

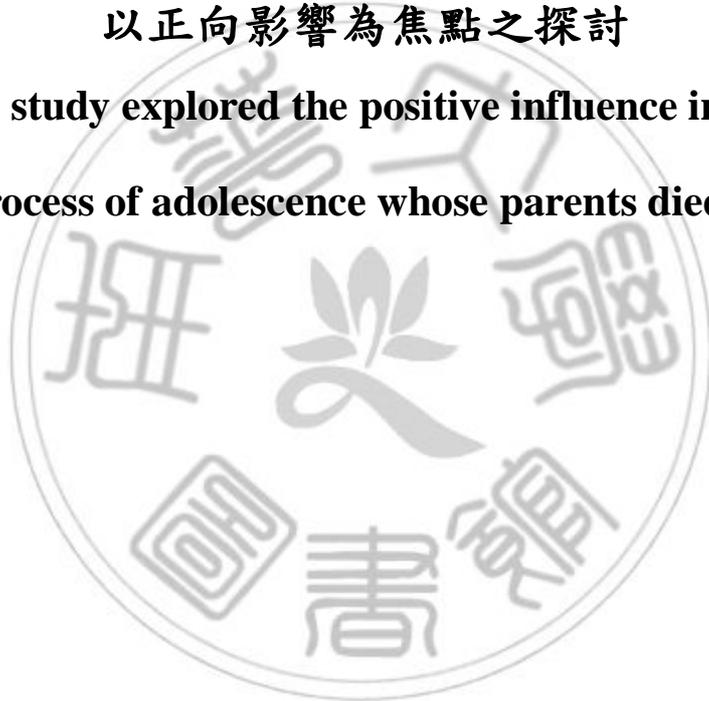
南 華 大 學

生死學系

碩士論文

父母癌逝青少年之悲傷歷程研究
以正向影響為焦點之探討

**The study explored the positive influence in the
misery process of adolescence whose parents died in cancer**



研 究 生：翁 寶 美 撰

指 導 教 授：張 利 中 博 士

中 華 民 國 九 十 五 年 十 二 月

南 華 大 學

生死學系
碩士論文

父母癌症青少年
之

悲傷歷程研究-以正向影響為焦點之探討

The study explored the positive influence in the
misery process of adolescence whose parents died in cancer

研究生：公 寶 美

經考試合格特此證明

口試委員：張利中
李燕慧
蔡品雄

指導教授：張利中

系主任(所長)：釋慧開 (陳開宇)

口試日期：中華民國 95 年 12 月 22 日

誌 謝

兩年半的研究生學習生涯轉眼即過，南華的一景一物還是那麼的熟悉所有的一切恍如昨日，面對即將的離開心中實有許多的不捨、感謝與感動，在此僅將論文獻給所有關愛我的人。

本論文能順利完成要感謝的是我最可愛且一路相伴一起成長的義工群：金花姐、菊蘭姐、李大哥等，有您們的協助及穿針引線才能順利讓研究對象接受訪談。感謝研究對象，兩位可愛的高中生，勇敢的面對自己並接受我的蹂躪，包容忘東忘西還有不准你們叫「阿姨」的我，期望我們永遠是好朋友，有你們的信任願意將個人最私密的想法分享與我，讓我的論文豐富謝謝你們。

當然本論文最重要的靈魂人物及舵手就是張利中教授，一年多悉心的指導、呵護，平常適時適切的提醒及建議，然而在我論文繞圈圈、兜不出來又拖延太久時，又會適時改變策略使用激將法，激發我的潛能，感謝你的用心。感謝我最敬愛的慧開師父、蔡昌雄老師、李燕蕙老師、永有師父、戚老師、歐老師、何老師、蔡明昌老師，有你們這麼好的師資陣容讓我奠定基礎，感謝南華這麼好的學習環境。再來要感謝一路相互扶持、一起學習一起成長，不時叮嚀我的家甄，與我一起奮鬥的好伙伴，還好一路有妳。感謝香美學姐、慧玲學姐、梅子、旗明學姐，隨時鼓勵我，有妳們真好。還有金森、望偉、福宥大哥、善真姐論文技術的支援，惟國大哥、秀琴姐、淑娥姐等等的關懷，還有一起上課的同學豐富我的回憶，真開心認識你們，好懷念一起上課的日子。

感謝素蘭姐、蘇醫師的經驗分享、鼓勵及打氣，還有杜院長、廖主任的肯定。李國雄先生協助我兩年電腦的暢通、鼓勵我考完複試的榮義大哥，你們是我的貴人。亦感謝常幫我打電腦的雅今，常聽我發牢騷的淑滿及紫芬姐。

最後要感謝我的家人在這段期間對我的包容及無條件完全的協助及配合，大姊、姊夫的關心、善體人意的堂妹阿豆，還有激發我讀書的信宏大哥，僅以此文表達我深深的感謝。

寶美 2007 年 1 月於彰化

父母癌逝青少年之悲傷歷程研究： 以正向影響為焦點之探討

The study explored the positive influence in the misery process of adolescence whose parents died in cancer.

摘 要

本論文主要在探討台灣對於一般歷經父母癌症過世之青少年的主觀經歷及其適應歷程的研究。每個人身上都有正向因子，為何有人還未能正向因應喪親事件，期待配合理論架構探討出那些是正向發展的重要相關因素或是契機，那些因子是青少年身上所欠缺的助力，藉此發現得以幫助處在發展、變動不安階段的青少年，渡過生命中的重大失落事件。

本研究依循質性敘事研究的理論基礎，由當事者回溯敘說並與研究者共同體驗事件及賦予新的意義，採 Lieblich 等人所提出的「整體－內容」和「類別－內容」分析法分析文本。

研究顯示

- 一、傾向「嘗試作為」及「逃避」的悲傷調適因應技巧。
- 二、喪親青少年悲傷調適的正向影響因素為：「媽媽的愛」、「個人內在成長動機」、「內在保護因子」。
- 三、喪親青少年悲傷歷程的阻力為：「擔心家人的反應」、「不要和別人不同」、「不友善處遇」、「匱乏的外在支持系統」。
- 四、阻力和正向因子的交互作用就是喪親青少年的復原力。
- 五、喪親青少年的悲傷調適呈現多重二元擺盪之動力模式。

本研究結果可以提供臨床專業人員、癌症病人及家屬參考，一起協助失喪的孩子面對人生中重大事件。

關鍵詞：悲傷歷程、復原力、正向影響、喪親、敘事、青少年、喪慟

The study explored the positive influence in the misery process of adolescence whose parents died in cancer

The purpose of this research to demonstrate the subjective experience of adolescence whose parent died with cancer. The focus is mainly on the identification of positive and negative forces constitute one's resilience toward coping with bereavement.

A qualitative approach was adapted as the research method of this study. In specific, narrative inquires was used in in-depth interview to collect data from one research participant. Obtained data was analyzed with 3 modes (i.e. "overall impression", "holistic-content", and "categorical-content") of analysis (Lieblich, 1998).

There are the following 3 main results:

1. The participant is currently in a oscillatory state with 4 modes of duality (emotion, coping, valences of forces, and outcomes)
2. Resilience is consisted of both positive forces, negative forces, and the interaction of the two.
3. The positive forces include "Love of mother"; "striving for personal growth"; and "personal characteristic potency". The negative forces include "worries about family survivors"; "resentment for standing-out in the group"; "differential treatments in school"; and "short of social support".

These findings shed light on the plausibility of combing the dual-process grief model with the resilience. Practical implications for parents and counselors were discussed.

目 次

第一章 緒論

第一節 研究動機及研究背景.....	1
第二節 研究目的.....	2
第三節 名詞界定.....	3
第四節 研究對象尋訪過程.....	4

第二章 文獻探討

第一節 父母罹癌孩子一個處境分析.....	5
第二節 喪親的影響.....	7
第三節 悲傷調適相關理論探討.....	10
第四節 正向的成長與發展的交互作用.....	15

第三章 研究方法

第一節 敘事研究方法的選擇.....	27
第二節 研究的實際過程.....	30
第三節 資料的蒐集過程.....	33
第四節 資料的分析過程.....	34
第五節 研究倫理.....	35

第四章 研究結果分析與討論

第一節 「整體—內容」分析	37
壹、「屏」的生命故事	37
貳、喪親少年所面對的不友善處遇.....	45
參、整體印象.....	51
第二節 「類別—內容」分析	55
壹、悲傷調適的因應方式.....	55
貳、悲傷調適與復原力.....	61
參、悲傷調適的結果.....	73
第三節 綜合討論	85

第五章 結論、建議、省思

第一節 本研究的重要發現.....	93
第二節 本研究之結論.....	93
第三節 建議.....	96
第四節 研究省思.....	99

參考資料：

中文部分.....	103
英文部分.....	105

附錄：

附錄一：訪談同意書.....	108
附錄二：訪談大綱.....	109

表目次：

表 4-1：「屏」所面對的不友善事件.....	46
表 4-2：悲傷調適的因應方式分析結果	56
表 4-3：正向保護因子分析結果表	62
表 4-4：阻力的分析結果	63
表 4-5：「屏」的復原力	72
表 4-6：悲傷調適結果	73

圖目次：

圖 2-1：Schaefer & Moos (1992) 理解生活危機和轉變的正向結果之概念 模式	22
圖 4-1：「屏」的生命曲線圖	54
圖 4-2：「屏」的因應模式	87

第一章 緒 論

生命的花朵總是有起有落

我慶幸妳並不曾真正離開我

妳總是輕輕柔柔對我說

不用去害怕未來的寒冬就算人生有再多的折磨

妳將會緊緊的守在我身後

直到黑暗走過 ~陸泓宇

第一節 研究動機及研究背景

台灣在 2001 年 7 月對單親家庭所做的調查中統計，喪親者有 49533 人，在學中有 35168 人（國小 17187 人，國中 10798 人）（衛生署，2005），可見得這是一個龐大的大族群，死亡是生活中的大事，對於孩童因生活經驗及所知的世界有限，又缺乏社會的支持系統，失去父親或是母親對孩童的一生影響相當大，孩童是國家未來的希望，有研究指出孩童行為的偏差是和喪親有很大的關係，所以如何讓這個族群順利的渡過悲傷歷程，是相當值得我們去關心及研究（侯南隆，2000）。

突然的罹病，中年父母在面對疾病的過程中，往往無暇顧及家中的青少年子女的適應問題或是充分的和子女告別。年輕的罹癌患者因為己身正處在家庭發展的階段，因社會、家庭責任未完成，所以普遍對病情的接受度差，常處在否認期，如果告知孩子自己將死亡，無疑是宣告自己放棄或是妥協了疾病，這樣會對不起家人，他必需勇敢的與病魔搏鬥，所以常見到年輕的罹癌患者，到過世都還是處在抗拒期，在自我調

適不佳下，更不用提到給孩子一個很好的準備，讓喪親的孩童喪失一個很好的生命教育的機會及悲傷療癒的重要經驗。

台灣文化習俗的影響，年輕的逝者在過世時父母不得送終，所以還是由年幼的孩子配合著喪葬儀式，尤其是長子，研究者親眼見大熱天孩子披麻帶孝，跪了一個早上，面對大大小小的儀式不斷，汗流浹背、只是退開一下子或沒有配合著哭，一旁的宗親當場即指責不孝、斥責孩子。

緊接著喪禮後生活的改變才要開始，喪偶者除面對自己的悲傷及經濟之重擔，常需加班工作，往往忽略了小孩的需要，一段時間後孩童行為改變或成績退步，喪偶者常會再度回來醫院找尋協助或是訴苦，然而現階段的工作人員，有現階段的事務，如果建議轉介社工人員，當事者往往會拒絕，讓臨床工作者深陷兩難之中，當事者其實並無法得到一個很好的回應及支持。

孩童面對這一連串的轉變，家中氣氛的改變，被長輩的指責、自己的失落時，而他又是如何解讀這整個過程？對孩童生命歷程的影響如何？我們常都用世俗的眼光在看待他們，到底孩童的需要在哪？他的感受如何？被誤解的小孩常讓我們心疼。

現今社會家庭支持系統比較薄弱，在有限的社會資源及人力、物力之下，遺族常過著艱辛的生活，在臨終關懷四全照顧的理念之下，逝者已矣，但留下來的人，如何去面對這漫長哀傷之路？如何讓喪親的家庭及孩子，在面對生命中的暴風時，仍能順利的面對這哀傷失落的過程，是本研究之主要目的，並試圖發現正向的影響因素。

第二節 研究目的

以往研究普遍指出，青少年時期面對親人過世的經驗，會影響其後續之死亡焦慮與死亡態度，有研究以目睹父拭母的創痛經驗的青少年為對象，發現此一創痛事件，對青少年後續的心理認知發展，有不良的影響（陳乃榕，2003）；以及青少年的偏差行為與喪親經驗有關（侯，2000）；蔡麗芳（2000）更指出喪親的孩童在與死亡議題相關

的生活軼事上，會引發並增高其死亡焦慮。而施惠琪（2002）指出正向積極的信念、對事件能從不同的角度觀之的能力，以及有改善自我的意願和能力是超越逆境的主要因素；國外研究指出青少年的喪親事件有些受訪者可以獲得正向轉化，在台灣對於一般歷經癌症過世之父或母親之青少年的主觀經歷及其適應歷程的研究則相對稀少，每個人身上都有正向因子，然而為何有些人很快就復原？有些人未能順利復原？故本研究主要想探討一般喪親之青少年的悲傷調適歷程，及那些是正向發展的重要相關因素或是契機，期望藉此發現以幫助處在發展、變動不安階段的青少年，如何渡過生命中的重大失落事件。根據以上的描述，本研究的目的是在於：

1. 瞭解喪親青少年的悲傷失落過程。
- 2 喪親青少年的處境分析。
3. 面對生命中的風暴，喪親青少年如何迎向失落？正向轉化之相關因素探討。
4. 研究結果期望能幫助喪偶者或成人們，認識處在悲傷期的青少年，陪伴渡過生命中的風暴，及讓助人者知道本土喪親青少年的需要、家庭的需要，及社會資源如何協助運用在這高危險群上，增高資源的有效運用。

