者更接近受訪者生活經驗的機會，也因此增加了研究的效度（Drew, 1993）。

從資料的蒐集到分析，本研究秉持「互為主體性」的現象學特點，對研究主題及參與的受訪者抱持高度的興趣，研究關係中研究者不是主導的人物，而是關心受訪的喪子女父母先前的個人經驗，與加入研究後的自我覺知經驗；研究過程達到「互為主體性」的研究關係，喪子女父母加入研究的意願與動機強，願意不粉飾的敞開自己原本的經驗世界，而研究者對喪子女父母的經驗本身，也抱持高度的興趣與真誠的投入。

二、研究參與者

（一）研究對象

本研究之研究對象為子女死亡的父親或母親，由研究者依照研究目的，事先決定篩選標準，篩選標準如下：

1. 子女死亡的年歲不限，只要未婚，不論是意外死亡或預期性的死亡。
2. 子女死亡期間逾六個月但未滿十二年者。（因子女死亡

滿六個月，其父母多數已能接受失去子女的事實，並能討論之，也有足夠的時間對自己的經驗做一歷程性的瞭解。同時考慮到回憶的清晰度，以子女死亡未滿十二年者為限）。

3. 無精神方面的疾患，具備清晰的口語表達能力。
4. 受訪者來源管道為：(1)佛教各助念成員介紹，(2)親友介紹，(3)生命線志工介紹，經由研究者電話邀約，說明研究目的，同意接受訪談者。本研究正式訪談A、B、C、D、E及F六位受訪者，其基本資料如表1。

表1 受訪者的基本資料

編號	A	B	C	D	E	F
父母部分：						
性別	女	男	女	女	男	女
年齡	40	30	39	44	48	43
喪子(女)年齡	34	29	36	37	36	41
宗教信仰	佛教	無	佛教	無	佛教	佛教
職業	商	商	商	公	商	教師
教育程度	高中	高中	高中	大學	專科	高中
現存子女數	2女	1子1女	1子	1子	1女	1子
婚姻狀況	離婚	婚姻持續中	婚姻持續中	寡居	再婚	婚姻持續中
子女部份：						
死亡子女性別	女	男	女	男	女	男
子女的死亡年齡	3	4	5	10	10	17
子女死亡年數	6	1	3	7	12	1.5
子女死亡方式	癌症	癌症	心臟病	車禍	癌症	車禍

(二) 研究者的角色

質性研究中，研究者本身就是工具之一；在本研究中，研究者扮演訪談者、研究者、資料分析者等角色。訪談之資料由研究者蒐集，在訪談過程中研究者以同理的態度，把個人的經驗世界（喪女、喪親）放一邊，嘗試進入受訪者的內心世界，避免涉入個人的主觀經驗。由於悲傷經驗屬於深層的情感，在訪談時有可能引發受訪者的強烈情緒反應，所以研究者除了透過訪談技巧，以鼓勵受訪者做深度的自我開放，同時適時給予情緒上的支持及同理，以避免造成受訪者的傷害。

二位研究者曾經歷喪親（女兒、父親、弟弟死亡）的傷痛事件，為了避免在蒐集資料的過程中，受訪者的悲傷經驗引發研究者的情緒反應，而影響資料收集，因此在研究進行前，研究者已接受過專業心理治療師的協助、檢核，對於個人的悲傷已處理完善。雖然，在研究過程中研究者深深為受訪者在失去孩子後的勇氣及睿智所感動，不過，並沒有引發個人太多的情緒反應而影響研究的進行，因為在進入正式研究前，研究者很清楚研究主題和自己的關係，不斷的自省自身價值觀的經驗；在這同時研究者也檢視喪女、喪親事件對研究者自身的影響及意義，並隨時注意維持研究者的角色，避免研究者本身成為研究中的干擾因素。同時，研究者亦依據研究日誌在研究進行過程中所衍生的觀感等做自我檢核。

(三) 協同編碼員

為了提升本研究資料的信度，除了研究者外，尚邀請一位國外諮商碩士共同進行編碼工作。此編碼員目前任教於某國立大學，具有多年的諮商輔導經驗，同時熟悉本研究相關主題內涵，亦具備充分的能力。

三、資料蒐集、整理與分析

(一) 資料蒐集：深度訪談

本研究採用深度訪談法 (in-depth interview) 進行回溯性資料收集。研究者在資料的蒐集過程中，根據相關文獻內容、研究者的工作經驗及研究目的，預先擬定半結構式 (semi-structure) 訪談大綱，將此訪談大綱運用於先導性的研究上 (在正式訪談前，預先實地訪問一位失去孩子的母親)，了解正式訪談時可能遭遇到的問題，以及訪談時應該注意的細節，依據先導性研究所獲得的資料及受訪者的回饋，修訂形成訪談大綱 (附錄一)。除以訪談大綱詢問主要問題外，並視受訪者實際回答內容加以探問，同時對研究對象所呈現出的線索抱持「存而不論」的態度，以增加資料的豐富性與可信性。每位受訪者的正式訪談時間為2~2.5小時。

所有的訪談工作的進行由第一位研究者擔任，除了預訪外，在訪談完A母親後，由二位研究者及協同編碼員共同編碼，進行資料分析；之後，訪談工作與資料分析同時進行，最後再就六位受訪者資料分析、比較、統整。

(二) 資料的整理

本研究透過深度訪談蒐集喪子 (女) 事件發生前後父母的生命經驗，全程錄音。資料蒐集完畢後，將訪談錄音帶轉騰為逐字稿，包括受訪者在言語中的停頓、語氣、音調及其他非口語表現等都加以記錄說明。

(三) 資料的分析

資料的分析並非進行分割，而是由整體的視野對個別進行詮釋，由個別間的脈絡理解整體的意義，也就是從整體到部分的分析，又從部分回到整體 (高淑清，2000)，分析步驟如下：

1. **現象學的還原**：保持開放的態度，去除研究者先前可能對問題的預設，進入受訪者個人獨特的內在世界，用受訪者的世界觀來理解及詮釋其所談的意義。
2. **訪談內容整體感的掌握**：將訪談錄音帶逐字謄寫，重複聆聽，仔細閱讀逐字稿內容，將訪談內容視為一個事件的發生，以獲得整體的感受，得以提供意義單元呈現的脈絡。
3. **找出與研究主題相關的意義單元**：研究者與協同編碼員以受訪者的訪談逐字稿獨立進行編碼，在和協同編碼員取得一致性後，進行正式編碼。
4. **做分類與主題的命名**：將相關意義的句子聚集起來，給予分類名稱，形成概念，並加以歸納，以產生共通的主題。
5. **主題項的脈絡關係闡釋**：將分析所得出的主題回置於研究的整體脈絡或背景中撰寫摘要。
6. **統整摘要成核心概念**：將所有的訪談摘要加以統整並形成核心概念。
7. **協同討論**：將內容分析統整所得結果進行協同討論，並取得共識，形成結論。

四、研究的信度與效度

(一) 研究信度

為了提高本研究之信度，由研究者與協同編碼員共同分析研究結果，以避免分析資料過程受到主觀因素的影響。分析過程，由研究者與協同編碼員分別針對一份資料獨立編碼，於編碼完畢後，對於編碼間的差異及相同之處，進行討論，並計算出兩份資料間的一致性係數。為建立分析信度本研究採用評分者信度（scorer reliability），依據 Miles 和

Huberman (1984) 提出的公式，信度 = 一致之數目 / (一致之數目 + 不一致之數目)，求其信度。本研究達到一致性.85 的標準。

(二) 研究效度

研究者為使資料蒐集能兼具深度和意義，透過下面三個層面提昇本研究的有效度：

1. 訪談前先確認受訪者的受訪意願，選擇一個合適的談話空間，以同理、澄清、摘要、發問等方式蒐集資料，除減低研究者的主觀經驗對受訪者談話內容的影響外，同時因為在受訪者熟悉的場地進行訪談，可增加受訪者的安全感，提升談話動機。
2. 將訪談資料整理成逐字稿，參照研究日誌撰寫成個人描述文，交由受訪者親自檢核成為資料分析的依據。在研究結果與討論完成後，研究者邀請受訪者對有關研究結果之資料進行確認，並針對遺漏之處進行補充。
3. 研究者於訪談與分析資料時，隨時自我反省，覺察是否陷入主觀或不當的情緒中，以確保研究結果之客觀與正確性。

五、研究倫理

研究倫理的考量最重要的是不能讓參與者在研究過程中受到傷害，特別是喪子女父母已經歷生命中失落的喪慟，為了避免在研究過程讓這些父母再次受到傷害（如情緒、或死亡意象等），研究者做了以下的措施：

(一) 研究目的與過程的詳細說明

在徵詢受訪者的同意時，研究者清楚解釋整個研究目的與進行方式，並說明受訪者的權益。尊重受訪者的意願，在

訪談過程中，受訪者有權利決定訪談內容選擇性的公開，同時為避免受到二度傷害，受訪者有權利拒絕敏感性的訪談議題。如果在研究過程中，受訪者覺得無法負荷情緒的波動，可以隨時退出或終止錄音的要求，以受訪者不受到傷害為最高原則。

(二) 訪談地點的選擇

為了讓受訪者覺得安全、不受威脅，可以盡情的說出子女死亡經驗的生命歷程，研究者由受訪者自選訪談地點，六位受訪者皆選擇自家，在受訪者熟悉的場域進行訪談，有助於受訪者經驗的開放。

(三) 訪談資料的檢核

訪談資料整理成逐字稿後，撰寫成個人描述文，交由受訪者親自檢核才能成為資料分析的依據。研究者對於受訪者的身分資料嚴格保密，錄音帶與逐字稿則於整個研究結束後，由研究者銷毀。

(四) 提供團體諮商、轉介個別諮商

對於尚未走出悲傷或因訪談而引發情緒激烈反應者，及對生存感到茫然無助的受訪者，可能需要進一步的諮商輔導，研究者除了立即同理、引導情緒宣洩外，同時視受訪者的意願及情況，轉介相關單位提供個別諮商；研究完成後，應受訪者的需求，組成「陽光再現～生命重建團體」，提供有需求之受訪者及其他同樣經驗之父母，宣洩悲傷情緒，重建生活。

肆、研究結果與討論

根據六位受訪者訪談時所揭露的內容資料轉錄、分析，研究者歸納出主題如下：

- 一、喪子女父母在面對子女死亡事件的敘說。
- 二、喪子女父母在子女死亡後才開始探討或碰觸死亡問題。
- 三、喪子女父母的人生觀會因為子女死亡而改變。
- 四、從以工作賺錢為目的的生活目標轉向利他服務
- 五、宗教信仰、重新詮釋子女的死亡及利他服務是喪子女父母重建生命意義的重要因素。

一、研究結果

(一) 喪子女父母在面對子女死亡事件的敘說

1. A母親的喪女、再生一女、離婚的故事

A母親的女兒在六年前因癌症死亡。在獲知孩子得了無法醫治的癌症時，由剛開始的不能相信，認為是醫生誤診，及至病症慢慢浮現，失望及無奈的情緒湧上心頭。在茫然不知所措時去求神問卜，期望能為孩子的病情找到一個合理的解釋，同時希望藉由神佛的幫助來減輕孩子的痛苦。

眼見孩子的健康狀況持續走下坡以及日漸萎縮的身體，更增添A母親痛苦的感受，怪罪之前自己太投入工作，而忽略孩子的健康，導致病情的惡化，內心感到很愧疚。

「對孩子很愧疚，覺得是我造成的，因為我認為我去上班，沒有給她一個很充分的照顧，才會造成今天這樣子的情形。」(A56)

「為什麼我會愧疚？小孩子在生病的時候，我還是一

直要上班，如果不是因為我上班……我最不稱職的地方，就是我工作上的問題。」（A237）

照顧生病的孩子是一個艱辛的過程，特別需要有人給予精神支持及陪伴，然而鄰居因為害怕被傳染、避而不見和先生的冷淡態度，更加深A母親孤單、無助的感覺。

「只是她這個樣子，有的人就甚至會怕說她是不是傳染病……除了她乾媽，她乾媽也是我們鄰居的時候認識的，她會過來看看孩子，其他的都沒有。」（A112）

「我希望他（先生）能夠在我旁邊……希望他能夠陪著我，我真的很需要人幫忙……沒有人在精神上給我一些支持……那我真的就是很孤單的走過來，我自己真的沒辦法去想像，我是怎麼走過來的。」（A126）

在最無助的時候，宗教人士的出現以及種種不可思議的跡象，使得A母親相信是奇蹟的出現，因此更加認同宗教的力量；但當孩子在無預警下死亡時，A母親剛開始無法接受，但還是忍住淚水和孩子告別，請孩子放心的跟佛陀走，並請師父和師兄師姊等人幫孩子助唸、誦經；在孩子過世的四十九天內，A母親每天沉浸在悲傷的情緒中，生理上也出現許多不舒服的症狀；及至意外懷孕後，會將胎中的孩子與去世的孩子做聯結，甚至想像是孩子再來轉世投胎。

再生下小女兒後，先生外遇導致婚姻的破裂，讓A母親再一次承受無情的打擊。相較之下，A母親感受到孩子死亡的傷痛甚至超過離婚所帶來傷害；A母親經過三年的時間才逐漸走出悲傷的陰霾，她認為傷痛是可以復原的，只是需要時間。

「我覺得時間的治療是人類最大的一種治療方式，用時間來調適一個人的悲傷。」(A326)

2. B父親的喪子、遭資遣、再出發的故事

B父親的兒子在三歲多時因癌症死亡，從知道兒子得到致命的癌症，B父親不能相信這個事實，認為這只是個誤診；加上醫護人員在診療過程中不友善及輕蔑的態度，讓B父親很憤怒，決定不讓孩子在醫院接受治療，帶孩子回家用偏方來醫治，但當兒子病情惡化時，只得再回到醫院，就這樣二度進出醫院。

當時，面對孩子的病情，B父親顯得茫然不知所措；對孩子全心的付出以及經濟的透支，使得B父親陷入精疲力竭、窮途末路的困境。看到孩子受病痛的折騰，一度希望能採用安樂死的方式，讓孩子平靜的走，免得再受苦。不僅如此，這段期間又遭逢大舅子的意外死亡以及公司的裁員，情緒幾乎掉入谷底。

第三度孩子再發病送達醫院後，醫生自信的態度燃起B父親一線希望。因此，當孩子手術休克後心跳又恢復正常時，B父親高興的心情非筆墨能形容，更以孩子堅強的意志力為榮；孩子的情況漸漸改善後，B父親除了有重生的感覺外，也開始產生內疚、痛苦的情緒，自責未能即時送孩子就醫，讓孩子吃了許多苦頭。但是孩子經過一段時間的調養，病情突然急速惡化，B父親知道大勢已去，孩子要存活下去的機會極為渺茫，於是開始準備和孩子道別的話語。

在孩子去世的前一天，B父親就感受到孩子異常的行為，擔心、害怕的情緒產生。

「我說牛ㄟ爸爸要去○○賣滷味囉！奇怪他都不理我，我又叫他好幾次，小孩子他不曾這樣過。」

(B647)

「我一回來（凌晨）二點多左右，就覺得心情上有點起伏不定，自己覺得心情上怪怪的。我老婆又打電話跟我說牛牛很奇怪耶！睡一睡都會叫，我覺得會怕的那種感覺，我那時候是怕真正的是我們每天在想的那個事情。」（B661）

「雖然有準備，但是會有很多很多的遺憾就是，那時候無法調劑……」（B726）

習俗上，為了孩子好不能哭，面對孩子的遺體，B父親只能痛苦的忍住淚水。在孩子出殯後，為了償還借來的喪葬費用及之前所欠下的醫藥費，B父親很努力的工作賺錢（兒子死亡前B父親擺攤賣滷味），希望能早日償還債務；在思念孩子時，會到墳前和孩子說話，希望能透過夢境和孩子見面，同時也會幻想將來能夠和孩子再相會；有時也會產生憤怒的情緒而遷怒太太，覺得太太的情緒怎麼沒有受到影響；經過一年來的自我調適，身心狀況大為改善。

對B父親而言，孩子的形體雖然消失了，但傳遞的精神才是最重要的。因此，B父親一直在發揚從孩子身上看到的美德，同時也覺得孩子沒有白走人生這一趟旅程。

「我們牛牛真的改變我很多，他的精神改變我很多……他要給我們就是一種很正面的，寬恕和包容。有時候到那個墳墓前，我去看他，我會感覺說，他現在立的只是一個墓碑，我今天沒有去看，他一樣是在我的心中，他給我什麼樣的精神這是最重要的。」（B620）

3. C母親喪女、自責做錯決定的故事

C母親在女兒出生沒多久就獲知女兒有先天性心臟病，需要開刀。藉著吃齋、拜佛來祈求孩子能夠健康。一歲多，女兒接受第一次手術及照顧的過程中，讓C母親感到很心疼及煎熬，發願孩子若能平安順利，將來要到醫院當義工回饋。隔了三、四年之後，醫生告知孩子可以進行第二次手術，C母親第一瞬間做下「立即開刀」的決定，滿懷信心，認為孩子會復原的。當手術情況不是預期的順利時，引發了C母親的悲傷及自責，度過一年半渾渾噩噩的日子。

「那一年半的時間我自己是魂不守舍……我就覺得提不起勁來，感覺就是說阿人生也沒有什麼，也不過就是一口氣在吧！就這樣子。」（C56）

「我就是每天就是這樣，好像這樣懶洋洋的，坐在那邊，那比如說人家講什麼，我也不太愛搭理。除非他問我，我覺得我也是講話這樣啊愛理不理，啊隨便啦！」（C110）

「吃睡的話也不是都很好，比如說吃的部分我就覺得說吃不大下，或者說覺得吃就是吃，只是覺得這是因為身體需要這樣子。那睡眠來講，不好入睡，那段時間也會常常半夜就會醒來，那醒了之後就會用很長的一段時間才能入睡。……就是滿腦子還都是會想那個孩子。」（C112）

時間固然是減緩傷痛的重要因素，不過對於C母親而言，光是時間是不夠的，必須自己願意做改變才能真正的走出傷痛。

「當初我也是一直這樣想，就是時間……時間，我是

發覺不是時間，因為我那時候一年半過後，我還是會，就是說那種感覺還是相當不好的時候，我就覺得說不是時間就可以治療的。也不是時間就可以讓你自己把心境治療的，還是需要有一些警惕上的做法。」
(C207)