第三節 名詞界定

1. 喪親青少年：「青少年」是兒童期和成人期之間的過渡。青年期的年齡下限是以個體性器官的成熟為依據，上限是心智和社會發展成熟為止，每個人的發展不一致，所以並無法明確的去界定時間，現在一般是介於 11-21 歲之間（張春興，2001；Balk, & Corr, 1996）。本研究指的是父母一方因癌過世之喪親青少年，喪親年齡在 12-13 歲，且父母死亡時間約 5 年。
2. 敘事（narrative）：讓青少年經由說自己的故事過程中，藉由外化—解構—重寫觀點，重新去尋找到新的方向與意義，並使之成為事實；著重個人與他人如何看待事情以及與他人的對話，是來自研究受訪者對其生命故事的建構，以及研究者對事件

理解的二度建構 (Freedman, & Combs, 2000)。本研究以敘事研究的方式，口述訪談蒐集與研究相關的資料為主。

3. 正向影響：當個人在遇到挫折與困難時，找到對抗挫折的緩衝、或是協助當事者超越逆境的因素，使得個體在遇到困難時不會輕易落入憂鬱的狀態中。受訪者在面對喪親事件或是逆境，協助他渡過危機的相關因素。
4. 悲傷調適歷程：黃鳳英(1998)指出悲傷是失去對自己有意義的人、事、物所產生的生理、心理及行為上的反應，是一種主觀的感受。悲傷不僅指失去親人，從廣義的解釋舉凡失戀、失業、離婚、寵物過世、... .. 等等，不論失去的是人、事或物，凡失去對自己具有重要意義的對象，所產生的身體、心理與行為上的調適反應都包括在內。本研究所指為喪親青少年，在失去親人後所產生的悲傷、失落感受，個體從歷經失落、悲傷到復原這個過程即稱之。

第四節 對象尋訪過程

在確定研究題目後，尋找了四位年齡皆是高中一年級的喪親受訪者，三位女生一位男生，經過個案的家長同意後展開和受訪者溝通，其中一位受訪者拒絕。最後和教授討論決定訪談兩位，一位女生、一位男生。先訪談男生，受訪者為父親過逝，男生訪談了四次表現的積極正向，對未來懷抱希望，欣然接受各種團體的協助、適應良好；女生為母親過逝，適應不佳，處於人際封閉的狀態，在訪談六次後，當敘說內容重複出現時即停止訪談。最後選擇一個受訪者進行分析，在敘說研究的精神中因為具有共構及重寫生命故事的特色，所以放棄正向適應的受訪者，選擇仍在調適中的受訪者為對象進行分析，期望在一起探究的過程中，可以發現受訪者內在的正向因子。影響復原的阻力為何？並期望在一起探究的過程中能給予受訪者不同理解及成長的機會。

第二章 文獻探討

本章將分為四節來探討與本研究相關的實徵研究和相關理論。

第一節 將探討青少年在父母罹患重症時，父母在身心俱疲下，青少年的處境分析。

第二節 討論喪親事件如何影響青少年。

第三節 喪親的青少年相關理論探討及主觀感受。

第四節 影響青少年正向因應悲傷歷程的相關因素。

第一節 父母罹癌---孩子一個處境分析

在台灣目前仍少有以青少年為立場，探討有關父母疾病期及對喪禮看法的深入研究，當家人罹患癌症時，不同的家庭有不同的面對方式，小孩在事件下有不同的遭遇，以下是以歷程進行描述：

(一) 不被告知的病情

父母在罹患癌症，處在不可治癒期或臨終期，是否告知小孩死亡？在台灣臨床工作中發現小孩有時會未被告知。告知孩子父母的病情，對大人來說這是一個困難的任務。父母的另一方，面對體力的過度消耗及預期的失落，小孩常是被無意忽略的一群，沒有人敢告訴小孩真相，有時是不知如何開口，而這在台灣有多嚴重？並無明確的數據，而它的影響如何？在 1970 年代以前，對待悲傷孩子的共同特點就是將他們隔離在悲傷之外，如此的保護通常導致孩子孤獨感的增加、使孩子認為其他人簡化了失落的重要性，並且變的較不信任週遭人，而使其對真正在發生的事有了錯誤的觀點

(Attig,1995)。Johnson (2000) 及 Kubler-Ross (2000) 指出，親人常覺孩童並不知父母即將臨終，其實不全然如此，孩童常常只是欠缺大人的誠實溝通，大人把死亡當

成可怕的夢魘、早年喪親是極不幸的事，試圖將孩子與生命中的風暴隔離開來，如此只會增加小孩的茫然及失落，他們需要的是共同面對，如此就可以讓死亡和臨終不至於變成下一代可怕的問題。

（二）突然的探訪

在台灣年輕的罹癌患者，從罹病開始大部份時間就由另一方照顧，夫妻一起抗癌，而家中的小孩大部分由父母兄弟姐妹照顧，平常不被允許帶到病床邊，孩子即被無意的隔離，當再次看見父母時，常是已病故或是瘦骨嶙峋，不是印象中父母原來模樣，孩子面對如此的轉變，或被帶至醫院探視前未事先被告知，故此常會喪失親情聯繫的美意，而淪為在病廊上追逐玩耍，拒絕到病床邊，害怕碰觸父母，其他大人見狀常會去強迫幼童去碰觸父母，面對此一景象，幼童的反應常被誤解，這樣的景況亦常對患者造成缺憾，對孩童留下恐怖可怕的陰影；較大的孩童可能就是暫住在親戚家，有研究指出孩童參與父母的疾病過程有助於悲傷的療癒（Worden,1996）。Kubler -Ross（1999）表示小孩子對父母親的過世有何反應，完全取決於事情發生前他們是如何被教育的。並建議年輕的病人應該在最後的臨終時刻回家，讓家中的孩子可以陪伴這重要的親人，渡過生命中最後的時刻，而小孩可以擁抱他、愛他、碰觸他、或替父或母做些最後喜愛的事。孩童不被過度保護、並允許參加喪禮，如此孩童會有一個機會成長及面對死亡，亦減少幻想、恐懼。

（三）參加喪禮

親人過世後，喪禮提供人們對死亡的再次確認及對大眾公開的宣布死亡，對死者過去的一生感到榮耀、並提供支持給家屬（Worden,1996）。國外研究指出 95% 孩童參加喪禮都有很正向的反應。參與喪禮計劃，小孩覺得自己有用處及被重視，有些會開放讓小孩自由決定是否要再瞻仰父母親的遺容。觀看遺體，對孩童來說這是有意義的經驗，然而有些研究支持如果孩子不願意參加喪禮，或不願意瞻仰遺容，就不應該予以勉強，但可藉由拍照，如果孩子想看時就可以提供給他看，做事後詳細描訴等彌補

措施 (Johnson,2000)。Worden 表示大部分的小孩在喪禮後的反應是茫然的，及不能記得重要的細節，但小孩傾向於記得特殊具體的事情，像是床或是躺著父母身體的盒子等。參加喪禮孩童會感到安慰，有那麼多的朋友認識父母親。喪親兩年的孩童接受自我評估有一半的人，期望能參與再重新去設計喪禮，認為如此他們的心理障礙及憂鬱會較少些。而這些孩童會期待用能展現她父親特色的方式來舉辦喪禮，有小孩期望用較明亮溫暖的顏色來讓大家記得死者。在國外有多數的小孩在死亡的幾個月內會重返墓園，而這常在去學校或是返家的路途中發生 (Worden,1996)。墓園所處的位置依各國風俗民情不一，例如近鄰日本是在住宅旁，藉以提醒世人，死亡是近在身邊及生死是件自然的現象。而台灣的墓園常在山上、偏僻荒涼、雜草叢生，近年雖有改善但總脫離不了陰森刻板的印象，這對孩子的悲傷過程的影響是否有所不同？這也是值得我們去探討的。

孩童面對父母的罹患重症，疾病過程、孩童的參與度，會影響孩童生命觀與宇宙觀，不同家庭的處理方式不同，對個人造成不同的影響，父母在面對自己的創傷的同時，如果平時就有很好的生死觀，就能較正向的看待生命中的暴風，多站在孩童的角度來思考，也許就有不同的做法及結果，事件就有不同的發展。從罹病期到病情告知以致於參加喪禮，這些過程皆會深深影響著孩童之後的發展，更甚而影響一生，雖然所遇到及面對的是痛苦的經驗，但真誠的以孩童能理覺的方式讓其參與，並尊重孩童的決定；生、老、病、死、本來就是極其自然的事，天有不測風雨，雖然死亡事件無法改變，但是我們可以選擇如何渡過，沒有經過粹練的人生怎知道經不起風霜，面對這重大的失落事件，不管是大人或是孩童都是一個學習成長的機會。

第二節 喪親的影響

綜觀國內外論文研究及專書，可以看到相當多的喪親小孩在喪親後的影響及反應，個人將其統整如下：

(一) 個人及家庭的改變

生活危機和轉變透過變化來鍛鍊我們自身並挑戰我們基本的價值，同時計畫我們新的需求、瓦解重要的關係並建立角色。雖然對生命危機之適應的研究中，很多強調它們造成了情感和心理的症狀，但這些事件常是促使個人成長的一個刺激。多樣化的危機—天災、戰爭和打鬥、疾病、分離和喪親—都可以視為是促使個人轉變的催化劑。人們普遍的從這些危機中提升了社會和個人的資源，以及新的因應技巧(Schaefer & Moos, 1998)。

在所有生命的危機當中，親人之死亡在情感上是最痛苦的離別之一。對於眾多個體和他們的家庭而言，喪親的適應是一個冗長的過程，在某種程度上瓦解了他們的角色以及與其他人的關係。當一名家庭成員死亡時，危機接著發生，家庭必須再創造新的調適，以因應生存的任務和新的需求(Shapiro, 2001)。失去一名家庭成員亦會阻礙發展的任務，如從剛組成的家庭到已有小孩的家庭，其主要依附關係的轉移，促使並且支持孩子啟動新的家庭系統(Jordan, Kraus, & Ware, 1993)。

(二) 發展的影響

當事者目前的失落經驗引發了潛藏在潛意識中童年生活失落經驗的痛苦，兩者交互作用致使當事人情緒陷入痛苦絕望的困境，自幼喪失父母、得不到父母的愛護、在家庭無地位、在同儕遊伴中無地位等，都有可能形成失落經驗（張春興，2001）。Oltjenbruns（2001）指出隨時間流逝，經歷失喪的孩童會繼續後面的發展階段，當下發展的背景可提供他對早年的失落有一個新的了解，他所受的衝擊也會因時間改變而改變，隨著發展能力的成熟和發展任務的改變，在孩童階段曾經歷重大失落的個體，將會在後來的階段以一個不同的、更成熟的觀點再度經歷悲傷。

(三) 各種反應

青少年喪親後的悲傷反應有震驚、否認、憤怒、罪惡感、好鬥、退縮、尋求注意、對社交活動失去興趣、注意力不集中、缺乏情感、難過、無力感、反抗家庭學校。以

時間來分會有立即的反應，如惡夢、恐懼、缺乏安全感、退縮、難過、固著、鬱抑、焦慮及困惑；中期有壓力、學業低落、心情及人格的轉變、沮喪、恐懼、破壞及行為消極；末期為一年後沮喪、社交、情緒或心理適應不良、發展遲滯、自殺想望、或其他破壞行為、藥物及酒精濫用、抑制孩童的學習和發展能力（Goldman,2000；Worden,1996）。

Corr & Balk（2001）指出青少年易有延遲悲傷之情形，因為在意他人對自己的看法，所以青少年會傾向隱藏自己的想法，而且親戚常以為最好不要與當事者提到死亡以免觸及其悲傷失落經驗，如此反讓青少年覺得自己是孤單的、被遺棄的、找不到人訴說，這種壓抑的悲傷反應，可能延遲至成人時期才爆發出來。當一位青少年有以下之行為就是有延遲悲傷的狀態中：

- 1、長期的沮喪狀態、睡眠困擾、無法休息、低自尊。
- 2、學業的失敗、對學校活動冷漠。
- 3、與家人朋友關係惡化通常在成年期較有困難與他人建立親密關係。
- 4、過度活躍或愉悅的行為如嗑藥、酗酒、打架、不適度的冒險行為，氾濫的性行為。
- 5、否認自己任何有關哀傷的問題。

陳乃榕（2003）論文發現，如果青少年悲傷調適歷程沒有順利度過的話，則會產生自我認同的危機，青少年無法認識自己、自我肯定則會產生自我懷疑，自我的發展易阻滯、世界觀及生命觀會改變。侯南隆（2000）發現透過心理分析過程，發現青少年在喪親後有著強烈的痛苦壓力、憤怒、不想受管束、無奈、想尋求發洩、自憐、對周遭人士反感，在行為上則出現功課退步、逃學、翹家、抽煙、打電動、偷竊、吸膠、行搶等偏差行為。吸膠、玩樂、逃家，是為了想忘記這痛苦的悲傷經驗；而變壞是為了證明父親曾經存在，所有行為的發生，就是個體如何經驗事件的結果，不成功的悲傷對其有不良的影響。黃慧涵（1992）在對台灣十六位喪親的青少年「青少年學生對父母過世的哀傷反應、調適行為與家庭關係之研究」中，指出的青少年在面對喪親時的悲傷反應情緒部分：傷心難過、遷怒他人、愧疚自責、遺憾、孤單、為過世的父母感到慶幸、鬆了一口氣、震驚、無助感、無力感、擔心、害怕。行為部分有：哭泣、

夢見過世父母親、強烈的思念過世父母親、對外界缺乏興趣、避免見到會想到死者的事物、睡眠困擾、缺少食慾、常到墓地去探視死者、保留遺物。認知部分：否認難以置信、腦中一片空白、感覺死者的存在。生理方面：發抖、發寒等。在適應行為部分：常運用三種調適行為（逃避、合理化、認同）、傾洩政策、支持策略。