孩子過世一年半內，C母親一直陷在悲傷的情緒中，完全被喪女悲慟所淹沒，根本沒辦法注意到外界發生的事情，即使是其他子女的事情，她同樣只能以機械式反應或習慣性行為來處理。這時期的她全然封閉在自己的悲傷與逝去孩子的身上，直到兒子在學校出現偏差行為，才有所警覺，逐漸地將注意力轉移至兒子身上。同時靠著自我覺察，慢慢摸索出調適悲傷的方式，並且藉著宗教及書籍找到心靈寄託與安慰的力量，不僅產生了較大的信心，情緒也趨於穩定。朋友總是能夠給予適切的情緒支持，C母親在自己想法與朋友所提供的解釋中，找到了合理的轉移方式；雖然認為自己一年半後即已慢慢地恢復情緒的穩定度，但是她同時也表示，每次提到小孩或特別的節日，她被引發的思緒以及悲傷反應會比較強烈。

4. D母親與先生生死之約的故事

D母親原是單純的家庭主婦，照顧二個小孩（都是男生），與先生感情很好。在一次全家出遊途中，先生駕駛的轎車因視線不好，翻落山谷，造成先生及小兒子死亡；D母親帶傷救出大兒子（大兒子腿骨折）。

住院時傳來晴天霹靂的死訊，在未見到先生及孩子遺體前，D母親不相信；及至見到先生及孩子的遺容後，才真正接受已失去先生及孩子的事實，當時心中最大的願望就是能夠再一次擁抱先生。

先生及小兒子的死亡使D母親驚慌失措，完全失去處理事情的能力。但是舉行告別式之前D母親還得提起精神在醫院照顧受傷的大兒子；D母親形容這段期間自己每天只是過著行屍走肉般的生活，而且有強烈的生不如死的感覺，甚至產生自殺的念頭。不過，大兒子才小六，她還要活下去，所以她在先生的靈前與先生相約十年後兒子可以獨立了再見；而經常在夢中和先生及孩子相會，也會稍解相思之情。

辦完喪事兩個月後，為了經濟及排遣悲傷，D母親接受他人安排的新工作，雖然沒有信心，為了活著的大兒子還是很勇敢的承接下來，但心情始終是鬱鬱寡歡的。

失去先生及小兒子，D母親將全部希望寄託在大兒子身上，當兒子無法達到自己的理想時，不但造成大兒子強烈反彈，母子也經常為此產生衝突，讓D母親有心灰意冷的感覺。

「大家都走啦！就剩下他一個啊！我當然是對他期望很高啊！至少功課能好一點吧！將來能考上一個好高中、好學校，他爸爸也是一個很……很優秀的人才，我甚至……至少希望他跟……他不會輸給他爸爸這樣子啊！」

(D198)「其實我們二個也吵過很多次架，我一直逼他、要求他……他要聽我的要認真唸書，所以我們二個之間的衝突就很多。」(D200)

「你會有期待才会有生氣……那時候很生氣啊！我花了這麼多心血，我為什麼要把你救上來！」(D201)

及至大兒子升上高中，D母親覺得大兒子已經可以獨立自主，也是自己發展抱負的好時機，於是轉換至更具挑戰性

的部門工作，並且從新工作中找回自信，與大兒子的關係也改善許多，如此才逐漸走出傷痛的陰霾。

D母親表示，自己在遭逢喪親之痛時，未曾想過尋求協助，也不知該如何求助。同時覺得沒有親身經歷的人很難體會他人的喪親之痛。D母親在事後回溯中表示，還好先生的同事幫忙處理喪葬事宜，加上父母、朋友能夠適時提供傾聽、支持以及實際生活上的協助，同時藉由工作及閱讀相關書籍來舒緩內心所承受到的衝擊，否則她可能需要更久的時間去沈澱激烈的悲傷反應。

5. E父親人生歸零重新開始的故事

十二年前喪女、八年前喪偶的E父親，至今仍忘不了當時的情景。知道女兒得了致命性極高的癌症後，E父親配合醫療措施盡全力醫治孩子，希望孩子能夠康復。但是孩子的病情卻持續惡化，E父親不忍見孩子再受化療的痛苦，於是放棄醫療的處置；眼看孩子受病痛的折騰，E父親內心很不捨，又不知如何處理，於是去求神問卜，期望能獲得解答。

女兒在自己的懷抱中斷氣時，E父親表現的很沉著。從現象上看來，孩子應已死亡，E父親在當下還是有些不相信她真的走了，放下孩子後隨即播放佛號。

「走的那一個剎那當中裡面，我並沒有驚慌失措，我並沒有嚎啕大哭……我非常的沉……沉著，我非常的鎮靜，因為她就在我的懷抱當中，慢慢的呼吸慢慢的這樣……就喘不過氣來，就咳嗽，我這樣抱著她這樣拍著她，她就這樣走掉的，一口氣吸不上來就走掉了。」（E591）

「我知道她……她應該是走了，但是我還去懷疑是不是真的走了，之後就把她放好。讓她躺平，然後就

「……放阿彌陀佛的佛號。」(E599)

從孩子的死亡中，E父親領悟到緣起緣滅的道理，並且開始接觸佛法，認為學佛是生命中的一個轉捩點，對自己幫助很大。E父親強調是孩子的因緣促使他接觸佛法，學佛卻對他的生命產生重大的影響，也是幫助他早日走出傷痛的重要因素。

E父親表示，自己經過三年的時間才真正走出傷痛，夫妻關係也因共同經歷喪女的傷痛而更加協和，遇到困境時也是越挫越勇。E父親覺得孩子離開三年內是自己最痛苦難挨的，彷彿生命中少了一個依靠。

「事實上以我女兒來說那個時間是蠻長的，對！但是最……前三年裡面都還是很……很嚴重，應該說嚴重前三年裡面你經常會想到她。就是說好像你失去好像一個本來你好像有一個依靠，但我不是說依靠一個小朋友，對不對？那你心裡好像還有一個伴，覺得說好像有一個東西丟掉，你感覺到你要去掌控一個東西你沒辦法對不對？」(E76)

孩子的死亡加上被倒債的困境以及工作上的瓶頸，諸多的逆境，並沒有讓E父親感到挫敗，反而認為是對自己的一種考驗及挑戰。

「讓人家倒了重來，對不對？工作上也是這樣倒了又重來，工作辭掉又重來，再重新再去找工作。」(E396)

「嗯……當然有經過很多這種波折，但是這些波折我的想法是……在這種逆境當中，我把她當做是我們一種……一種給我們一個因緣，給我們一個刺激的一個

力量，就是當時那時候我就去力爭上游，所以她讓我去更增上，讓我去思考，我跟你說的用心去思考這些人生問題。」（E398）

孩子過世八年後，太太也因肥胖導致中風死亡，此時的E父親已經能夠坦然的面對太太的死亡；在孩子、太太相繼去逝後，E父親雖然企圖藉著忙碌的生活掩蓋內心的孤獨，不過，空蕩蕩的家，卻也讓他產生強烈的孤獨感，因此會期望能夠有個伴侶相互依存。在父母親及親朋好友的催促下，再度結婚，也再生了一個女兒，讓E父親感受到自己的生命似乎又回到原點重新開始。

「人生……我跟你說的剛剛在說的女兒跟太太這樣子，讓我感覺到人生一直歸零，譬如說我的工作，我就把它辭掉了，然後自己去創業，然後就是說現在又再……又再去上班，我重新結婚重新再生小孩子。」（E284）

E父親再婚後，目前女兒已二歲多，妻子又懷有身孕孩，E父親很高興和孩子的因緣，也感恩菩薩的保佑。但是，有時候會也會不由自主的叫錯孩子的名字，當然也很期待已去世的孩子再來轉世投胎。

「也都珍惜這個緣啦！對不對？表示這個緣都是很簡單的。我自己認為這是菩薩給我們賜給我們的小孩。」（E388）

「都還會去用○○這樣一個名字喔！或者自己的想法裡面沒有講出來，但是也是用○○這一個名字。」（E495）

6. F母親多重悲傷的故事

F母親的兒子死於車禍意外。在醫生告知孩子已車禍身亡時，為了不讓孩子的「靈」受到干擾，F母親壓抑自己的悲傷情緒，呈現出理智、堅強的一面。未出殯前一直陪伴孩子的遺體並且誦經迴向給他；同時告訴孩子要接受自己已死亡的事實，並且要孩子一起唸佛。

「……我是愣在那裏，然後馬上很堅強……就對著他的臉，摸摸他跟他講，我說：弟弟你怎麼跟二舅走了，你跟二舅走了，你知道嗎？你已經跟二舅走了，那你應該要勇敢，媽媽馬上陪你唸佛號。」（F20）

「很堅強很堅強，真的好堅強，我自己都覺得嚇一跳」。（F21）

壓抑的情感，使得F母親一直處在痛苦、矛盾中，生活也變的毫無意義可言：

「那我一直活在很掙扎的……我不要他感應到我的痛苦，我怕他的靈也會難過，所以我一直要自己很堅強，可是我又真的很想他，所以其實我活在這個夾層裏面，我好痛苦……之前那種一塊大石頭綁在心裡，要哭也哭不出來，是真的哭不出來耶！然後要說也說不出來，就表達不出來，那種真的好痛苦，剛好有一段時間幾乎是，不管面對生活或什麼，幾乎是沒有感覺的。」（F89）

孩子生前的叛逆，造成F母親很大的痛苦，同時感受到孩子生活的很不快樂，因此對於孩子的死亡，F母親似乎有一種母子相互解脫的感覺，並且從夢境中也感受到孩子已得到解脫。

「可能之前他給我們的痛苦真的很大很大，我的一點感覺是各自的解脫……其實我對他的感情，在他叛逆期的時候給我的傷害，我的感情已經幾乎是死掉了，那種感情方面死掉的感覺，我覺得好痛苦ㄟ！」
(F124)

「其實那時候的想法都很正面，因為我知道他活得很痛苦，活得這麼痛苦，能回去不如就早點回去好了這樣子。」(F55)

「他有一次我夢見他變成很溫和的小猴子，他的手很柔軟很柔軟，在我臉上寫兩行字，在我的右邊寫著『媽別難過了』」，在我左邊寫著『我已經解脫了』，就跑到深山裏去讓我找不到了，我起來我很難過，可是我知道他在安慰我。」(F78)

F母親的媽媽在孩子過世半年後也撒手人寰，身為大姐的F母親只是很理智的想為母親做事，並沒有多餘的時間去感受悲傷的情緒。直到母親出殯後悲傷的反應才開始湧現，不僅身體出現嚴重不適，精神狀況也極不穩定。此時，F母親才覺察到，孩子未出事前，自己其實已出現憂鬱的症狀，對人生也抱持著悲觀的看法，同時會有不想活的念頭，只是未特別留意而已，她說：

「我現在回想回去，那時候早就已經就是憂鬱症了。那時候其實我對人生就已經半點希望都沒有了。」
(F107)

「然後他過世前也是發作過一、二次，到我媽過世，辦完喪事的時後，突然很嚴重，幾乎不太能起床……就是會極度的虛弱感，那種虛弱感就是會虛弱到幾乎

要走掉的那種虛弱，對！那再來就是心跳會異常這樣子，然後就是手腳都會發麻、僵硬……精神狀況其實很不好，會很厭世……會很厭世。」（F72）

二年內三個親人（弟弟、兒子、媽媽）的死亡，F母親意識到自己其實還一直處在傷痛中，並未走出死亡事件的陰影。

「其實我知道我還沒有完全走過來，還沒有完全走過來，我想到他我還是很難過，縱使他的惡緣了了，是該回去了，可是就是會覺得還是蠻痛的。這好像……我自己其實並沒有我所想像的那麼勇敢，我如果真的那麼勇敢的話，我應該要走出這個痛才對。」（F82）

不過，F母親也表示，目前情況已有改善，自己不但逐漸可以釋放壓抑在心中的情緒，並且可以不用再依賴藥物來控制身體了。

（二）喪子女父母對死亡議題的探討

本研究受訪者除了F母親外，在子女死亡前大多未曾接觸死亡事件，加上社會文化將死亡視為禁忌話題，避而不談，因此，子女的死亡讓父母親面對死亡議題的態度從「不想碰觸」轉向「探問生死何事」，既而正視死亡的議題，認知到「死亡是無可避免的」、「有意義的死亡」，當然，也有父母親雖談生死，但仍有「死亡的懼怕」。

1. 不想面對死亡議題

當子女為面臨死亡事件時，大部分受訪者不曾探討死亡問題，也不想碰觸該議題。B父親就認為：

「船到橋頭自然直，我不會去探討（死亡），……該怎麼樣就怎麼樣。」（B624）

死亡對D母親而言似乎很遙遠，況且自己也不想去碰觸，她說：

「因為我們家太幸福了！而且我們家人都是很長壽，我外公、外婆都很長壽，都沒有沒有碰過這種事情。」（D67）

「其實我也不願意去接觸、不願意去碰。」（D236）

2. 待問生死何事

直到面對孩子的死亡事件，讓他們體會到死亡是無法避免的，必須正視它。C母親在孩子經過第一次的心臟手術後，在急診室親眼目睹危急、傷重的病患，讓她對生死有更多的感觸，也開始思考有關生命的問題，她說：

「事實上我的孩子有這毛病之後，我覺得也讓我自己有去考慮到生命的問題。那我以前在外面上班，騎摩托車回家時心中就想，今天一天又過了，那如果明天忽然發生什麼事或怎麼樣的時候。」（C43）

E父親就因為女兒死亡的傷痛，觸動內心深處，開始探索有關生死的問題，想了解生命到底是怎麼一回事，他說：

「只是說想要去……去探索一些生命到底是怎麼樣？生命的意義到底是什麼？對不對！啊生命的這個目的又是在什麼？就想要去探討生命跟生命它的目的地它的意義，去尋找，尋找這樣……一個東西。」（E104）

3. 死亡是無法避免的

子女的死亡讓受訪的父母親正視死亡議題，A和C認為：

「我是覺得死亡是一個必須要正視的問題，……很多人他們不明白，很怕去提到，尤其中國人……」

(A370)

「人有一天總是會走到這個地步……那就覺得說，死亡是不可避免的。」(C130)

「我覺得死亡是一種生、老、病、死，是一種正常的現象。這死亡就是說，能夠坦然面對的時候，當然要安排好死亡。」(A348)

因為有準備、安排，面對死亡也就沒有放不下的牽掛，
B父親說：

「也可能是我兒子他給我很正面的影響，所以生跟死對我現在來講……我現在如果說要面臨說，要下一步要死亡的話，什麼包袱我放不下？我沒有包袱，我感覺我沒有什麼包袱，我沒什麼放不下。」(B914)

但對死亡的無常，仍有感觸，E父親就說：

「任何時間都有可能死亡，因為死無常，我們時時刻刻都可能死，對不對？嗯！什麼時候死亡你不知道嘛！對不對？這是最……最深的一個感觸。」
(E261)

4. 有意義的死亡

雖然每個人都會死，但要死的有意義，B父親說：

「面對死，我覺得我……基本上，我不怕死啦！但是我是怎麼死的，我是做什麼死的，這……這對我來講可能就比較有意義一點。你在使用你身體的狀況之下，是什麼方式、什麼狀況之下走的，我今天如果是酗酒，或者是說生活不當就這樣走了，那個沒有什麼意義啦！」(B1210)

F母親則是希望帶著善緣死亡，她說：

「就是之前理智告訴我的，人的走都是早晚的啊！只是他的走是帶著善緣走或惡緣走這樣子，他如果帶著善緣走對他的幫助是好的啦！那如果萬一是帶著惡緣走，那勢必又要糾糾纏纏了。」（F121）

5. 死亡是可怕的

A母親覺得目前孩子還小，自己責任未了，況且死亡必須與親人分離，因此對死亡會有恐懼的感覺。

「這死亡是一個很恐懼的事情，對每一個人最大的恐懼，就是他要離開自己的親人。因為我現在事情都還沒做好，為什麼？小孩還小，當然也會恐懼。」（A351）

對死後世界的未知，使得F母親面對自己的死亡會感到害怕。

「很可怕！我在想說，今天如果我們面對死亡的話，我的靈可能會走的很亂，因為其實我們對死後那些事情根本完全不知道，如果真的我們的靈要脫離身體，我到底要做什麼自己根本完全不知道。」（F117）

(三) 喪子女父母的人生觀會因為子女死亡而改變

與死亡議題相似，受訪的父母親在子女的生命沒有受到死亡威脅時，除了D和F母親外，很少思考自己對人生的看法。未發生奪命車禍前，D母親對人生充滿希望；F母親則因為個人的情緒低落，覺得生活死氣沉沉。經歷子女死亡事件衝擊後，開始認知到「人生無常、生命無法掌控」、「人算不如天算」、「生活沒有意義」，因此會傾向「即時行動、

珍惜生命」、「隨緣」、「不計較」。

1. 充滿希望的人生

D母親覺得自己有個美滿和樂的家庭，對人生充滿希望，自覺自己是全天下最幸福的女人，她說：

「（先生、孩子死亡前的人生觀）當然是不一樣，一個是先生，先生的表現很優秀啊！啊我們兒子的表現也很好啊！我也很滿意啊！所以我覺得我是全天下最幸福的女人！」（D253）

「我比較不會規劃未來，不會去想那麼多，因為我覺得現在比較重要不會去煩惱，呵呵呵！由他（先生）去想，這個事情由他去想，天塌下來反正有人頂著。」（D262）

2. 死氣沉沉的生活

F母親則因已存在的憂鬱傾向，總覺得生活死氣沉沉，完全沒有一點活力。

「在三年前，我對人生一點熱情都沒有，完全都沒有熱情，我覺得這樣活得好痛苦……其實那時候就已經陷在憂鬱症的狀況裏面了。」（F108）

3. 人生無常、生命無法掌控

子女死亡後，A、B、C、D及E五位受訪者都覺得生命是很難去掌控的，無法按照既定的軌道行走，會有許多突如其來的變化，C母親說：

「我想就我講的，就是說生命無常吧！……（孩子的死亡）就會比較會體驗到其實生命真的就是呼跟吸一線間而已。」（C118）

「（孩子的死亡）讓我知道人生就可能會這樣子。而且有些事情……不是你想像中的，阿按部就班安排好就是都可以成就、都可以圓滿的，……慢慢去感覺到，怎麼講生命不是我們可以掌控的。」（C261）

B父親和E父親都覺得什麼東西我也掌握不住，E父親說：

「嗯……是你對這樣一個無常會更……更相加啦！或是對我們的生命的那種……不可控性，我們很難去掌控他，並不是說我們所能夠規劃，規劃我的人生要怎麼樣？我要怎麼就可以……」（E157）