根據以上國內外的文獻發現，喪親事件不僅讓青少年在行為、認知、適應上面臨很大的挑戰及影響，而這些行為會影響個體每個階段的發展。隨時間的流轉個體會在某個狀況下再次的經歷悲傷，喪親對一位青少年而言，可能是掙扎於失去父母親或是與自我認同間的關係，青少年可能一直的在想如果父母還活著，生活將會有如何的不同，長大後當個體以一個哲學的觀點，而非功能觀點去定義他們的精神信念時，對於父母的死亡，他們可能會有一個嶄新的意義出現（Oltjenbruns,2001）。

第三節 悲傷調適相關理論探討

隨著時代社會環境的變遷，及悲傷歷程的個別性及知識的進步，悲傷理論一直被修正著。悲傷理論在最近二十年中快速成長，雖各家所支持論述不同，卻提供給工作者更多更豐富的思考面向、加深對其認識，理論是提供我們對於事件有一個簡單的指引，但它不可以套用在所有人身上。21世紀有很多種悲傷理論的進路，大致可分為三大範疇：(a) 一般的壓迫與精神創傷理論；(b) 一般的悲傷理論；(c) 喪慟特徵模型。研究者僅就近年來較有名的理論及適用於本研究的理論作一論述。

一、認知壓力理論

Folkman 指出因應是個人在認知或行為上的努力，以達成控制外在與內在的需求，而這些需求是他們難以負擔或是超出他們個人資源。認知壓力理論合併了因應的原則，對於悲傷的分析是很有幫助的。在一般理論上，將喪親視為一種壓力，是一個

生活事件，此事可能會超出個人資源的負荷，因此危及到個人身心健康。認知壓力理論經由實證研究已經將不同的因應策略加以分類，且有一個很好的架構來解說壓力特徵、壓力所造成的結果、壓力來源。(Folkman, 2001)

認知壓力理論有很多不同的分類方法如：問題導向因應方式與情緒導向因應方式；趨近或逃避因應。問題導向因應方式是在改變問題所引起的壓力，情緒導向因應方式是在處理壓力所產生的情緒。前者較適合運用於可改變的狀況，後者較適用於不可改變的狀況。Folkman 解釋到，因應策略的運用通常是隨著時間混合與改變的，因此要如何將這兩種導向運用在複雜的喪親之慟上？從情緒導向的定義或過去的測量工具都很難區別要運用哪種方式才合適。情緒導向的因應方式在不可改變的狀況下不盡然是最好的因應方式。情緒導向的因應方式可能會被提出爭論，有些人認為當失去摯愛的親人時應禁止悲傷，若沒有控制情緒將造成自己和他人的困難。還有，情緒導向因應方式的定義中包括了控制情緒和表達情緒，這將使情況更為複雜。而另一個分類，「對抗--逃避」也是很難運用的，有些悲慟者可能會逃避情緒的反應，卻對抗其他經驗。因為喪慟包括了多重的壓力，有些是可改變的，有些是不可改變的，不僅是只有對抗或迴避。(Folkman, 2001)

因應行為是心理社會能力的一種重要因素，經由此種行為，個人將能夠平衡並處理各階段的發展任務。有效的發展任務可以維護個人健康的心理功能，以避免壓力所造成的負面結果。

二、Worden 的悲傷歷程任務說

Worden (1996) 認為悲傷復原必須完成四個任務：

(一) 接受失落的事實

成人在面對親人過世第一個反應就是不相信，尤其是在未親眼目睹屍體時，漸漸

的大人會慢慢的度過其否認期，但孩童需依其發展階段來給予依其可以聽懂的方式，且一再地說明，在具體運思期後的孩童才能理解逝者永遠不會再回來，也才能真正體認逝者已經過世了，所以第一項任務就是接受事實。

（二）經驗悲傷的痛苦

孩童會以各種的身體症狀或是異常行為來表現其悲傷失落，孩童需依漸進式及不超過其因應能力的方式來渡過此一任務，父母的因應方式或是重要的他人的因應方式，是最直接影響孩童的。

（三）重新適應一個親人不存在的環境

在失去所愛的人後，必須適應三個領域：

- （1）外在適應—逝者如何影響生者在世的生活上的日常功能。
- （2）內在適應—逝者如何影響生者的自我概念。
- （3）心靈適應—逝者如何影響生者的價值觀和世界觀。

以上所述會受到已逝者在孩童的生活中所扮演的角色所影響，及逝者和孩童的親密關係，日常生活的失序將明顯的影響孩童的適應，隨著時間的流逝，歷經悲傷的孩童會過渡到後面的發展階段，當下的發展階段會提供他對早年失落有一個重新的了解，他所受的衝擊會隨時間改變而改變，此悲傷經驗可能重新再次被喚起。

（四）重新去定位和死者的關係

在情緒上找到和逝者一個新的關係，好讓自己前進，轉換和已逝親人的關係，而非切斷關係。

以下是 1992 年 Silverman 的研究中如何與死者連結：

- 1 定義死亡（死亡去哪裡？）：如認為父母去了天堂。
- 2 體驗死亡：感覺看見逝去的親人、夢亦是一種方式。
- 3 體驗連結：孩童在週年保持和死者的連結是和他說話，而這對孩童來說是有意義

的。孩童會和逝者報告每天發生的事，有些感到悲傷時或想和人說話時，會到公墓和逝者說話。孩童相信他們有得到回應，但這常是模糊不明確的。如小孩表示，媽媽沒有回應，但她已經幫助到我；或她沒有回答我，但我聽到一個聲音....歐。

4 回憶逝者：有些孩童重提和父母愉快的往事，這是承認死亡真實的一個好的徵象。而他也知道那個人，真的離他而去了。漸漸較少憶起逝去的親人，這是穿過悲傷過程很重要的一個現象。

5 和死者連結的：有些孩童會存放一些和逝者之間較個人化相關的東西，尤其在喪慟的前幾個月，這是相當重要的過程。

孩童面對悲傷個別性很大，他們會有來自不同的支持力量或是勇氣來源，或不同的易受傷的部分。調適過程被很多的因素限制著，它們常常互相交互作用著，有 Worden (1996) 六個主要的範疇影響著悲傷調適的過程：

1. 死亡或是喪禮時的宗教儀式。
2. 死亡前過世的父母和孩童的關係。
3. 配偶的功能或是扶養孩童的能力。
4. 家族的大小、結構、因應能力、支持系統、溝通能力、良好的面對壓力及孩童日常生活的中斷及改變。
5. 來自同儕和在外的家族成員的支持。
6. 孩童的發展特徵、年齡、性別、自我感知力、對死亡的瞭解。

了解失喪過程是有助於悲傷任務，任務論並非固定的進程，過程是可以被再檢驗和處理的。並不是每個悲傷者都會進行這些工作，這些工作也不一定有順序的。但一般而言，這個工作的完成，關係到每個策略促進適應。這個公式隱含了「時間」的特性，不同的因應工作適合用於不同的喪慟期。這些工作是必須完成的，如此才能接受這世界的改變，而不僅是接受失落的事實。走出悲傷和經歷痛苦是必須花費時間的。不僅是適應環境，主體環境也需要時間去重建。最後，我們必須說明，喪親者的工作朝向發展新的角色，新的認同和新的關係，而不只是重新定位往生者和繼續走下去。

三、雙軌擺盪理論（dual process model；DPM）

Stroebe（2001）重視個別性尤其是在性別上及文化認同的部分，所以結合了幾個理論提出雙軌擺盪論，他並不認為喪親者一定要接受失落的事實才能走出悲傷，他認為喪親者其實每天是處在接受事實與逃避失落之間來回擺盪，在日常生活中當其沈浸在悲傷時，喪親者會專注在失落親人的悲傷，去緬懷逝者或是經歷悲傷的疼痛，喪親者在此刻會有各種的情緒反應，也許是否認、也許是生氣等等；但當其擺盪到復原導向時，則可能恢復所有的活力，專注於生活上，並嘗試新的活動及關係等等，而人們就在此兩者間來來回回擺盪。

Stroebe 認為所有壓力源形成了喪慟，人們需要去處理無數的壓力，而此壓力可以分類成失落與復原導向，喪慟者專注於失落導向，在這個導向可以和依附理論和其他理論整合。而復原導向則為喪慟者專注於次級壓力源，認知壓力理論是適用於這個假設的。這兩個導向皆會引起焦慮及痛苦。面對壓力源或是躲避壓力源，這是一個變動的過程，在這兩者之間來回的變動趨近，這個調整的過程就是「擺盪」，他並發展出悲傷因應動力的二元模式路徑，他認為在各個導向間正向的感覺與負向的感覺會影響悲傷的復原，而在正向與負向間亦是有擺盪的狀況。

雙軌擺盪理論是一個動態的因應過程，它假設喪親者會在失落導向和恢復導向之間交替，在此時喪親者可能會對抗失落，另一方面逃避，同時又進行恢復的工作，對於適當的因應而言這種交替是必要的。雙軌擺盪理論可以分析對抗—逃避過程。持久的負面感覺會增加悲傷，然而經歷悲傷對喪慟而言是重要的。若正面的心理狀況持續太久可能會忽略了悲傷。雙軌擺盪理論也描述了假設世界的類型和喪親者的意義系統和生活故事。雙軌擺盪理論的交替過程規則修改了先前所提：「悲傷工作定期地消除悲傷。」。

雙軌擺盪理論可以更廣泛的被運用：（1）適用於不同文化；（2）它包括病態悲傷行為；（3）適當因應中喪慟改變的期間，整個模式可以再添加內容上去，不同的範圍

有不同的導向，例如，女性比男性更容易傾向失落導向。

因應喪慟的科學模式它可以測試人們因應悲傷之假設的有效性，科學家的工作就是去尋找規則，如此才能預言結果。因應的理論也可以提供線索去收集有效的資料。測量因應的問卷通常是由臨床經驗和直覺所發展出來。最後，除了以科學的方法建立適當因應的模式，也要瞭解人們如何與失落妥協，我們要學習更多悲傷本身的特性，也必須解答要如何以有效的因應方式去幫助那些非常痛苦的人。

第四節 正向的成長與發展的交互作用

一、青少年期的心理發展

Erikson 提出心理社會理論，指出人生八段每個階段都是一個關鍵，然而青少年是關鍵中的關鍵。強調每期的發展皆會影響到下一期的發展，此階段發展任務為：

- (1) 身體器官與情緒表達趨於成熟。
- (2) 能與同儕中異性相處。
- (3) 能適度扮演帶有性別的社會角色。
- (4) 接納自己的身體容貌。
- (5) 情緒趨於獨立，不在事事依賴父母。
- (6) 考慮選擇對象為將來婚姻準備。
- (7) 學習專長做將來準備。
- (8) 在行為導向上開始有自己的價值觀與倫理的標準。(引自張春興 2001)。

張春興 (2001) 提出現今的青少年有幾個特徵：

(一) 青春期的期限不定：在心理學對青少年的定義不以統一的年齡為根據，而是以青少年的生理、心理、社會三方面發展程度為標準，年齡下限是以個體性器官成熟為

主，上限是以心智及社會發展成熟為止。本世紀初在 13 歲至 18 歲，而目前則在 11 歲至 21 歲之間，隨著社會環境的複雜化，青少年身心的變化更大，價值觀的改變，不穩定的因素增多對於青少年身心的了解更行重要。

(二) 身心發展失卻平衡：現今青少年身體早熟而心理晚熟，其心智能力無法控制身體成熟所產生的衝動。

(三) 不連續文化下成長：傳統農業社會，文化社會的變動是少變動連續性的，生活方式是定型的，然而現今社會變遷快速、工業化、文化失卻連續性，父子兄弟之間其所處環境可能完全不同，則可能產生代溝。

(四) 自我追尋中感到困惑：自我追尋與選擇皆需要能力，現今青少年及處在客觀出路廣闊而主觀條件不足之下，所以多數青少年對前途感到困惑。

(五) 不覺自身在福中：就現今的青少年，因為自幼經歷的是張口吃飯伸手穿衣的生活，就其主觀感受而言，他根本就體認不到身在福中，因為知福才會惜福，知福是靠生活歷練的，而知福和感恩是否關係著轉化歷程，在陳乃榕論文中喪親的孩子，一直處在「我失去了什麼」上，而無法看見「我還擁有什麼」，是活在過去中，這和此期的發展是否相關，是否他的成長發展到能去看見時，是否就是轉化的契機。

將人生的每個時期皆視為「危機」和「轉機」，每個時期都有其需完成的任務，任務未完成前心理危機將持續存在，完成後則出現轉機，發展繼續進行。

青少年的發展任務為自我統合：

(一) 自我統合 ego identity

是一種個人自我一致的心理感受，在認同的過程中個體需經由模仿，使自己和他人的行為、態度、價值標準接近。有理論認為個體為怕失去所愛所以吸取他的特質，成為自我的一部份時，則感到和所愛較接近；另一方面則感到自己有力量。其他理論提到個體對重要他人某些正向特質賦予正向價值，當他透過知覺到自己和重要他人的相似性時，而感受到自己也具有正向價值的特徵。以下是自我認同的三個標準：

1 連續性：過去的我，來自何處？

目前的我，我是誰？

未來的我，將往何處？

2 同一性：自己對自己的看法，與別人對自己的看法相符合。

3 統整性：角色統整，確認自己的性別與應扮演的角色。

若認同不順利，則產生角色混淆，沒有自我控制力，沒有安全感。重要的關係人物包括同輩、友伴及崇敬的楷模對象。而知識對他們來說很快的應用在自己的生活上，他漸漸有他自己獨立的想法與目標，而漸成為一個獨立的個體，此期的思想常是變化無常的，此期同輩團體的關係比以前任何一期來的重。