4. 人算不如天算

孩子的死亡，讓受訪的父母親有生命冥冥之中似乎早有安排，B父親就認為：

「生死有命，富貴在天，有一些事情冥冥之中當中它好像有些註定，但是不是百分之一百。」（B188）

A母親也感慨人算不如天算，她說：

「有人說，生命可以自己創造，那我是有點說真的人算不如天算。有時候老天爺在算，我們自己怎麼算，我們都算不過老天爺……所以我覺得人喔！好像就是該註定怎麼樣，就好像我女兒的走，我就沒辦法去避免的問題。」（A376）

5. 沒有意義

孩子的死亡也帶走父母親生活的熱忱，F母親就說：

「生活熱情生命熱情，我現在一點都沒有，沒有希望，沒有什麼好讓我期待的。」（F127）

同時失去先生和小兒子的D母親認為生活中縱使有再大的快樂，沒有先生及孩子一起分享也是不具意義的。

「你在這邊（世上）活得更快樂有什麼用，活得更有信心有什麼用，沒有另外一個人跟你 share 啊！」
(D257)

6. 行動、珍惜生命

失去孩子，B父親體會到生命的可貴，必須把握當下做該做的事，時間的流轉不會因任何人而停下來的，他說：

「就是說你現在要做什麼事情，你對什麼人做什麼事情，你趕快去做，趕快去做。不知道下一秒鐘會怎樣……你不要讓自己去後悔，世界不會因為你停下來，下一秒鐘也不會因為你就不動。」(B785)

7. 隨緣

子女的死亡讓受訪者在事情的處理上會抱著順其自然的態度，D母親說：

「我覺得也沒有什麼期待啦!也不要想太多，看到一件事情就是處理一件事情，因為你也不曉得你人生的階段還會再碰到什麼，這個都是不可預料的，那我也不會去強求，你能碰到什麼就是什麼。」(D261)

C母親覺得隨緣心情反而比較輕鬆，她說：

「如果說計畫之後，不是原來就是說你當初計畫的那個答案，我就會比較可以接受……不會說一件事情一直擺在心上。」(C262)

「那我現在我覺得說我隨緣之後，反而比較不會造成自己的一種負擔……」(C278)

F母親雖然採取隨緣的態度，但卻覺得很消極。

「就是隨緣嘛！就是很消極這樣子……可是我又有一個正面的訊息告訴我，你說努力都沒有效果嗎？」

(F102)

8. 不計較

面對人世的無常，使得受訪者在生活態度上會更豁達、更不計較，A說：

「人生觀比較豁達，不會像以前說，很計較於某些事情上。」(A258)

「現在小孩子（弄壞東西），我會覺得說，真的是沒有關係的，東西壞掉了，我們本來東西就不是說永遠都會完整的，我們再買就好了，小孩子不是故意的。可是以前不是，以前會去責怪她。」(A173)

工作上也是如此，C說：

「我覺得我有在改變，就是說不會像以前比較會抱怨，或者說你還是非得去做不可，但是你做了會有那種怨恨……不是怨恨，就是那一種怨氣會出來。那我覺得現在就是不會了，我就是以平常之道，就是說你今天只要是你自己要去做的，你就是怎麼講你就是甘願去做歡喜去做這樣子……會多了比較包容的心。」

(C124)

(四) 從以工作賺錢為目的的生活重心轉向充實自己

子女未死亡前，父母的生活重心在家庭與工作、以賺錢為主；當子女死亡後，體會到人生的有限性、生命的脆弱，除了關注活著的子女外，喪子女父母看淡金錢名利，開始將

生活的重心轉向充實自己、關懷他人、宗教的追尋。

1. 子女死亡前家庭與工作為生活重心

在喪子（女）前，家庭及工作在受訪父母親的生命中佔了很重要的地位，A用心於家庭的經營，她說：

「我對家充滿了憧憬，充滿了希望，真的用整個的心讓孩子有很好的環境，接受那些教育，然後有很舒服的……」（A60）

D母親的責任就是照顧一家人的日常生活。

「晚飯弄好這樣子回家吃。就是這樣子啊！家庭主婦就是這樣子。」（D209）

「我在家裡的工作就是負責拿東西餵他們這樣子而已，就是其實就是每天的日常生活的照顧。」（D178）

B和E父親工作之餘就是陪太太和小孩。

「我很重視家庭，我不管怎樣我都要跟我的家人在一起這樣……那我本身我很喜歡小孩子的……我跟我的小朋友的感情都很好。」（B84）

「工作回來就是陪太太陪小孩子可能去玩或者這樣子……」（E54）

2. 努力賺錢讓孩子生活舒適

受訪者在子女死亡前很賣力的工作，無非就是希望賺更多的錢讓孩子有舒適的生活，A母親說：

「以前我真的是，馬不停蹄的上班，就是希望，因為她爸爸又是比較沒有責任感，我就是希望她們過的比

我們好，然後把全部的物質上的生活，能夠給予她們的就給予她們。」(A59)

B父親的目標也是經濟、事業。

「目標也應該都是在經濟上面、在事業上面……不要說小孩子連要買個衣服，買個喜歡的衣服一兩佰塊都買不起。」(B488)

3. 看淡金錢名利

名和利在歷經孩子死亡的傷痛後，對受訪者來說就顯得微不足道了，雖然生活上的現實必須去從事工作，但是不把賺錢擺第一，A母親說：

「不會再像以前那樣的斤斤計較，那麼、那麼對金錢上的追逐，我會就是說，把金錢看淡。」(A283)

因為看開生死，名利對D母親就不是那麼重要了，E父親也覺得名利的虛幻，他說：

「其他的工作上我就並不會感到說一定要賺多少錢來。在名利上我不會去追求這些名利上的一個問題，那是空虛不實的。」(E272)

4. 以現存的孩子為重

失去孩子後，受訪的父母親在復原歷程中，其他的子女會成為他們生活的重心與支柱，A母親說：

「我的孩子還是我的重心……」(A338)

「就是重心放在孩子身上，然後去上班，我也沒有能力再去想一些其他的事情」(A361)

F母親覺得孩子是支撐自己活下去的動力，她說：

「就是我大兒子，我知道今天只要我怎麼樣了，他絕對撐不下去，因為他長這麼大了，只有我有給他愛，爸爸也沒有陪著他成長，今天弟弟的走，對他的一個打擊其實也不輸我，如果我再怎麼樣，我相信他絕對會崩潰……絕對會崩潰，所以應該是他支撐我必須要再更堅強這樣子。」(F95)

5. 充實自己、為自己而活

孩子死亡、先生外遇、離婚，接二連三的打擊，讓A母親體會到，人應該活出自我，而非受制於人，於是選擇離開前夫過屬於自己的生活。

「我沒有辦法，因為不知道是誰告訴我的，說生活是自己去選擇的，那我要告訴我自己，我不想這樣過我的下半輩子，我已經很苦了……我不要再像以前那種，我想要過屬於我自己的生活。」(A276)

除了工作外，A及D二位受訪者，也想要多培養興趣及充實自己，使自己可以不斷學習和成長。

「可能就是我們必須還要自己充實自……因為我覺得說，現在英文啊，語文能力很需要，我有機會，我就跟著孩子一起學英文喔！」(A339)

「然後學一些自己的興趣吧！自己的生活啦！對啊！自己的工作、自己的興趣這樣子慢慢去培養。」(D250)

(五) 喪子女父母重建生命意義的重要因素

宗教信仰、重新詮釋子女的死亡、夢的連結及利他服務是喪子女父母重建生命意義的重要因素。

1. 學佛——生命的轉捩點

C、E及F三位受訪者在死亡事件未發生前並沒有深入的宗教信仰，孩子過世後才開始在宗教方面做探索，未來則希望藉著學佛求得心靈的平靜以及提昇生命品質，也為將來的死亡作準備。

「……志業方面就是我去學佛，把學佛這方面來提昇我自己。但是我坦白講我……我去學佛只認為說我把方向是抓對了阿不只……不只說我一直往上提昇，我要一個終極的一個目標，那我會學佛以後我立定一個終極目標，就是我想要去成佛。」（E337）

「然後可能會深入佛學，然後去多了解一些生死之間的問題，然後人死後是怎麼一回事，來協助自己某一天自己總是會死的時刻。」（F118）

接觸宗教後，喪子女父母不但為自己傷痛的情緒找到出口，心靈也因此得到休息進而有踏實的感覺。以C母親為例。

「……就是說去尋找一些有關宗教怎樣，那就說從宗教方面，怎麼講，去得到一些安慰……」（C55）

「接觸佛法，就是感覺心靈上會比較踏實，不會覺得忙忙忙這樣子。」（C269）

「跑這些道場其實多少還有一些是我們自己在調整我們的心態，調整我們自己的心情。」（C188）

E父親強調是孩子的因緣促使他接觸佛法，學佛卻對他的生命產生重大的影響，也是幫助他早日走出傷痛的重要因素。

2. 重新詮釋子女的死亡

縱然失去孩子造成很大的傷痛，C母親還是很感恩孩子帶給自己與先生的成長，同時在接觸佛法後，慢慢地將對孩子的思念轉為祝福孩子。

「其實女兒的離開雖然是我們生命中的一種很大的傷痛，可是回過頭來講，就是因為女兒的離開，才讓我們有一種成長，在自己的人生路上，各方面都有，才讓我們有一種成長。」（C264）

失落的感覺，讓E父親開始思考和孩子之間的因緣關係，也體會到因緣生因緣滅的道理，同時感受到孩子是用生命來渡化他，提醒他人世的無常。

「為什麼你跟我有這樣一個因緣，來當我的女兒，然後隔一段時間以後她為什麼這樣的離開。她是一種緣起，她跟我的因緣就到這邊，也許她有……有很特別的special一種因緣才能告訴我這樣子，告訴我這個人生的這種無常。」（E484）