（二）統合形成 identity formation

是指青少年期在自我統合的歷程中所能達到的統合狀態，青少年處於自我迷失或自我肯定的關鍵期，在統合的過程中會被自己的理想、目標、特徵、個人所扮演的多種角色、他人的期待、期望所影響，個體需去整合。青少年透過探索及內省，漸漸行塑出自己的統合結構。然而如果這過程發生問題則可能產生統合混淆。

統整可分成四種狀態：

- 1.定向型統合（identity achievement）：化解發展危機而達定型定向者如大學考取台大而又安心向學者。
- 2.未定型統合（identity moratorium）：屬發展危機未完全化解，而仍在自我追尋者。
- 3.迷失型統合（identity diffusion）：發展危機無法化解而陷入困境者。
- 4.早閉型統合（identity foreclosure）：屬自己無定見未來一切悉由家長安排者（如守舊家庭被安排繼成父業者）。

（三）統合危機（identity crisis）

自我統合的過程中在心理所產生的危機感，此期需對未來作準備及選擇，所以此期危機感特別重。個人如果角色迷失則會出現所作所為和自己的角色不符，行為無法被認同，則產生自我懷疑退縮等狀況。當個體體驗到危機時，則會試圖去改善，

而這個過程即為調適過程。

二、喪親與發展的交互作用

從家人罹患疾病起，孩童就有可能被特別的保護，大人們以自己主觀的視野在保護孩童，「家」就是家人共同參與所有的事與分享所有的事情的地方，每個成員都互相牽動著彼此，突然的成員消失了，尤其是最重要的成員的退出，如果沒有用孩童能理解的方式說明，或是讓其參與，是否在日後造成影響？而當這位重要的人士又是指引他人生方向及提供未來經濟的重要人物時，是否影響又更大？而在這事件上孩子所扮演的角色是弱勢者，有時並無法清楚的說出自己的感受及想法，因為這個事件已超出他個人所能控制掌握的狀況，青少年的悲傷失落經驗未妥善處理，對他個人所造成的影響相當大，但在父母病危的當下是容易被忽略的。

在臨床上常見喪禮過後對於死者，有時是成為家中談論的禁忌，每當在節日的時候更是家人痛苦的日子，或是家中成員各自逃離，在黃慧涵研究中亦有發現此現象（黃，1992）。較年長的青少年陳述有較大的精神痛苦經驗，然而較年輕的傷慟青少年則描述有較多生理上的苦惱（Corr & Balk, 2001）。

Worden 指出孩童在面對失落時，在行為和情緒上是會改變的，但是他們強烈的受到另一父母或其他成人的影響，正向的家屬是會協助傷慟的孩童去想念逝者，並能帶領孩童去祝福逝者，提供一個安全的環境讓孩童表達思想和感情，是幫助孩童經歷正常的悲傷所必須的。存活成人的悲傷過程對兒童有直接的影響，年輕的孩子一直不自覺的受到外面的世界很大部分的改變和融合，孩童身邊的成人面對和回應世界的方式影響著他們，（Linda Goldman, 2000）。

推論出低自我概念的青少年，以及在死後持久、嚴重悲傷超過 18 個月，是特別容易因長期負面結果而受傷。Fleming and Balmer（1996）他們提出年輕的青少年可能較少和朋友討論他們的悲傷，比起年長的青少年則有更多的自我意識，但相較於他們的

同儕則會顯現出不同的自我意識。不輕易顯露情緒會使年輕的青少年處於易受傷的狀態，引起精神方面的症狀，例如：頭痛、胃痛，並指出問題與建立關係和獲得歸屬感能力的核心議題相關。Fleming and Balmer 推論成熟的發展，在思想與個性形成過程中，能夠使年長的傷慟青少年和同儕討論他們的悲傷。大學生傷慟經驗中指出，較少人願意在沒有傷慟的同儕中去從事這樣的討論。Worden 描述，和沒有傷慟的青少年相比較，傷慟青少年在時間外有更多的焦慮和恐懼，而且認為它是合理的，這樣的反應起源於“父母一方的死亡導致在他們的生命裡缺乏可預測性”（Worden, 1996）。

自我形象的發展是另一個規範的任務。傷慟青少年的自我形象在兒童傷慟研究中顯示出它自己的不同面向：儘管傷慟青少年認為他們的行為與學校表現不如他們那些沒有傷慟的同儕，他們也認為他們自己比起沒有傷慟的青少年更加成熟。Worden (1996) 提出“或許這是他們部份補償的行為，補償自尊上的不足。

Tyson-Rawson (1993, 1996) 從事一項紮根理論，分析女大學生父親死亡的反應。多於小樣本的一半指出，在她們的生活中，她們的父親是繼續存在的。從一項系統理論的觀點來看，她檢視青少年對於父母親死亡的悲傷，在家庭與同儕兩者間關係的脈絡。她發現很少有同儕願意和她的研究受訪者，討論關於傷慟或者有關於他們的父親。傷慟大學生被發現處於沮喪的狀態，幾乎沒有非傷慟的同儕願意和他們討論他們的經驗。

兒童傷慟研究中發現 (Worden, 1996)，傷慟青少年在幾項重要的發展任務和核心議題上，落後於沒有傷慟的同儕。Hogan and DeSantis (1992) 進行中的報告指出，強烈的悲傷反應與青少年脆弱的自我概念是有關聯的。喪親青少年正向增加成熟度，提升對生命意義的理解，清楚重要事務的優先順序。負向為各方面表現暫時性的退化。成為家庭的取代者被迫短期內長大 (schaefer & Moos, 2001)。

Fleming and Adolph (1986) 建議，青春期傷慟需要處理行為、認知以及感情五項核心議題，根據青春期的成熟階段變化。這五個核心議題是 (a) 相信事件的可預測性；(b) 獲得一項支配的能力並且進行控制；(c) 建立歸屬感的關係；(d) 相信世界是公平、公道的；(e) 發展自信的自我概念。一些研究 (Fleming, & Balmer, 1996; Worden,

1996) 已經在青少年發展的脈絡中檢視青春期的傷慟。但是，大多數的研究沒有明確地在發展階段和關鍵的生命任務之概念內檢視青春期的傷慟。

而目前國內的論文中少見討論家庭及手足對青少年的悲傷調適是否有重要影響，僅黃慧涵研究中提到調適過程親子關係較手足關係重，但未提到所扮演的角色及對以後人生的影響；在研究者的臨終陪伴過程中觀察到很多支持著喪親者走過悲傷路是因為對家庭的責任，看到年幼的弟妹，所以咬牙支撐自己走過來，是否責任與付出在談論時常是被忽略，而這是否也是一種面對方式？這是否和民族性有關，在認為「應該」之下就沒什麼好提，只提到弟妹非常非常的敬重他，但這不代表不重要，而是當事者認為是他應該做的？還是臨床所見都是五、六十歲世代的差異所產生的結果就不同？這些現象有待釐清。

三、 正向影響的相關因素與影響探討

(一) 國內外論文分析

在喪親研究中發現，對於影響及增強悲傷經驗的正向結果的研究，回顧國內外的文獻仍相當的少，對這部分的知仍相當不足。孩童如何走過悲傷？孩童的再度建構死者意向的介面在哪兒？由於孩童人格尚未成熟，他們經常模仿重要他人因應機制或溝通形式，並且可能因此限制他們的情緒反應以迎合家長的影響 (Oltjenbruns, 2001)，在孩童的生命故事中，此階段的重要他人（也許是父母、也許是老師、也許是陪伴的阿嬤？）對死亡的態度及價值觀，是否扮演著孩童是否正向發展關鍵的角色？

儘管失去親人之後會發生深遠、痛苦的變化，喪親，像其他生命危機一樣，能預兆個人轉變。個人在喪親經驗中的成長經常表現在增加的獨立性，自我信賴和自我效能；更多的智慧，成熟，同情並理解其他人；同時改變對生活的洞察並加強了宗教信仰 (Calhoun & Tedeschi, 1990; Kessler, 1987; Simon & Drantell, 1998)。

在他們尋求意義的過程中，一些喪親的個體可以看見他們自己變的較差的判斷

力，但有較多的慈悲和耐性。其它人重新評價他們重要事務的優先順序，並且了解工作和金錢沒有家庭重要。因為明白死亡可能在任何時候發生，喪親的個體重新專注在生活中更多的目標，更重視他們所愛的人。從死亡衍生出一些有益的渴望，同時對其所愛的人之生命賦予意義，如此會促使喪親的個體在他人悲傷時提供協助並且賦予同情(Hogan et al., 1996)。

Oltjenbruns (1991)發現超過 95%的青少年隨著家庭成員或者朋友的死亡至少有一種正向的結果。最普遍的結果是對生命有更深的感激。其他結果包括更好的溝通技能和解決問題的能力，與他人更強的連結，增加了對情感的強度和同理。一些青少年也注意到他們對死亡不再那麼害怕，更獨立，更清楚重要事務的優先順序。正面的精神狀況 (Positive psychological states)：在悲傷期間若有微笑與笑聲對於將來的適應有正面的幫助。在喪慟壓力中尋找正面的意義可以增加正面的影響和降低沮喪。

Folkman (1997)認為(1)意義基礎的過程可以導致正面精神狀況。(2)消極的精神狀況可能促使人們去尋找或創造正面的精神狀況以獲得釋放。(3)正面精神狀況可以導致評估和因應，所以因應的努力是持久不變的。最近的研究發現，正面情緒不一定能充分影響結果，而是正面的意義架構才能造成適當的因應。

在侯南隆(2000)的研究中指出，同儕團體的情感支持力量是喪親青少年用已維繫人際互動關係的重要機制，但是如相處狀況是衝突時，反而是強化負向感受與行為反應的主因。從悲傷中復原的孩童能夠對自我更有概念，更積極正向更能朝向統合達成的狀態。感受到他人對自己的好時，常是轉化的契機，改變的力量是「關心」。

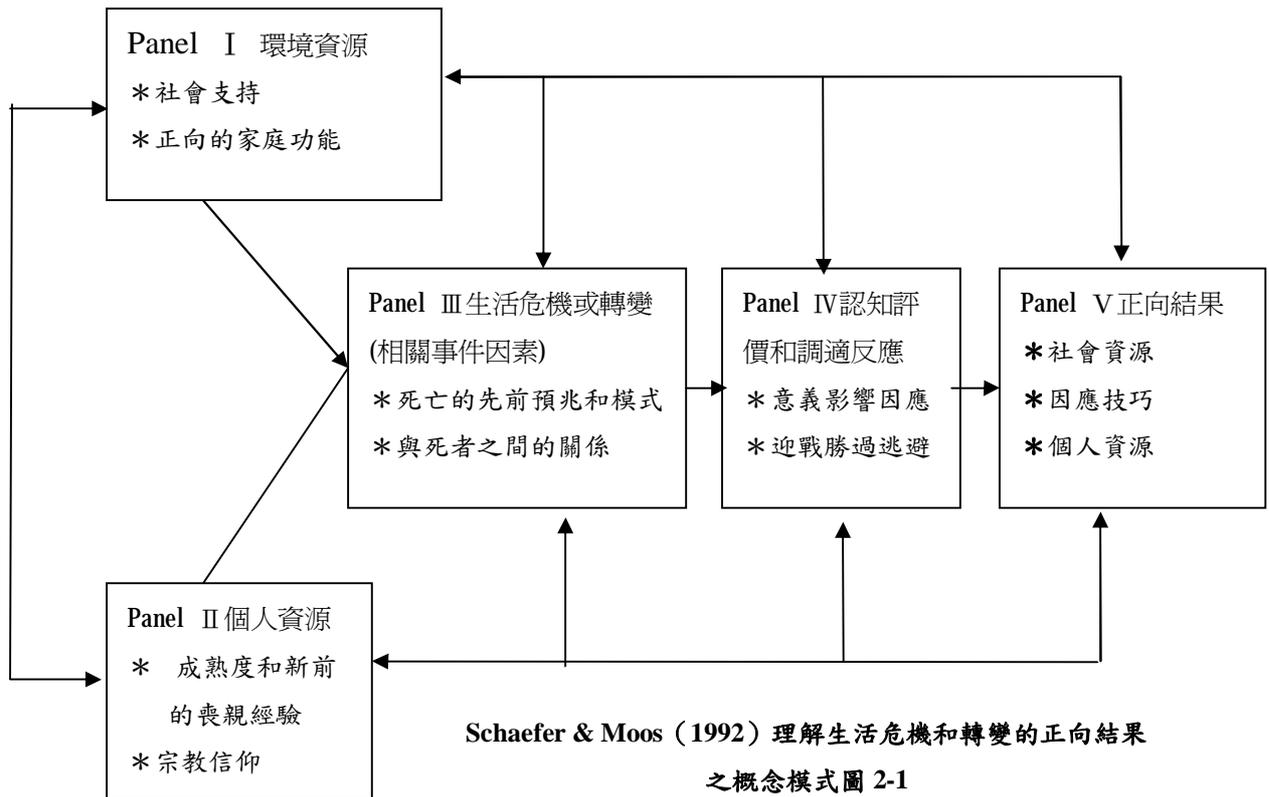
丁晨(2003)研究在「一位極重度多重障礙者生命意義之探討中」指出健康的親子依附關係，對個人生活適應及創傷調適具有深遠的影響且是轉化的關鍵。

施惠琪(2001)在其復原力之相關研究中指出，成人超越逆境的因素在認知行為上有：正向積極的信念、對事件能從不同的角度觀之的能力、有改善自我的意願和能力；在處理策略上：專注力的提昇、能與挫折情境分開、表達與管理情緒的能力、練習放鬆身心的技巧；良好的支持系統；個人特質部分：對家庭的責任感、堅毅的人格特質、具有同理心、願意幫助別人的能力。此為個人超越逆境常見的因素。

(二) 正向因應相關理論探討

1. Schaefer & Moos 理解生活危機和轉變的正向結果之概念模式

Schaefer & Moos (1992) 發展一套概念化模式，為了去理解生活危機和轉變的正向結果(圖 2-1)。



在這裡，他們把這個模型應用在喪親經驗，並且使用它處理下列問題：隨著喪親一些個體特別可能出現對自我新的覺察，成熟度增加，並且對生命有更多的欣賞。

根據模式，個人存在的環境和個人資源，會影響他們面對生活危機和轉變，並且形成對這些事件的評價和因應。逐漸地、這些資源會隨著危機和轉變促成正向的結果。在這模式中有兩個路徑會導致這些過程的改變，並且顯示互起作用的回饋反應在每個階段都會發生。

環境系統包括個人的財務，家庭，社區生活狀況和社區關係以及來自家庭，朋友和同事的社會支持。個人系統包括個人的社會人格特質和個人資源例如自信，彈性，生存的因應技巧。在喪親前這些個人擁有的全部因應技能，在面對親人死亡時是利

用的個人資源。與事件相關的因素包括危機的本質及發生的時間，在如何的脈絡內發生，以及它的突發性和可控制力。

在這個模式中，因應被認為是一個關鍵性過程，在生活危機事件後的一段時期，透過個人和社會資源顯示了提升的心理功能。我們同時檢視因應的過程和結果，取決於喪親何時發生。個體面對喪親調適的反應反映其調適的過程。由於喪親所發展出新的因應技能是個人成長的結果，當將來的危機發生時，可視為往後的個人資源。

觸及驅近和逃避的因應技能，我們對調適反應做了分類。趨近因應包括以合乎邏輯的模式分析危機的趨勢，以一種更正向的觀點重新評價它，並且採取行動解決問題，或者尋求支持。逃避因應包含企圖去輕忽問題，尋求替代的報償，過度表達情感，或者認定沒有什麼可做去改變情勢。

隨著危機事件個人可經驗到最近程和最終極的兩種結果：

(a) 社會資源的提升：包括與家庭和朋友間更好的關係，並且發展新的知己和支持網絡。

(b) 因應技能的提升：有能力去調整影響，尋求幫助，並且合乎邏輯去思考問題。終極的結果是個人資源的提升，如增加自我了解，同理心，成熟和利他主義。

這些模式能幫助計畫具體化的去研究環境、個人資源，和調適因素可能刺激正向的結果。

在個人成長的模式裡，個體所擁有的社會和個人資源（圖 2-1），在喪親前被視為是影響對失落的評價，和處理悲傷的因應策略(panel IV)。依次，這些資源和因應過程預報喪親後的結果(panel V)。如圖 2-1 中所示，我們將新的資源列入因喪親，個體所獲得的近期和最終的結果。剛喪親後的社會資源(例如改善的婚姻關係，以及與家庭成員和朋友更親密)，因應技能(提升合乎邏輯性思考問題的能力或尋求幫助)是近期的結果。這些通常發生在前並且有助於提升個人資源，增加自尊，成熟和生活的滿意度。依次，如模型中所示，提升個人資源有助於個人的社會資源和因應技能的更進一步發展。

正向思考的人較容易度過挫折，在歷史上集中營裡能度過危機的一般都是相信事

情種總會過去的，所以他們保有彈性及復原力安然的度過逆境。有正向情緒的人遇到挫折較易於度過，負向的情緒會慢慢腐蝕你的健康與生產力 (Rath & Clifton,2005)，在侯南隆 (2000) 的研究中發現採取負向生活態度的喪親青少年，容易產生偏差行為易朝向負向統合發展。死亡是生命中一個重大的事件，對處在發展中的青少年更是重要，死亡所造成的失落及改變，在在衝突著他的發展，如何擁有正向特質去面對這一連串的失落，回顧以上之研究仍有些是朝向正向發展，所以這是值得深入探索發現的。

2.復原力理論

人類的一生有順遂也有逆境，逆境的狀況包括生活不如意、工作不順利、死亡、身體出狀況、災變、戰爭等等。為什麼有人可以輕易的應付生命中的重大考驗，可以輕易的獲得轉化或解決，有人卻無法自拔；有人在經過逆境復原之後更加的茁壯強大。同樣面對逆境為何在不同人身上會有不同的結果？國外學者在 1950 年代起即開始注意到復原力量與人之間的關係並進行研究。

蕭文 (2000) 指出「個人具有的某些特質或能力，使個人處於危機或壓力情境中時，能發展出健康的因應策略即是復原力」。復原力是多面樣的現象，個人有合適的內在環境或外在環境因素的支持時，會促使個體本身從逆境中顯露復原力去克服困境或壓力而獲得復原。復原力被視為是流動狀態，並非固定不變或是絕對的能力，無法以單一的指標來表示，是隨著個人和環境互動的結果而改變復原的作用。

以下為蕭文 (2000) 統整出的復原力的特性：

- 1.復原力是個人所具有的一種能力、潛能或特質。
- 2.復原力是一種個體與環境交互作用因應的過程。
- 3.強調復原的結果是克服困境恢復良好適應的功能或行為結果。

復原力的內涵為內外保護因子。內在保護因子就是指個體本身具有的保護因子包括心理能力及人格特質如內控人格、意志力、同理他人、獨立、樂觀、彈性、學習潛能、願意接受新觀念、信任他人等等。外在保護因子指個體以外環境具有促進個體成功調適的因素包括家庭、學校及社區如家庭的向心力、家庭凝聚力、開放程度、正

向角色的楷模、連結成功或快樂的積極經驗等。個人的內在保護因子需與外在保護因子產生交互作用，才能發揮復原的結果。

而朱森楠（2006）整理國內外學者，認為保護因子在緩和危機因子的過程中有四個階段：

- 1.減低危機的衝擊或減少暴露在危機中。
- 2.減低不好事件或經驗的負向連結反應。
- 3.透過成就表現以促進自尊及自我效能。。
- 4.運用積極關係及新機會以提供所需求的資源或生活新方向。

國外學者（Brooks & Goldstein,2004）更提出擁有挫折復原力的十個要素：

- 1.改變生活：更改負面腳本。
- 2.選擇抗壓，而不是被壓力擊垮。
- 3.用別人的觀點觀察生活。
- 4.有效溝通。
- 5.接納自己及家人。
- 6.貼近他人及發揮憐憫心。
- 7.有效處理錯誤。
- 8.培養特長，欣然面對成功。
- 9 訓練自律及自制力。
- 10.挫折復原力的心得：維持心智堅韌的生活形態。

並一再強調正向心理及更改人生負面腳本的重要，改變負面的思考，為自己的行為負責，就能開啟更寬廣的路。（Brooks & Goldstein,2004）

綜合國內外研究發現及正向結果之概念模式，期望在對應喪親青少年的整體處境時，可以評估出她的內外資的資源狀況，加上復原力的理論分析出個人獨特的特質，期望在此兩種理論架構運用下，尋找到喪親青少年的悲傷調適正向因應力量的來源及轉化的契機。

第三章 研究方法

第一節 敘事方法的選擇

質性研究在西方社會科學界，在不同時代歷史下有不同的意義，從 1900 年代起發展至今，在目前它的研究可以是對人的生活、人們的故事、行為，以及組織運作、社會運動或人際關係的研究，只要不是經由統計程序或其他量化手續而產生研究結果的方法即是質性研究法 (Strauss & Corbin, 1997)。

質性研究是人文社會科學常用的研究方法，人的思想和行為是非常獨特的，對具體的個人和事件進行解釋和說明需要微觀的深入瞭解，本研究以敘事研究為取向，深入瞭解喪親青少年的整體生命經驗，因為它的深入及獨特性，量化研究無法達到此需要，所以研究者認為質性研究法會是最適合的研究選擇。

本研究受訪者為歷經喪親事件，由當事者回溯敘說並與研究者共同體驗事件及賦予意義，敘事研究強調的是探索個人經驗的意義，對生命事件重新理解及詮釋，述說是介於經驗與真實間，經由回溯的敘事，事件脈絡會有新的發展，在發展過程中重新建構新的意義。

敘事理論指出，從出生的那一刻開始，意義即透過深藏於家庭和文化的故事來傳遞。McAdams (1988) 指出生命故事與自我認同是被建構出來的，始於青少年晚期有意識的、或是尚未被意識到的好的 (成熟的)、壞的 (混亂的) 故事 (諸多母數) 指涉個人的自我認同狀態。自我認同 (身分) 是人格中比較屬於知識的部份，較不涉及人格的運作，或是功能。在進入青春期的後，青少年具備形式運作，為自己做傳記的能力。能夠如實的統整個人之未來計畫/目標及過去經驗，而形成較現實感，較真實的生命故事。生命規劃：具備生命延展性，個人特質於過去、現今以至於未來，保持統整與延續的特色。McAdams (1988) 並指出我們並不是從敘事中去發現自己，而是從敘事中去創造自己。

「敘事研究」(narrative research) 乃是應用故事以描述人類生活經驗及如何建構其意義的探究方式。吳芝儀 (2005) 對於敘事與敘事研究做出歸類：(一) 敘事即故事：關注敘事的內容；(二) 敘事即基模：關注敘事的結構；(三) 敘事即建構歷程。Stein & Policastro (1984) 亦指出敘事「要有人物」；文法上的核心成分是「因果鏈」；聽故事的人會自動的以因果次序來連結故事的不同成分；好故事，因果關係明確；壞故事，故事中的組成之間的關係混亂。故事協助當事人洞悉，並且整合個人生活與生命中的重要部分而形成一和諧整體，因而可以協助個人解決個人的問題Stein & Policastro (1984)。

德國學者 Schutze (1997) 歸納出引導敘事研究進行的三階段程序 (Flick, 1998；引自吳芝儀，2005：163-164)。

1. 初次訪談：在訪談的起始研究者可以以較大範圍開始，慢慢隨著受訪者的回應進行會談式訪談，如「從母親生病以來，已經有多久的時間？，這段期間之中你最記得哪些事？」引導個受訪者主要的敘事。
2. 敘事探究：從受訪者初步訪談敘說中抽取出關鍵生命事件，請受訪者再一次詳細的描述事件，及事件相關的人、事、物、時，及其在事件發生前後對自己的看法
3. 平衡階段：此階段主要是這重要事件對受訪者如何影響，及受訪者自己如何看待。

不同的學者對敘事提出不同的定義，然而敘事分析亦是有不同的類別，根據吳芝儀 (2005) 統整出以下五點：

- (一) Mishlerh (1995)：將敘事分析分成三類型，敘事的內容、敘事的結構、敘事的功能。
- (二) Lieblich, Tuval-Mashiach & Zilber (1998)：提出一個整合內容和形式，並分別以整合的和類別的觀點來進行分析。
- (三) Riesman (1993)：人們談論其經驗的方式，強調故事為什麼是以此方式被敘說，解剪事情境脈絡對人們所說故事的影響。
- (四) Polkinghorne (1995)：研究者需在不同的受訪者中找出共通主題加以分

類，並進一步概念類別之間關係及探究人們如何應用各種內外資源來建構故事。

(五) Murry (2000)：提出敘事分析的四個層次：個人的、人際的、位置的、社會的。

Lieblich (1998) 等人提出「整體－內容」、「整體－形式」、「類別－內容」、「類別－形式」四種類型的分析模式，「整體－內容」是將生命故事視為整體，探索一個人的發展歷程；「類別－內容」的敘事分析方式是將整體內容依類別在文本中萃取出來，故本研究僅就「整體－內容」來進行分析，將個人的完整故事清楚的呈現，再加上「類別－內容」分析方式將悲傷調適的因應方式、情緒、正向因子清楚歸類分析出來，進而對其整個歷程有更深刻的理解，期望在整體性及結構中真正理解青少年悲傷歷程的正向轉化契機。依 Lieblich, Tuval-Mashiach & Zilber (1998)：提出整體和類別的觀點如下：

整體－內容分析：完整的故事呈現需經過幾個過程：

1. 反覆的閱讀直到浮現一個模式：反覆的閱讀整個文本資料，直到浮現整個故事的模式，反覆閱讀有時會有不同的看見及靈感。
2. 寫下最初的整體印象：經反覆的閱讀後寫下對每個故事的整體印象
3. 從內容中選定焦點：順著故事的內容脈絡，決定焦點，並依焦點加以延伸。
4. 將不同主題標示出來，分開並仔細閱讀。
5. 用不同之方法追蹤分析的結果：反覆思索所下的結論是否貼切、處處注意是否遺漏。

第二節 研究的實際過程

一、研究受訪者

Alicia Skinner Cook (2001) 認為研究必須非常的謹慎及尊重受訪者，尤其喪親的孩子，並對以下提出想法，有關悲傷歷程之研究，徵求受訪者之重要變項包括：辨識與接近受訪者、有關失落事件之研究時間需求、以及與失落相關環境之考量。

(一)徵求方法

許多探討悲傷歷程之研究者，會找尋組織及機關的幫忙（如安寧機構、醫院、腫瘤科門診、殯儀館），以作為接近受訪者之橋樑。但是，為避免有興趣議題之衝突，及獲得更具代表性之樣本，某些研究者偏好自公共文件中尋找受訪者來參與研究（像是死亡證明書、地方報紙之死亡專欄）。徵求受訪者的形式也會影響反應之真實性，及引發研究者帶給受訪者之倫理兩難問題；當具強烈宗教信仰者，其想法以及其感覺不同時，他們亦會經歷道德或靈性危機。本研究礙於喪親青少年易於隱藏，故以研究者以往在安寧照顧時的遺族為主，在不被威脅強迫下，先請家長代為邀請，之後再詳細說明研究方法及目的、簽同意書、正式訪談，並清楚告知受訪者可以隨時終止訪談。

(二)徵求時間點

依臨床觀察喪親的青少年初期較不願意被提到喪親事件，會刻意躲避，或敷衍回應，本研究以喪親五年之受訪者為研究對象，主要是因為這時期受訪者距離喪親已經一段時間，對於喪親後的生活適應已經有相當的體悟，又正處在人生的轉捩點上，依敘說的精神，也許對受訪者重新看待喪親事件會有幫助，亦是最恰當的時機。