「對！她任務已經完成了，然後可能這樣子我們自己迷失了，她……她來給我們點醒。」（E492）

「在那一段期間很快我就體會到一個……一個緣起的這樣的一個觀念……就是人比較初步的去接觸到這種緣起，我知道這是一種緣起一種緣滅。」（E29）

3. 夢的連結

透過夢境和孩子取得聯繫，從夢境中得知孩子在好的地方，同時藉此回憶來減緩對孩子的思念，可以讓喪子女的父母親放心，同時敢表露自己傷痛的情懷，F母親說：

「我會強迫自己每天晚上要做夢，我也要夢見他，我希望他在夢裏面回來給我抱抱，然後我也會強迫自己把夢境記下來，讓我醒來的時候我有事情可以去回味。」(F77)

「比較能感應到他有在佛祖身邊，因為他有一次給我先生夢到穿著華麗的衣服，在鄉間小路，對著我先生笑咪咪的……在做對年之前來給我夢都還有點捨不得，做完對年之後再來給我夢就都笑咪咪的，所以我知道至少他是往好的發展，之前我還不敢確定他的靈是不是好的時候，我都不敢表達出來，後來我越來越感受他的好的時候，我就慢慢地比較能釋放出來。」(F87)

D母親無法從書本中獲知先生及孩子的去處，她說：

「因為我看了很多書，我看了很多書，我想應該是沒有答案的，這種事沒有答案的，因為你找不到他們！」(D158)

在先生、孩子過世的一個月裡，D母親經常夢到他們生活在一個美好的世界，她說：

「嗯就是說在那一個月裡面，我就是說我第一次作夢，我兒子托夢就是說……我夢到了我先生，大概沒多久吧！我就作了好幾個夢，就夢到我先生，而且那個……那個場景都是很漂亮、很美麗的，然後他告訴我會常常來看我們，甚至我說我覺得我小兒子，還是跟以前一樣，就是……還少一根筋，他們二個都在。」(D134)

從夢境中，D母親才能為自己傷痛的情緒找一出口，她說：

「在……另外一個世界，他是生活的很好……慢慢的……心比較定下來，其實就是愈來愈有穩下來，比較不用去擔心他了。」(D137)

4. 利他服務

子女的死亡，讓受訪者在生活中開始著重對人的關心與付出，並且覺得到能夠服務、幫助別人，是他們生命中很有意義、很快樂的事。E父親在921地震曾到災區服務，現在還到少年輔育院當同化志工，為那些青少年上課。

B父親和D母親也以能夠助人為樂，

「能夠幫助誰，能夠給人家什麼，做得到的範圍之內我絕對不會去推拖。我今天如果說因為這件事情而……因為幫助這個人而怎麼樣的話，我覺得我很有意義的」(B1037)

「因為我們有個同事太太也是今年年初吧！今年過世，也是突然的……就是會打電話跟他聊聊，他就跟我講一句話說：「還是要曾經碰過的人，講的話他才能夠可以了解，可以了解那種想法」。他有用感覺，其實那我就很滿意了」(D277)

歸納而言，孩子的死亡，引發大部分受訪者對生命意義的質疑與探索，並且感受到生命的變動性與不可掌控性，亦開始注意到周遭同樣受苦的人，因此，很願意真誠付出愛與關懷給需要幫助的人；生活上也從重視物質、計較小事轉而成為包容大量、看淡金錢、名利，同時親人彼此會有更深的珍惜與體貼。不僅如此，透過死亡療傷的過程，大多數的受

訪者更懂得珍惜人生，更知道生命的意涵，又由於深知死亡的意義，才有智慧和勇氣去承擔一切挑戰和痛苦。換言之，喪子女經驗徹底改變受訪者對往後生命的看法，而且形成一種新的生命價值，並且付諸於生活的實踐。由此可知，孩子的死亡並非只是傷痛和不幸，它亦能為父母帶來正面的影響。

二、綜合討論

(一) 子女死亡改變了父母的生命經驗

本研究受訪者在子女死亡前幾乎不曾探討及碰觸死亡問題，生活的態度是以家庭為重，生活目標就是努力賺錢，雖然人生觀也可能是人生無常、生活沒有意義，但卻能樂天知命；而在子女死亡後，受訪者開始思考死亡的意義，人生觀雖然仍有人生無常、生活沒有意義、生命無法掌控、人算不如天算等感慨，但也開始體會即時行動、珍惜生命的重要。在生活態度上，開始學習為自己而活、愛與付出、看淡金錢及名利、隨緣、不計較、以現存孩子為重；生活目標則放在助人、當義工、宗教的追尋、充實自己等。

本研究結果呼應Klass（1995）的觀點，就是父母親生命內涵是以子女為主的；也從未思考「死亡」的議題，因此，在子女死亡的時候，當父母親還沒有找到合理的解釋可以說服自己孩子的死亡是有意義的，則父母的生活開始失去目標；與外界的聯結鬆動了，哀傷的父母親會遺忘自己還有其他小孩要照顧，不喜歡與人接觸，害怕要重新敘說子女死亡的經歷，改變了社區／家庭成員關係，甚至影響夫妻關係導致離婚；喪子女父母會覺得自己有罪疚感，沒有照顧好子女，甚而認為上天在懲罰他。

不論是從子女的死亡中或從宗教中（與超然的聯結）找

到生命的意義，喪子女父母藉著當義工建立起與社會的聯結，重新尋回自己的地位與力量，進而改變自己的生活目標，關注其他子女。

(二) 適當調整悲傷過程將可促進彈性思考、自我的擴展和新生活的適應

在本研究中發現，大部分的受訪者經歷孩子死亡的傷痛事件後，雖然會經歷初始階段悲傷失落，活著的意義何在的生命陷落期，而當受訪者認知這些經驗也帶給他們思索死亡的議題，體會到人生的無常、生命的可貴，以前所重視的名利權位等大多不再有意義，對人生及死亡更加的豁達。也發覺自己變得更成熟，生活地更充實，對人更加的憐憫，同時更能同理及體諒他人的傷痛。這樣的發現與Robert（2000）的研究結果相似，也就是說喪子（女）事件乃是深刻的生命體驗，這些體驗徹底扭轉或塑造了個人對自己及其生命未來的意義，也改變了個人對自己及其經驗所賦予的意義。死亡往往迫使人重新思考自我與世界的存在，賦予心靈轉化與超越的力量。因此，悲傷若能經過正確的調適，不只可以促進個人的成熟與發展，增進因應技能同時也提供了個人成長與改變的機會，所以說生命中的危機也是生命中的契機，提供了轉變的機會。由此可知，若能夠克服失落的悲傷，進而改變對生命與死亡的態度，並對自身生命進行反思與洞察，同時為死亡賦予新的意義，就能為自己開啟另一世界的門。

(三) 生命的意義來自於認知、真實的情感體驗及行動的參與

本研究中大部分受訪者面對痛苦的反應中看出，他們在面臨人生的苦境時，能以一種超越現實的立場來看待自己的處境，以正向的觀點賦予苦難意義，為自己找到一個看待生命的新角度，進而能忍受孩子死亡的痛苦，也能從中發現意

義。亦即喪子（女）事件的發生，使他們在認知衝擊中得以展開為自我意義體系尋求另一次整合的契機，並因而獲得改變與發展。同時，對經驗意義進行主觀詮釋的過程不止賦予經驗意義，也以此有意義的態度去生活，將受苦體驗與意義做連結，意義的賦予成為痛苦的出口，這如同Frankl（1963）提出的觀點，人若能體認到生命的新意義，即使在最艱困的情況中也能活下去。

本研究與Inese（2001）針對203位喪子（女）父母所做的研究結果相似，大部分的父母會從孩子的死亡學到寶貴的課程，對生命有新的體驗、更堅定的宗教信仰及自己從未有過的力量，因此也更加珍惜生命，接受有些事是無法改變的事實，並藉由幫助有相同遭遇的父母或擔任義工來使自己恢復正常的生活，不但變為一個更關心他人的人，也從中發覺自己的不足，進而追求個人的成長。因此，喪子（女）父母若能從死亡事件中發掘失去的意義以及生命的意義，就能發現孩子的生命與死亡是有某種意義的；不僅如此，Klass（1995）也主張，使喪子（女）父母重塑一種價值觀，回答他們存在這世界的功能（沒有了孩子，我還應該做什麼？），協助他們找到現實世界的定位。這種新的價值觀讓這些父母活得更有意義，確信生命是有其意涵的，所以他們可以活在一既定的法則內。

（四）從宗教領悟來詮釋死亡的意義

本研究中六位受訪者都曾試圖透過書籍、宗教本身來解答他們因死亡所產生的困惑，其中A、C、E與F四位受訪者皆信奉佛教，他們會求助於師父、唸佛經、佛號、吃素來穩定心緒，同時趨向於用宗教的角度來看自己所遭遇的痛苦，並以宗教的觀點賦予孩子死亡的意義，宗教在這方面能帶給

他們生死的答案與永恆的希望；此外，B父親雖無正信之宗教信仰，但時常往來於寺廟之間，擲筊、神符、問神，卻也為不確定感之心境覓得寄託與安置。此研究發現與Yalom（1980）的研結果相似：宗教信仰者有較低的死亡焦慮，對死亡抱持正向的情緒，能以宗教上豐富的教理降低死亡焦慮。本研究也與李佳容（2002）的研究結果相吻合，也就是對喪親者而言，在復元力因子中之宗教因素發揮了穩定作用。由此看來，宗教信仰符合悲傷中的父母尋求答案以及精神寄託的需求，宗教信念能帶給喪子（女）父母一種力量，藉由祈禱或種種宗教儀式，能讓父母感覺到逝去的子女在宗教中存在的意義。

(五) 「愛」與「付出」對自我效能產生正向的提昇

對Kubler-Ross來說，人生最重要的是學習如何愛人和被愛，毫無條件地（庫伯勒-羅斯，1997／李永平譯，1998）。所以說，死亡是生命終止而非關係的結束，只要有愛長在雖死猶存。「愛」讓一切變得可以忍受，「愛」是生命意義之重要條件；因此，Dr. Mango才說，最深的痛是無法藉技術來消除的，除了「愛」（引自Joe, 1997）。

人生最難得的是無私的愛，然而對大部分的受訪者而言，孩子死亡的刻骨銘心的傷痛，讓他們徹底了悟生命的無常和脆弱，同時也開始關注有相同樣遭遇的父母。另外，則是接受了他人的幫助後，體會到人情的溫暖以及人際關係的重要性，亦對喪親者或需要幫助者付出實際的關懷行動，提供情緒支持及協助，同時也藉由助人的經驗中創造或體認新的關係。對於受訪者而言，這樣的助人經驗對於他們則產生了「還我能力」的正向提昇，讓受訪者找到自己存在的意義，並且肯定生命的意義是在於對他人付出與服務。此與

Kubler-Ross在臨終時提到的生命的意義就是要學習去愛人（白裕承譯，1998），以及Yalom（1980）和陳珍德（1995）的研究指出有意義的生命是以利他主義為最普遍相吻合。

肆、結論與建議

一、研究結論

(一) 子女死亡增進父母親對生命意義的省思

喪子女父母在死亡事件未發生前，大部分受訪者的人生觀都傾向積極樂觀，生活目標也以賺錢、工作為主，認為保護家人避免受苦、提供家人幸福富裕的生活為其生命中重要的意義；而在生活中曾經經驗過的死亡事件幾乎都是爺爺、奶奶或遠親的死亡，未曾對自己造成太大影響，因此，在平時很少去思考有關死亡的議題。

然而，死亡對任何人來說都是很深刻的生命經驗，因為死亡常逼使人們面對命運、思考生命的本質。經歷孩子死亡的事件後，對於大部分的受訪者來說，人生觀有了明顯的改變。面對人生無常的變化，讓喪子（女）父母感受到人的有限性，因而在思考及面對人生時，都轉為較不計較、更包容的心態。不但對於物質的追求轉淡，在生活態度上也因而較放鬆，不再只顧名利的追求，而將重點回歸當下，更加珍惜生命與身旁的家人，用心養育子女，並且在生活中去關懷他人。換言之，他們會認同「生命是短暫而且脆弱的」、「孩子的死亡與生命是有某種意義的」、「愛與付出的重要」、「與孩子更親密的連結」、「生命是可貴的」，同時會有「更堅定的信仰」，也會從孩子身上學到他們缺乏的優點及

特質和孩子面對死亡的勇氣，自我對於價值觀之詮釋也跟著有所變化；雖然對生命產生許多不確定的無奈感，但也透過對生命殞落的反思，重新再找回屬於自己生命的力量；至於在「生活目標」上反而更清楚了自己所欲追尋的目標，不論在宗教的追尋、充實自己或欲幫助他人等都有明確的藍圖；對於死亡也採取正面的看法，並且能夠勇於去談論；在本研究中，只有一位受訪者例外，原先就有的憂鬱症傾向加上大兒子起伏不定的情緒以及先生不穩定的工作，造成自己的挫敗、無力感，始終認為生活沒有意義，對人生的看法也趨向悲觀。

(二) 從死亡事件中發現生命意義

孩子的死亡對父母而言是人世間最痛徹心扉的傷痛，父母總認為將孩子撫育長大成人是責任，因此當孩子死亡時，受訪者常會感到挫敗與罪惡，同時，失去孩子也意味著失去未來。因此，喪子（女）父母覺察到只有面對死亡，同時開放探討其意義，才有充分實現自我的自由。況且，正視死亡能夠激發出對生命意義的認知，而死亡的事實也可使人生意義的問題獲得應有的認識。亦即面對死亡的覺察是增添生命力和創造力的泉源，讓悲傷中的父母有力量面對失落並接納失去孩子的傷痛，承認憤怒與各種痛苦的情緒，找到自己與逝去孩子之間的新連結，轉化死亡對生命束縛的力量，使喪子（女）父母有勇氣繼續走自己的生命道路。質言之，大部分的受訪者能在死亡事件中得到啟發，改變個體先前意義結構及生命觀，亦能增加個人面對失落與悲傷時的復原力。因為死亡的終結性，使喪子（女）父母思考如何去彰顯生存的品質、思考如何建構生命的意義。一旦能夠接受死亡是生命中自然的現象，就能夠接受生命的無常，也就學會了放下的

功課。受訪者亦認同人不經過長夜的痛苦，就不能了解人生的真諦，若能將這些痛苦當做一門功課學習，久而久之必會感謝這些痛苦帶給自己的改變與成長。

(三) 藉著付出「愛」和「關懷」走出喪子(女)之痛

大多數的喪子(女)父母認為只要有愛，人生的一切都變的可以忍受，因為「愛」讓他們有足夠的力量和勇氣去面對生命中多得不可勝數的風險，同時他們能夠在愛的行動中活出生命，賦予生命意義。換言之，喪子(女)父母意識到其心靈深處的活動，了解生命有個人所無法取代的課題等待實現，進而在生活中學習專注及奉獻。若可以找到生命奉獻的途徑，就不會被痛苦打倒，相反的它讓人們了解到那其實是生命的一部分，是轉化與成長的機會。

每一個受苦的人都渴望得到關愛，經歷過大苦大難的人，胸懷尤其博大而仁慈，多數的受訪者將失去孩子的傷痛化為一股愛的力量，去關懷其他受苦的人，無形中就是擴大表達對孩子的愛，這樣不僅可以幫助其他正走在喪親之旅的人解脫不必要的痛苦，而且可以豐富自己的生命內涵，讓生命變得更有意義。何況協助他人將使自己的痛苦解除一大半，幫助他人時，其實就治癒了自己。要言之，對喪子(女)父母而言真誠的付出關愛，從別人身上所獲得的要遠多於自己所付出的。更何況所謂的關懷，不只是憐憫與施予，而是一種深入靈魂的同情、一種感同身受的愛，這種同情與愛具有很強的熱度，能讓社會發光發熱，溫暖人心。

二、建議

(一) 協助喪子女父母找尋生命的意義

研究結果顯示喪子(女)父母若能從孩子死亡的事件中

找到一個意義定位，尋找自我支持的力量，那將會有較好的復原狀況。在此情況下，諮商歷程中諮商員可協助喪子（女）父母建構逝去的孩子在其心中的意義，對自身生命進行反思與洞察，同時引導喪子（女）父母多去探討失去孩子對其個人的意義，幫助當事人探討自己和過世的孩子之間曾經存在，且為個人具有特定意義的關係。諮商員應以喪子（女）父母本身的價值系統為基礎，協助當事人來擴充他對意義的知覺程度，幫助父母以他們獨特的方式，經由創造性的活動將所受的創傷轉為有意義的事，增強領悟生命的智慧與勇氣，使當事人體認到新的成長契機。此外，亦應幫助他們回顧生命並從中找到意義，通過不斷的回憶與統整，形塑出孩子完美的形象，重新為其定位，藉此確立孩子在他們內在生命的定位與意義，並為其失去孩子的失落找到安頓，以期喪子（女）父母能夠順利完成自我的悲傷調適歷程。

(二) 對未來研究之建議

限於時間及精力，有關喪子（女）父母的年齡、子女數以及死亡孩子的年齡、性別、排行及死亡方式等其他因素是否影響喪子（女）父母生命意義的展現，一時都未能再深入探討。還有，喪子（女）父母先前的生命價值觀、死亡觀等如何影響其在孩子死亡後的調適也頗值得再做進一步的探討研究，可以做為未來推廣生死教育的參考。除此之外，本研究僅以少數受訪者為對象，並不足以推論至每位對象身上，未來若能有更多的研究對象，將可能呈現出更多不同風貌、多向度的結果及異質的豐富資料。

附錄一：喪子女父母生命意義再建構訪談大綱

1. 在孩子未出事前，您感到人生最重要的是什麼？
2. 遇到這麼痛苦的事，是什麼想法或理由支持您活下去？
3. 如何對孩子的死亡做合理的解釋？（如透過宗教信仰或書籍等……）
4. 宗教信仰如何影響您對死亡的看法？
5. 孩子的死亡讓您對人生有甚麼不同的體悟？（如覺得人生像什麼？有什麼意義？）
6. 在生活態度上有什麼轉變？
7. 在人生目標（想要完成或達到的目標）的追求上有那些不同？
8. 經歷孩子的死亡，您對「死亡」有什麼看法？
9. 發生這樣的事情，您對自己的看法有什麼改變？
10. 孩子死亡到目前為止，您覺得做了那些事讓您最滿意或是覺得很有意義？
11. 您目前覺得最有價值、最值得追求的是什麼？