(三)接觸有關失落之環境

某些型態之失落會引發有關徵求受訪者其進一步倫理議題。研究指出，在命案中的倖存者通常會恐懼他們自身安全問題，對陌生人亦會過度警戒(Cook & Oltjenbruns, 1998)；對研究者而言，如何使對方認同、解釋資料如何收集與應用是相當重要的以減少他們的疑慮；適度的回應及提供逝者的狀態亦是獲取認同及親近的方式；在訪談過程中「保密」會是受訪者願意再接受訪談及相當關切的重要因素。

(四)同意是真正或只是隨意被告知？

喪親研究通常牽涉整個家庭系統或次系統 (像子女、配偶)，而不只是單一個人，一些研究者建議於會談時採用臨時性同意措施，可使家庭成員有機會阻止研究者、或至少去避免特別困難之問題

就以上倫理的要點，因父母親不同的死亡方式，對孩童或是家人的影響是有差異的 (Worden,1996)，本研究僅就癌症患者的孩童為研究對象，未包含所有的喪親孩童以減輕之間的差異，讓研究能更深入、減低干擾因素。本研究對象的選擇為針對中部地區喪親之孩童所進行的敘事研究，因為幼童非口語表達較多，理解困難，所以選擇青少年為對象，且喪親時間太短，研究受訪者可能悲傷歷程仍在急性期；時間太久，對事件易有遺忘或與真實之間差距可能較大，所以這都是本研究需注意的地方。因此本研究的研究受訪者需符合以下條件：

1. 喪親時間 5 年的青少年為研究受訪者。
- 2 受訪者本人及僅存父母皆同意訪談。
- 3 本研究的受訪者為中部某醫學中心之安寧療護收案患者之遺族，符合收案條件者，經過研究者一一再確認，完全符合者為研究受訪者。

二、研究者

一般在研究的設計上會將倫理上的問題減除，但當研究實際進行時，卻可能還是會產生倫理問題，需仰賴研究者的技術與敏感度。針對研究者 Alicia Skinner Cook (2001) 提出以下兩點：

(一) ”有資格”的定義 詢問有關個人情緒上、像失落的傷慟議題之研究時，需要對研究者的必要資格作進一步的評估。此步驟可增進自研究獲得資訊的品質，以及增加會談者與受訪者間的舒適程度。「有資格」的定義亦包括了個人及專業性。

(二) 偏見 若研究者及受訪者來自不同文化背景，陳腔濫調及文化假設也會造成錯誤的了解或結論。

研究的好壞首重研究者是否會提問問題？提問問題就產生所謂的研究者的問題意識，而問題意識是一種動態發展的問題建構歷程，應被置放在研究過程的核心位置上，它貫穿於整個研究過程中，是研究產生理論創造與經驗洞察的重要條件，要讓經驗性語言保持開放，就必須讓研究者與受訪者進入真正的對話關係中，是以一個真正交往溝通的對象出現在我們面前，因此研究是對話、是互為主體，在對話時誰也無法控制對話的進行和結果，這對問題意識的架構有很大的意義，因為它的重要在於洞察（鄒川雄，2005）。而這能力的培養來自研究者所讀的文獻資料、專業經驗、個人經驗（徐宗國，2004）。所以研究者的敏感性、洞察力、對此領域的熟悉度、個人的開放性、自省能力、可信賴的特質，皆相當重要，如此才能做一個較深入、貼近真實的觀察研究者。

綜合以上個人在此研究中受過齊全學校護理訓練，並在醫院從事臨床護理工作 8 年，最後從事安寧病房及安寧居家照顧達 4 年，在 4 年期間全責的陪伴 200-300 個家庭度過疾病、死亡過程，並持續與困苦的家庭保持聯繫，對喪親家屬有深刻的觀察及陪伴，研究者並受過安寧照顧專業訓練達 300 多個時數，在服務眾多的受訪者中已訓練出專業的敏感度，期望依此背景能更深刻的深入瞭解喪親青少年的失落悲傷過程，

並觀察統整出正向發展的相關因素。在進入研究所後一年級修習了質性研究方法、人文學科研究方法、量化研究方法、本校社會學系所主辦的「質性研究方法與議題創新之學術研討會」，廣泛的學習，讓自己能在諸多的方法論中找到適合本研究的方法，期望自己在實務及理論均備下完成研究目標。

三、研究工具

- (一) 訪談工具：本研究的訪談工具有訪談大綱、錄音設備、訪談日誌、電話、訪談同意書、父母之同意書。
- (二) 文件檔案：訪談逐字稿、轉錄光碟保存、各類日誌、同意書、邀請函、受訪者手稿。
- (二) 資料整理與分析：文本逐字稿。

第三節 資料的蒐集過程

本研究主要以個人敘事為蒐集資料的方法，在此同時先和受訪者之僅存父母聯繫，並獲得其同意讓家中青少年和研究者接觸，待建立關係後，在受訪者同意及不被強迫下接受訪問。

1. 訪談大綱：就研究方法為不誤導青少年之思考及想法，盡量是使用開放性之問句及青少年使用之口吻，是為半結構之訪談大綱，僅列出訪談指引，以防訪談流於沒有焦點的談話，故仍須擬定每次訪談的焦點，再依其話語向外擴展延伸。
2. 訪談時間：預計訪談三次以上，為不影響受訪者其課業與常規生活，選擇在週末、週日接受訪談。最後共訪談兩位，一位已經為正向因應的受訪者，一位仍處於擺盪中的受訪者，最後只選擇擺盪中的個案為文本分析。

- 3.訪談空間：選擇距離受訪者家最為接近之庭園餐廳，環境安靜及僻靜，減少其受干擾及有安全感。
- 4.錄音處理：已先行徵得受訪者接受錄音，並在一星期內打成逐字稿，與指導教授討論內容及檢討每次訪談過程之經驗，撰寫研究日誌與實地日誌，並整理出下次訪談之焦點，最後讓受訪者確認內容，以增加訪談內容之準確性及確實表達了受訪者的想法。

第四節 資料的分析過程

本研究依Lieblich 等人(1998) 所建立之分析方式來進行資料分析，僅使用「整體—內容」的敘事分析法，及「類別—內容」的敘事分析法，將資料作一詳細的分析。「整體—內容」的敘事分析法是以「整體—內容」為取向的敘事分析，是將生命故事視為整體，分析的是整個生命故事，探索一個人從過去到現在的發展歷程。「類別—內容」的敘事研究分析，類似「內容分析」，將已被清楚界定的有關研究主題的類別，從整體文本中被摘取出來，再推演出概念及核心概念。

本研究遵循以上文獻之指引在形成逐字稿後，研究者並再與錄音再次相比對，並將訪談時的肢體語言及情緒加註在逐字稿中增加理解及避免疏漏，閱讀逐字稿的同時必要時亦反覆再聆聽受訪的錄音，去抓取整體的意涵及精髓，進而理解受訪者完整獨特的生命。以整體的生命故事、印象、再加上關鍵的整體不友善處遇，將整個故事更有力的突顯出喪親青少年的遭遇，讓讀者充分理解整體生命故事及對故事有一個鋪陳後，再做深度的「類別—內容」剖析，定義類別內容再將資料分類至類別中得出概念，層層思考並反覆揣摩命名之準確與否，由悲傷歷程廣泛的因應方式再深入朝向研究的主題核心，一同探究悲傷歷程中的正向因子。

第五節 研究倫理

Alicia Skinner Cook (2001) 指出檢驗倫理議題必始於基本道德原則，以形成專業上最高倫理標準運作之基礎，包括：自主、不傷害、行善、公平、誠信與誠實原則。早於 1981 年，Davis 觀察人體實驗原則，並已正式產生了至少 33 條不同之倫理準則及規章，總結如下：

- (a) 倫理方法應該用於徵求受訪者，其權益產生重大衝突之時。
- (b) 受訪者有義務了解所有必須用於告知決定之資訊，以及允許他們依其意願退出此研究。
- (c) 所有不必要（包括秘密性、心理性及社會性）之危險性應被消除。
- (d) 對個別研究者或其學會而言，其所獲利益應大於危險性。
- (e) 唯有經過檢定之研究者方能執行科學研究。

研究倫理的基本教義是不傷害，但在某些情況下，不道德的應用研究發現也可能會發生，特別在異常性創傷及受虐的人口。以下是 Alicia Skinner Cook (2001) 之整理：

- (一) 洩密之威脅：秘密的基本觀念於家人間亦適用，但於家庭會議時會產生特殊秘密性考量，這些情況需考慮所有家庭成員的權利與需求之特殊敏感性。
- (二) 未預期之洩漏：在研究計劃中產生之倫理議題通常難以預期，研究者於會談之前，未預期地洩漏秘密仍為一倫理兩難困境。
- (三) 研究引發之壓力：在大部分因經驗造成傷害之科學性心理研究報告當中，對受訪者而言是不常見的，喪親研究也不例外。研究方法的選擇也會影響評估研究情緒狀態效益之能力，但不管使用何種方法，倫理協定依然存在。
- (四) 文化常模之違背：某些因文化上及道德上相異而發生之危機，並未被研究者預期或覺察，某些人甚至會違反文化價值或信念，例如在某些文化團體

當中，詢問任何與死亡有關的事物即被認為不吉利。

- (五) 不道德的應用研究發現：一旦完成研究，研究成果發表即成為專業責任。事實上，未廣泛發布研究結果即視為不道德，能廣為使用之資訊才能使人更了解人類對失落的反應，及加強努力介入之有效性。
- (六) 回應者的自我報告：對受訪者的相似反應，有些人視之為危機，但其他人則視為益處。在西方社會中，表達悲傷和流淚與壓力和負面事件有關，因此引發此種行為之研究也通常被視為一負面衝擊。但出乎意料之外，在喪親研究中，受訪者通常都喜歡有表達情感及討論失落的機會。
- (七) 實驗性研究：然而受訪者是否為決定參與研究，是有益或有害的最佳人選呢？什麼樣的認知過程能造成正向的生理及心理的利益呢？研究者發現，若只是負面情緒的發洩，會在每一次研究後造成立即性的情緒惡化，如悲傷、憂鬱、罪惡感、或憤怒等情緒，然而，這些情緒不見得會一直持續著；何況，深度情感與相關思想的表達會產生領悟，對長期健康也有正面效應。當說出或寫出創傷事件時，受訪者亦顯示出免疫功能及其他正向生理指標的改善，並藉由反覆面對創傷來療癒。明顯地，傷慟研究有其特殊焦點內容，對悲傷經驗相關變項亦有特殊深切探討（如憤怒感、隔離）；例如，視「死亡即是被遺棄」之相關問題，亦即牽涉了認知結構對未來的看法。

本研究依持以上所述之倫理準則進行研究計畫，以受訪者之最大權益及不傷害原則為主，在訪談進行期間密切觀察受訪者之身心反應，及日常行為之改變，並保持與臨床青少年心理醫師討論受訪者之狀態。在第一次進行訪談時即清楚告知研究內容、目的、可能受訪者會有之情緒的反應、受訪者的權益、簽署同意書等等。而對於後續之追蹤在訪談結束後仍會持續進行，同時亦會和受訪者之家長密切聯繫，適度提供各方面之協助。

第四章 研究結果分析與討論

本章以研究參與者「屏」的敘說文本為主，使用敘事研究的兩種分析方式來加以分析青少年在面對喪親後的失落經驗，並探究潛在的正向因子，分析受訪者可能的復原力量。第一節以「整體－內容」將「屏」的生命故事視為整體，看的是整個生命故事，探索「屏」從過去到現在的發展脈絡。第二節「類別－內容」的分析方式，來探討青少年喪親後的悲傷歷程及正向因子。

第一節 「整體－內容」分析

本節以「整體－內容」取向進行敘事分析，第一階段焦點擺在「屏」的完整生命故事所呈現的內容，研究者反覆聆聽「屏」的錄音及逐字稿，體會及感受「屏」所言說的各種狀態，進而整合出整體的生命故事；第二階段為青少年在整體的事件中，以當事者主體的感受，來分析所有不友善的處遇。第三階段進行整體印象分析，提出「整體－內容」分析的主題。

壹、「屏」的生命故事

在「整體－內容」分析部分，是以時間為軸線，重要人物、或關鍵事件為要素，來敘說並串起「屏」的生命故事。

<幸福的童年>

在輕風吹撫、夕陽西落的傍晚時分，最喜歡和媽媽、外婆、哥哥、還有表弟，到田裡去種菜、澆水，這是最快樂、最充實的童年歲月，每天無憂無慮。即便到現在，我偶

而還是會夢到和媽媽在田裡玩耍，回到那種很平常卻令人回味及嚮往的日子，這種幸福的感覺讓我常常捨不得從夢裡醒來。

<變調的幸福～～媽媽生病>

我的媽媽是一個純樸善良的女人，她把我們照顧的很好，我有一個哥哥，我們都是爸爸媽媽的心肝寶貝，每天我無憂無慮的生活，鳥語花香，世界彷彿為我而轉動。

因為媽媽工作的關係，小時候我們是住在外婆家，後來我們在附近買了房子就搬了過去，一直都過著簡單平凡的生活。小一開始我的功課就很好，老師也最疼我，常常有同學在吃醋，會抱怨老師對我特別好，我有一些些的驕傲，班上的事情，大家都以我的意見為主。

晴天突然烏雲密佈，有一天我聽到大人們說媽媽生病了，不懂，但是從他們說話的表情神色，我感覺到好像很恐怖。媽媽是我最親的人，一向我有任何的問題都是問媽媽的，對於這件事我實在是有太多的疑問及不懂，可是我不能問媽媽，怕她會難過，我只有自己想，就是不知道該怎麼辦，就比如他們說媽媽會離開我，也不知道他們說的是不是真的。

在後來媽媽求醫的那段日子裡，媽媽住院治療總是來來回回的，我們回到外婆家住，因為爸爸要照顧媽媽，帶著媽媽到處求醫，感覺爸爸跟媽媽就是到處跑來跑去，人家說什麼就去試，常常不在，看他們每天都很忙，而每天一早媽媽就在煮豆漿、五行湯、還有一些藥草、生機食物，媽媽很努力要讓自己好起來，所以我們也盡量不去增加媽媽的麻煩，而每次的進出一次醫院都可以感受到媽媽更加的瘦弱。記得有一次，我跟爸爸和媽媽到南投去找一個奇怪的祖傳藥粉，感覺機車騎了很久、問了很多人才找到那個地方，那個師父要我們喝下藥粉，如果有不舒服或是嘔吐，就表示身體有問題，而他們會看嘔吐的顏色來判斷你的疾病，結果爸爸和媽媽喝了一直吐，就癱在那裡，我有喝但是沒有吐，對於小小年紀的我，就覺得很恐怖，從沒看過爸爸媽媽那樣，後來有另外一個家庭也來，吃完也是吐的東倒西歪，現在想想當時的行為，就覺得怎麼那麼好笑，這個

時期大家一心只想醫治好媽媽，而我也學著較獨立的去打理自己上學的事情。

有些時候阿嬤他們在說媽媽的病情，就是會死呀！其實我並不懂死會怎樣，可是就是覺得很恐怖。聽到大人的討論，當時不知該如何反應，就是會躲起來哭，而聽到的事，我不敢跟媽媽求證只會偷偷觀察，這個時期的我是比較獨立一些，但是感覺心中開始藏著我無法理解的事情，在我單純的生活世界中，已經悄悄的起了大變化，我害怕、恐懼不知下一刻會有什麼樣的事情發生。而此時期我更孤單一些，我不再是大家最關注、最特別的那個人。

<離情依依～～與媽媽最後的互動>

在我小四小五的那一段期間，有時媽媽會在醫院、有時就在家裡，在最後的日子裡，很珍惜和媽媽相處的那段時光，記得媽媽後來變的很瘦，肚子又大大的有腹水，呼吸有點喘，有一天她以為她要死了，用那無助、虛弱的口氣跟我說：「我肚子很大怎麼辦？」、「我快要死了！…」、「我會在天上看著你長大！」，我哭著跟她說：「不要..不要！」，我永遠都不會忘記她跟我講這些話時無助及絕望的神情。其實當媽媽在講這些時，我很難過，卻不知該如何回應媽媽，這也是媽媽最後跟我的說話，以往媽媽都是我的靠山，媽媽什麼都懂，什麼都會，現在這樣的媽媽是我所不認識的媽媽、是無助陌生的媽媽、是在跟我告別的媽媽。

以往我常和媽媽一起唱歌，這是我們母女兩個最親密時光，在唱歌時我感到快樂、幸福，而這次是讓我感到最悲傷、難過的一次，記得唱到「火車已經到車站，我的眼眶漸漸紅～」，這是我們兩個最後一起唱的歌，眼淚不停的流得滿面，彷彿我們彼此都知道相處的日子不多了，我不敢抬頭看我的母親，不過我想..我的母親應該也是滿臉的淚水吧。

我很在意媽媽的感受，我要保護她，不可以讓任何人傷害她。因為爸爸要照顧媽媽，所以我家的錢都用光了，房子的貸款繳不起，所以要賣掉房子，在這段期間陸陸續續有人去看房子，可是我們鄰居以前跟我們很好的一位阿婆，到處去跟人家說：「住我們家

會生病，媽媽會傳染！」。彷彿靠近我們就會得病般，以致於賣屋不順利，到後來不知哪一個大嘴巴的告訴我媽媽，媽媽聽到後就很難過、很自卑，那晚我拿起她吃過的稀飯要吃，馬上被她制止說：「我吃過不要吃啦！」「你敢吃喔？」，我就是拼命低頭挖著稀飯吃，眼淚不停的一直流到稀飯中。這個事件後我就意識到，不要讓媽媽聽到一些流言、不能讓媽媽再難過了，所以我很小心，別人說的事，或我偷聽到的，我只會藏在心中暗暗觀察、暗暗哭泣，而我世界裡的拼圖，已經不再是亮麗的色彩。

< 懵懂的死亡～～媽媽過逝 >

有一天媽媽被送回二林的老家，我們聽到好高興喔，可是當天發現媽媽無法說話及走路、一動也不動、我像往常一樣一直要找她說話、一直要找她說話，可是她就是不回答我，她穿著灰色古時候的衣服躺在那裡，我好討厭媽媽為什麼不理我，後來才知道那時的媽媽就是被醫院送回家「等死的」。現在我覺得自己很不孝，怎麼當時那麼不懂事，會有討厭媽媽的想法。

媽媽的喪禮那時候覺得是假的吧！並沒有很想哭，也很討厭跪在那裡，我跟哥哥還一直在笑，現在想起來就覺得不孝，只是當時就是不懂得死掉呀，直到要出殯那天我才哭，可是鄰居卻說：「哭，媽媽會捨不得走，不可以哭！」，最後我哭的更嚴重，因為我就是不要她離開呀！只是後來我又被數落不孝。

媽媽過世到現在已經五年了，那個時候我 12 歲，可是我一直覺的喪禮是假的，剛開始我每天期盼她的出現，深深地覺得媽媽有一天會回來，她只是出去旅行而已，她那麼愛我們，她一定會回來的，我每天都很想她，我很孤單沒有人跟我講話，在學校被欺負我不知道找誰說，我常常躲在棉被裡哭，怕被家人知道我的狀況、知道我不勇敢，常常幻想媽媽會再出現、媽媽會再抱我、媽媽會掀開我的被子，我天天盼望；哥哥有一次在睡覺的時候，還看到媽媽站在門口，我想哥哥可能比我更想媽媽。而這種情形在媽媽過世一年半後的一天，家中空蕩蕩的，那天我非常非常的想媽媽，不知怎麼了，絕望的心情讓我突然感受到「媽媽永遠不會再回來了！」，「媽媽真的離開我了。」，就跑到房

間大哭，就難過的用棉被蓋著頭在那邊用力的哭。

<困頓失依～～爸爸去當看護>

媽媽過世的時候，我夢到她回來告訴我兩件事，我想為什麼是我夢到呢？應該是我睡在媽媽的床上吧！只可惜那張床後來被燒掉了，不然我就可以再看見媽媽，我不懂大人們為什麼要把媽媽的東西都燒掉？

媽媽過世後我們由 OO 搬回 XX 老家和阿公阿嬪住，爸爸去當守衛，工作一天、休息一天，同學到我家爸爸會切水果請同學吃。

通常爸爸早上會把我的腳踏車和我載到學校，下午我再自己騎回來，有時候我們會一起去騎腳踏車，我會表演放手騎車給爸爸看，在媽媽過世的早期，我還好不會亂想，功課還是很好，曾經排行全校第二名，雖然媽媽不在，但是日子過得還可以，因為還有爸爸在。

國一到國二之間，後來爸爸因為經濟問題，去醫院當 24 小時看護，常常幾星期或一個多月才回來，有事就電話聯絡，家中就只有我和哥哥還有阿公阿嬪，他們應該是年紀大有代溝，所以就一直罵我們不乖，媽媽死了爸爸又不在，就感覺很孤單，回家又沒有大人商量；在學校因為是轉學生，一開始看到有兩位女同學感覺感情很好，我好羨慕她們喔，我也想要擁有好朋友，只是我被其中一位同學欺負，因為剛到新環境還不懂學校的規矩，她告訴我可以穿藍色褲子，結果週會她還報告老師我違反規定，害我被罰站…。之後她還趁大家不在教室時，把我的作業擦掉，害我被老師改錯，在學校的不如意，回家又被阿公阿嬪念，我的心情真的不好，而且爸爸跟我說要「以德報怨」……，「天啊！他看不見我在學校被同學欺負，回家阿公、阿嬪又不瞭解我，只會罵我不乖，在這個環境裡大家都認為我不好。」，漸漸的我更加沈默了，之後我和哥哥迷上了網路遊戲，在網路遊戲的世界裡讓我有歸屬感、成就感，線上的大哥哥常常會帶我們一起打怪獸，所以網路遊戲從此讓我深深著迷，回家就躲到樓上玩。

我不再在乎功課，因為有一次考不好竟然沒人發現，而且爸爸又管不到。這邊的

學生有小團體，所以我都不敢和她們說話，又被同學捉弄，感覺自己沒地位，這是我從來沒有過的經驗，我就更加地只有自己一個人，和之前的我完全不同。

<學校環境和家都不順利>

阿公阿嬤家假日都沒有人，爸爸要工作，只有我跟哥哥兩個人，附近又沒有鄰居很無聊，媽媽過世後就只有假日舅舅會來，帶我們出去走走。外婆家比較熱鬧，不會空空的，有人可以講話，我好羨慕及嚮往，彷彿它有一種吸力在呼喚著我，告訴我親近它，所以我常常想著外婆家。

在新學校跟同學們相處，也不知道要聊什麼，和人有距離感、不相信別人，就是跟以前不一樣。國二換一個班導、換一個環境，老師會盯我，會逼我們背英文，還會說些什麼媽媽過世的事，我就會哭，心裡很反彈，全班都討厭她，我也覺得她很機車，所以加深我想回外婆家的想法。現在我想…要不是她，我的英文就不會特別好。

阿公阿嬤不要我們跟外婆他們太接近，也因為我們變壞了，所以他們互相指責、有些爭執。我更沒心情上課，因為他們是我最親的人，卻因為我而彼此吵架，所以我心情更不好，回家就是玩電腦，常常在課堂上傳紙條、就是叛逆不想讀書、所以會蹺課、會偷跑到外婆家，感覺這時期的自己遭透了，每天渾渾噩噩沒有過日子的真實感，學校不如意、家也不如意，很黯淡的日子，而我卻一點點辦法都沒有。

感覺很對不起逝去的媽媽，辜負媽媽的期望，不知道為什麼，每當我心情不好時，我就是想要「回家」，彷彿那是唯一會接納我的地方，我急欲逃脫、改變，期待功課會改善，但是哪裡才是我的家呢？

<回不到從前~~人事全非>

阿公和舅舅他們吵了一架，後來國三真的回外婆家住，看著舊日的朋友、時光與歲月，我帶著好多的預期，期望會遇到很多好朋友，結果原本同學都打散了，心裡有一

點點的失落：「怎麼媽媽走了，就一切都跟著走了。」。

到新學校教務主任和註冊組長叫我過去問話，並不是很友善，認為我是壞孩子，就被看光光、被瞧不起的感覺，學校一開始就潑我一臉的冷水，這讓我很難過，「不是說愛的教育嗎？」、「不是說有教無類嗎？」，更何況我又不差。

我想要有好朋友可以互相鼓勵支持，我期望擁有班上同學的友誼，我該如何贏取同學的接受？我越在意就越做不好、就越孤單。在這裡班上我有三個較熟的同學，有一次和同學在掃廁所，地上有水我們不小心就玩起來了，同學滑倒斷了門牙需要植牙，我們家沒有錢可以賠她，但是我有打電話去她家說對不起，到學校就不知道該如何和她相處，而且大家都認為我沒有盡到責任，大家都指責我，我真的不知道該怎麼辦呀！當時的氣氛真是不好，感覺我和大家格格不入，每天我都很難過，到底我該怎麼辦？這個意外就已經讓我在班上快無地自容了，結果又發生另一件意外，畢業旅行的時候，我們住在同一間房間，廁所門鎖住了，我們下去問櫃臺，之後走樓梯要上去，樓梯與樓梯間有小窗可以看到外面，因為我有懼高症，所以嚇到了，原本斷門牙的同學叫我不動，但是我實在太害怕了，所以就衝下樓去，結果她最後陪我坐電梯上去，只是在電梯中我驚嚇的臉，她以為我又在生氣，她也很生氣，從此就更不理我，這件事最後連老師都知道了，她告訴老師說：「我任性又愛生氣，真的很討厭我…。」，後來她叫我們三個中的另一個，不要跟我在一起，到最後總算都沒有任何人理我了，畢業旅行到畢業這段期間是我這輩子最難過的日子，有時我好想死掉，每個人生階段的結束，通常是會和同學好好告別，再迎接下一個階段，而我好像老是逃命般匆匆結束。

那時候就覺得一切都無所謂了，我好像是這個世界的孤兒，老天爺連微薄的朋友都不給我，日子過的很糟，很怕別人不理我，就是很不快樂，然後可能到現在…就是高中跟人家相處，就會想很多、顧慮很多，對親近我的同學就會亂懷疑她，所以就容易發脾氣、兇人家、較沒辦法同理她們的感受，這不再是原來的我，雖然我渴望有朋友，現在我會故意的把我的好朋友氣走，因為這樣我就不會再傷害他們了。

<常缺席的父親～～更深層的失落>

記得有一次同學在說「長瘤的媳婦」，我覺得很好玩就跟爸爸說，結果他說：「有呀，你媽媽就是！」。之後他就很難過，他的反應讓我嚇到，之後我不敢在他面前提到母親，擔心如果又說錯什麼，他又會難過很久。

爸爸當看護後，在XXX，接的班幾乎是24小時的班，我有時候會忘記爸爸的存在，他很少管我們，像哥哥發生事情，應該罵我們的時候，他並沒有罵我們，我們就變得很不好。在學校被欺負，爸爸的回答讓我感到他根本無法解決問題。做錯事沒有人可以跟我一起想辦法。爸爸跟我們約定好的事情常常會變卦，剛開始我會生氣，現在已經習慣了。