❖ 參考文獻 ❖

一、中文部分

- Albom, M. 著 (1998)。《最後 14 堂星期二的課》(*Tuesdays with Morrie*) (白裕承譯)。台北：大塊文化。(原作 1997 年出版)
- 庫伯勒-羅斯著 (1998)。《天使走過人間》(*The Wheel of Life: A Memoir of Living and Dying*) (李永平譯)。台北市：天下文化。(原作 1997 年出版)
- 李佩怡 (2001)。〈生命窮盡之境——為何要探問人瀕臨死亡的苦難〉。《諮商與輔導》，188，2-9。
- Worden, J. W. 著 (1995)。《悲傷輔導與悲傷治療》(*Grief Counseling & Grief Therapy*)。李開敏、林方皓、張玉仕、葛書倫譯。(台北市：心理出版社。(原作 1991 年出版)
- 李佳容 (2002)。《個人面對親人死亡事件心理復原歷程之研究》。未出版之碩士論文，彰化師範大學輔導研究所，彰化市。
- 李雅玲、陳月枝 (1992)。〈癌症死亡兒童的母親其哀傷反應及調適性行為之研究〉。《護理新象》，2(7)，405-427。
- 林杏足 (1996)。〈死亡事件對家庭系統的影響——家庭悲傷反應與任務〉。《輔導季刊》，32 (4)，50-57。
- 林家瑩 (1998)。《喪失子女的父母失落與悲傷反應及復原歷程之研究》。未出版之碩士論文，高雄師範大學輔導研究所，高雄市。
- 柯永河 (1994)。《臨床心理學——心理治療》，2 版。台北：大洋。
- 莊小玲 (1999)。《加護病房中早產兒父母的壓力感受與身心反應之相關研究》。未出版之碩士論文，長庚大學護理學研究所，桃園縣。
- 陳伯璋 (2000)。《質性研究方法的理論基礎》。中正大學教育學研究所主編，《質的研究方法》，25-46。高雄：麗文。
- 陳珍德 (1995)。《癌症病人生命意義之研究》。未出版之碩士論文，彰化師範大學輔導研究所，彰化市。
- 龍雅可 (Longaker, C.) 著 (1999)。《假如我死時你不在我身旁》(*Facing Death & Finding Hope: A Guide to the Emotional and Spiritual Care of the Dying*) (陳琴富譯)。台北：張老師文化。(原作 1997 年出版)
- 陳麗紅 (1999)。〈協助一位母親面對嚴重頭部外傷患孩渡過哀傷過程之護理經驗〉。《長庚護理》，10(3)，39-45。

- 黃淑姿、湯玉英 (1996)。〈罹患腦瘤死亡兒童母親所面臨的失落哀傷反應及調適行為〉。《護理雜誌》，43(4)，34-41。
- 黃有志 (2000)。《悲傷輔導》。尉遲淦主編，《生死學概論》，111-123。台北：五南。
- 郭志通 (2002)。《走出生命的幽谷——談悲傷輔導》。《諮商與輔導》，199，6-10。
- 高淑清 (2000)。《現象學方法在其教育研究上的應用》。中正大學教育研究所主編，質的研究方法 (93-134)。高雄市：麗文文化。
- 張淑芬 (1996)。〈喪子悲傷反應及意義治療的應用〉。《諮商與輔導》，127，24-27。
- 張利中 (2002)。〈「尋獲生命意義」的時態與心理歷程〉。《南華大學生死學通訊》，5，31-33。
- 許鶯珠 (2004)。〈揮灑生命的色彩〉。新竹：交通大學學務處諮商中心主題專刊，3-16 頁。傅偉勳 (1993)。《死亡的尊嚴與生命的尊嚴》。台北：中正。
- 何賢文 (2001)。《悲傷調適歷程及生命意義展現之研究——以喪子(女)父母為例》。未出版之碩士論文，南華大學生死學研究所，嘉義縣。
- 弗蘭克 (Frankl, V.E.) 著 (1995)。《活出意義來》(Man's Search for Meaning) (趙可式、沈錦惠譯)。台北市：光啟社。(原作 1967 年出版)
- 廖珍娟 (1998)。〈喪失嬰兒父母之照顧〉。《護理雜誌》，45(4)，23-41。
- 劉雅瑩 (1998)。〈如何協助自殺者——父母〉。《諮商與輔導》，148，21-24。
- 仁波切 (Rinpoche, S.) 著 (1996)。《西藏生死書》(The Tibetan Book of Living and Dying) (鄭振煌譯)。台北市：張老師文化。(原作 1992 年出版)
- 駱麗華 (1981)。〈悲逝——痛失愛子父母的哀痛過程〉。《國立台灣大學醫學院護理學系成立二十五週年專刊》，71-78。
- 蔡昌雄 (2001)。〈現代人的生死課題〉。《人間福報》，3，7-22。
- 釋慧開 (2002)。〈從佛陀教化的觀點淺論——探索生命的終級意義與活出圓滿自在的人生〉。《南華大學生死學通訊》，4，3-6。

二、英文部分

- Attig, T. (2000). Relearning the Worlds: Making and Finding Meanings. In R. A. Neimeyer (Ed). *Meaning Reconstruction and the experience of loss*. (chap. 2, pp.33-53). Washington, DC: American Psychological Association.

- Braun, M. J., & Berg, D. H. (1994). Meaning reconstruction in the experience of parental bereavement. *Death Studies, 18*, 105-129.
- Csikszentmihalyi, M. (1991). *Flow: The psychology of optimal experience*. NY: Harper Perennial.
- Corr, C. A., Nabe, C. M., & Corr, D. M. (1997). *Death and dying, life and living* (2rd Ed.). California: Brooks/Cole.
- Davis, C.G., Wortman, C.B., Lehman, D.R., & Silver, R.C. (2000). Searching for menaing in loss: Are clinical assumptions correct? *Death Studies, 24*, 497-540.
- Dent, A. (2002). Putting bereaved parents in the frame. *Bereavement Care, 23*(1), 9-10.
- Drew, N. (1993). Reenactment interviewing: A methodology for phenomenological research, *Image, 25*(4), 345-351.
- Frankl, V. E. (1963). *Man's search for meaning*. New York: Washington Square.
- Frankl, V. E. (1968). *The will to meaning*. New York: Meridian.
- Froehle, T.C. & Herrmann, M.A. (1989). Meaning and the quest for the good life. *Counseling and Human Development, 21*(9), 3-12.
- Inese, W. (2001). Parental bereavement: The crisis of meaning. *Death Studies, 2*(1), 51-67.
- Joe, w. (1997). Invasion of the sorrow-snatchers. *Newsmagazine, 24* (9), 34-38.
- Klass, D. (1995). Spiritual aspects of the resolution of grief. In H. Wass & R. A. Neimeyer, (Eds.) *Dying: Facing the Facts*(3th ed.), 243-265. Washington, D. C.: Taylor&Francis.
- Klass, D. (1997). The deceased child in the psychic and social worlds of bereaved parents during the resolution of grief. *Death Studies, 21*, 147-175.
- Klass, D. (1999). *The spiritual lives of bereaved parents*. Philadelphia: Brunner/Mazel.
- Kubler-Ross, E. (1975). *Death: the final stage of growth*. New York: Touchstone.
- Kuble-Ross, E. (1983). *On children and death*. New York: Touchstone.
- Lair, G. S. (1996). *Counseling the terminallyill: Sharing the journey*. Washington, D. C: Taylor&Francis.
- Lensing, V. (2001). Grief support: The role of funeral service. *Journal of Loss & Trauma, 6*, 45-63.
- May, R. (1953). *Man's search for himself*. New York: Norton.
- May, R. (1959). *The meaning of anxiety*. New York: Ronald.
- Miles, M. B., & Huberman, M. (1984). *Qualitative data analysis: A sourcesbook of new methods*. California: Sage.
- Milo, E.M. (2000). The death of a child with a developmentql disability. In R. A. Neimeyer (Ed.), *Meaning Reconstruction and the experience of loss*. (chap.6 pp.113-134). Washington, DC: American Psychological Association.

- Murphy, S. A., Tapper, V. J., Johnson, L. C. & Lohan, J. (2003). Suicide ideation among parents bereaved by the violent deaths of their children. *Death Study, 24*, 5-25.
- Neimeyer, R.A. (2000). Searching for the meaning of meaning: Grief therapy and the process of reconstruction. *Death Studies, 24*, 541-558.
- Parks, C. M., Laungani, P., & Young, B. (1997). *Death and bereavement across cultures*. New York: Routledge.
- Reimers, E. (2003). A reasonable grief-discursive constructions of grief in a public conversation on raising the shipwrecked M/S Estonia. *Mortality, 8(4)*, 325-341.
- Stillion, J. M. (1995). Death in the lives of adults: responding to the tolling of the bell. In Wass, H., & Neimeyer, R. A. (eds). *Dying: Facing the Facts (3th ed.)*, 303-320. Washington, D. C: Taylor&Francis.
- Strange, J. M. (2002). "She cried a very little": death, grief and mourning in working-class culture, C.1880-1914. *Social History, 27(2)*, 143-161.
- Tedeschi, R. G., & Calhoun, L. G. (1995). *Traumatic transformation: Growing in aftermath of suffering*. California: Sage.
- Winkel, H. (2001). A postmodern culture of grief? On individualization of mourning in Germany. *Mortality, 6(1)*, 65-79.
- Worden, J. W. (1991). *Grief counseling and grief therapy*. New York: Spring.
- Yalom, I. D. (1980). *Existential psychotherapy*. New York: Basic Books.