現在讀員中是住宿，可是我非常期待父親和我一起住，沒有媽媽了，我非常渴望和爸爸住，上學期想爸爸時，我就坐車到醫院和爸爸一起睡在那小小的陪客床，只要有爸爸的陪伴我就心滿意足，這是我唯一的期望，然而他做不到，他大部分會用經濟理由來回應，常常我覺得自己是沒人要的小孩，受委屈的時候、不知道該如何的時候，一樣都只有自己。這學期想通車住外婆家，可是上學我需到街上才有校車，舅舅疼我們要載我出去坐車，可是舅媽會說話，所以我跟爸爸說讓我去外面住好不好，爸爸不肯，我寫字條罵他是大騙子，爸爸告訴醫院的護士阿姨說，他考慮跟我回去老家住，我想爸爸是不會放棄醫院的看護工作，會不會爸爸到時又把我丟下，最後剩下孤伶伶的我，又獨自面對空蕩蕩的家。

對於父親，我想媽媽的過世，他應該很久才適應吧！也許一直還沒適應。其實剛開始我沒什麼感覺，沒想很多、不會覺得怎樣，然後父親就一直說、一直說，他甚至跟剪頭髮的講媽媽過世了，我不喜歡他到處跟人家說媽媽死了。

「其實我覺得喪親並沒有什麼，最大的問題就是要有人陪、說話、鼓勵。而我要的不多，只是一般人都有的，可我怎麼也追不到。」

<關於我的母親～～逝去的愛>

我很想念媽媽，以前別人只要提到媽媽，我就會很難過，現在比較好了。前幾天我們班在慶祝那個…，嗯…（指母親節），當老師提到有些學生沒有媽媽可以慶祝時，我忍不住又哭了。

媽媽很疼我，記得當時在家休養期間，我忘了媽媽的病還沒好，我就硬要媽媽載我去上學，結果看著媽媽離開的背影，越想越擔心，「媽媽會不會出意外？媽媽會不會騎一半就昏倒？」，這些想法一直縈繞在我腦中揮之不去，下課我就趕快去打電話回家，結果劈頭就被阿嬤罵。

媽媽曾經因為我跌倒、牙齒撞到，每天需要帶粥到學校給我吃，有一次遲到，我就很生氣、就不吃，媽媽那天很難過的離開，後來老師告訴我才知道是因為媽媽要拿粥來時，在家門口遇見幾天沒吃飯的乞丐，所以才耽擱，我誤會了媽媽，媽媽真好，我想媽媽現在應該在享樂了，所以回去天堂、暫時離開我了。

「我一直在追逐一個東西，就是不知道那是什麼東西？感覺缺了一塊什麼？我努力想要去把它補起來，我像那隻在追逐幸福尾巴的貓咪，一直在原地轉圈圈、轉圈圈。」

媽媽的遺言就是告訴我要乖，可是現在的我不在乎一切、任性又愛發脾氣、不愛讀書、常常有邪惡的念頭、懷疑同學、對未來沒多大的盼望，我不知道我為什麼變成這樣，很想回到以前的自己，有真實感覺的自己，懷念有媽媽陪伴、有人管教的日子。

貳、喪親青少年所面對的不友善處遇

到底喪親青少年在面對喪親的歷程中，會有哪些不友善的處遇？哪些被忽略的感受？以下即為受訪者從母親罹病，到喪親後所有的不友善處遇事件分析：

表 4-1 「屏」所面對的不友善事件

階段	事件
母親疾病期	家中長輩無掩飾的在孩童面前談論及猜測病情 父母對孩童預期性的哀傷準備不足 病情的未充分告知、對疾病的無知及恐懼 鄰居的落井下石
母親死亡期	沒參與感的喪禮 被剝奪情緒表達的喪禮 燒掉母親的衣物及床
母親死亡後	轉學回陌生的老家 阿公阿嬤的代溝 轉學生被同學欺負（週會穿錯衣服被當場罰站、作業被塗改） 換老師、換班級。（關係中斷的失落） 父親離開 宗教信仰（一貫道）沒人能帶她去，未再參與 註冊組長的輕視、不歡迎 在玩時同學牙齒斷，無法負實質責任被指責 畢業旅行同學的誤會

一、母親疾病期：

（一）無掩飾的焦慮

家中的長輩在面對年輕的兒女罹患重症時，自己的擔憂及焦慮常會無掩飾的在年幼的孩童面前表露，然而長輩在自己無力及焦慮下，可能注意力會較不好，所以無法細心的關照到孩童的感受及需求，對孩童所無法理解的事件及疾病，並無法依其理解給予額外的說明解釋。

就…就有時候聽到阿嬤他們在說，就會，就會…其實自己不會很懂，然後就都聽到…，有時候聽他們在說..就是..就是…會哭。（B76/79）

（二）不足的預期性哀傷準備及病情告知

隨然受訪者和媽媽有很多共同的美好回憶，但是在病情告知和預期性的告知部分仍

是不夠的。年輕的生命如何面對死亡？一般年輕人罹癌，因所擔負的社會責任、家庭責任未了，通常死者較難接受死亡，更不用提為死亡做準備，啟口說死亡無疑是與疾病妥協，「大家都在為我加油！所以我怎麼可以先投降呢？」，所以通常少有受訪者能和兒女做充分說明及告別，或做一些防護措施。

大部分是爸爸講，媽媽就叫我們要乖，然後…就是…她好像沒有自己跟我說過，像那一段時間，大部份是爸爸在照顧媽媽。(a29/31)

疾病的過程孩童常是欠缺參與的，通常家長會在假日或是疾病有向下發展時，才會帶孩童去醫院探視，而這期間病體可能已經受到很大的變化，孩童在沒有被預先告知的狀況下前來探視，面對這樣的景象，失落及恐懼會是很容易發生。

就不知道為什麼，是討厭媽媽不能走？不知道？..就好像…就…說是不孝呀！就…就那種心裡，後來…是媽媽生病那階段，那時候不能走、就不能走路時候，不能說話、還是不能走路？(a135/139)

罹病時父母未親自和孩童用可以理解的話語或方式，讓她知道媽媽所罹患的疾病及疾病將會如何進展，孩童對死亡或疾病會沒有真實感。

就是不太…就是…知道很嚴重，可是…就沒有像長大後才知道，就是…生那種病的人，就是死掉，就以爲…。就…現在才知道她（指媽媽）…，就是…死掉之後，實際根本…..不會再回來。(a17/21)

(三) 鄰居的傷害

以往互助和諧的好鄰居阿婆，在案母生病後竟成為落井下石的人物，在受訪者完全以媽媽為重心的心靈，看到媽媽對於事件的難過及哀傷，讓年幼的她為此深深憤怒不平，被背叛的感覺亦造成她往後對人性的不信任，至此「屏」的心靈深深的受傷。受訪者在訪談過程中反覆提到此一事件，可以理解這事件在她的生命腳本中所佔的影響。

不會，就會偷偷觀察，不會求證，然後就是…就是…那個（指鄰居）..會就是，都是比較看不起癌症、生病的…就會很生氣。(B84/86)

就是之前我們住在那個房子那裡，後來我們沒辦法住，就是因為爸爸照顧媽媽。就是沒有工作沒有收入，就是繳不出貸款，就是後來要把它賣出去，就一個阿婆她就說我媽媽那個會傳染，那房子不能住人，會死掉，然後就…就很生氣（指媽媽）後來…後來…就媽媽自己生病，她聽這些…她就覺得很自卑，然後就…。(88/95)

對！回去二林阿公會種很多菜，然後會送鄰居、也會送給阿婆，就覺得她怎麼會那個樣子。(148/150)

二、母親死亡期

（一）沒參與感的喪禮

台灣傳統上長者不可以參加年輕死者的喪禮，所以繁雜的跪拜禮俗皆須由孩童來完成，通常出殯日的當天會有全天的誦經儀式，對大人來說就相當吃不消，更何況是孩童。僅存父母往往會疏忽在喪禮儀式前事先對孩童的告知，或是徵求是否參加喪禮。

嗯！然後..不是會有一個人在那邊念嗎！（誦經）就是念生前的那些事，然後後來我們就要爬過去，就…就…我那時候有哭，之前不知道為什麼，就…就…覺得其實沒有很想哭的感覺，反而就是…就跪著、跪在那個前面，他們念經我們要跪著，我們兩個還很討厭跪在那裡。(a105/110)

對禮儀的不瞭解，導致孩童沒有參與感，在日後想到與媽媽的一切時會感到內疚。然而喪親後的溝通是封閉的，孩童並無法將其內疚的想法講出來，壓抑在心中的秘密一直的反覆出現在腦中，不斷的告訴自己對自己當下的行為感到「不孝」，影響受訪者的自我認同、自我價值。

然後我就覺得人都死掉還這樣子，不孝啦，那時候還很…沒想那麼多，還（呵~）笑的出來。(112/114)

受訪者一直認為喪禮是假的，喪禮期間父親亦沒有對喪禮文化多說，孩童常是懵懂的，但是很清楚的她不希望媽媽離開她，所以當大人們說到「不可以哭，這樣媽媽會捨

不得走！」時，她當然會想要奮力留住媽媽，所以她哭的更嚴重。孩童的反應是很純真自然的，悲傷時哭泣、歡樂時高興，她是無法去體會大人所說的，而結果是孩童的被當眾指責。

那時候就覺得是假的吧！之後就…就…就喪禮呀，就，就，不知道？我不曉得ㄟ，就沒有很想哭的感覺 (96/98)

那時候是我要爬進去，就是棺木旁邊，然後我就在那邊…，開始哭，就有一個姨婆就跑出來，她就…，她就哭…哭著跟我說，不可以這樣，這樣就是…，就是媽媽會捨不得走，最後好像就哭的更嚴重，之後就是要去墓那裡，其它還好，沒什麼印象。(231/244)

(二) 未能逐漸切斷連結

喪慟的前幾個月和死者連結是相當重要的過程，而這物體常是逝者較個人化的東西，傳統民間一般例行的行為都會將死者的所有東西燒掉，包括床、衣物、或是收起逝者的相片等等，這無形中亦切斷了和所愛的連結。

你覺得媽媽爲什麼只告訴你(指托夢)？

可能是我睡在那個床上吧！媽媽本來睡的床。對…對…對，後來把它燒掉了。(459/464)

三、母親死亡後(生)

(一) 切斷連結

搬家、轉學和死者切斷持續的關係，一個困難的哀悼就是放棄了既有的關係，而到一個新的地方。到新學校後受訪者需面對新環境的適應，亦需適應母親不在的傷痛，加上日常照顧貧乏，對孩童的適應無疑是雪上加霜。

就是轉學回 xx，就都不認識，可能就不知道爲什麼、就比較沉默吧，比較少說。(b160/161)

從小和外婆住，喪母後將受訪者帶回與阿公阿嬤住，在彼此不熟悉加上年齡差距誤

解容易產生，使得原本受傷回巢尋求安慰的孩童，感受到的是被指責、被誤解。

還有就是…就是不想住在 xx，就…可能，就是阿公、阿嬤吧！可能就是想法不合，就是…他們…、我們想的他們比較不會想到，就只是說…什麼…什麼…不乖啊！可能年紀差距吧！就是…就…就不知我們在想什麼，可能那時候也叛逆吧！所以就是不合呵～(301/308)

(二) 到處不融入的中途轉學生

母親過世後受訪者在老家新學校適應不佳後，父親又不在身旁，不友善的環境讓受訪者極度想逃、想改變，期待有轉機，於是她想到她最熟悉的環境「阿嬤家」，也是她和媽媽共有的快樂回憶的地方。期待一切會恢復，然而一切都非預期，教務主任及註冊組長看到她的成績急速下滑，於是壞孩子的標籤馬上被貼上，脆弱敏感的心馬上意識到不被歡迎，這種不舒服的感受加深她的挫折、孤立感，對人及環境越疏離。

她就跟老師說：「老師你看那個xx她沒有及格，她穿那個…」，然後就害我要站起來，我就…心裡想說，不是你跟我講說可以穿的嗎？然後就站起來，後來老師叫我坐下，才坐下，我就想說怎麼這樣…(b185/189)

那時候轉過去，看到我轉過來的成績，主任看到我的成績明顯下滑，然後怎樣…，註冊組長還把我叫去問問題，然後還說什麼…，就覺得好像被看光光的感覺，那時候就被看光光的感覺，而且很被人家瞧不起，是感覺人家看輕你呀！(b477/482)

應該是，就是國二的時候，我就很少話，也不知道跟人家說什麼，就是覺得跟人家都有距離，然後而且我又不會用功讀書，後來有…，後來我有用功。(415/418)

(三) 重複的失落

就僅存父母忙於家計，通常學校或家長會的參與會變少，別於往常的狀況，這時孩童的失落感特別容易產生。而「關係」在這個時刻是相當的重要，每次換老師無疑是關係的又一次打散於是失落發生。孩童在家庭關係上不佳，有時會將依附轉移至老師身上，如果老師未對這些孩童做一個告別，孩童在發展新關係上易有困難。而學校在轉換老師時，往往會忽略和孩童的告別。突然消失的關係，讓喪親孩童在往後的人際交往中，

易產生沒有安全感，擔心害怕對方再度突然的消失。

就可能…就是，比如說，家長坐談會、餐會爸爸就沒空，老師…就…以前會，老師不是會找去了解，就比較少對學校…家長不曉得，我…就…爸爸要去工作，家裡有時候就阿公、阿嬤就 …下雨天，像你說的下雨天，有同學爸爸媽媽會來，以前有時候爸爸會去載我，就羨慕吧！(a362/368)
國二就是換老師，然律就…很不想讀書。(280/280)

問：你會擔心她會不理你、或是突然的離開你？

答：會。呵～呵～

問：或是會擔心那一天同學的誤會，又離開你？

答：點頭。(787/792)

父親因為覺得孩子已經失去媽媽了，所以凡事不敢苛責，父親的虧欠，孩童誤以為父親並不在乎她，加深了孩子的失落感。

對，然後他（指爸爸）…是…對，他很少管，像哥哥發生什麼事情，應該管不到吧！有時候他該罵我們的時候，有時候他也沒有罵，我們然後就會變成很不好，只有一次他很生氣，打我哥哥而已，其它都沒有。(b857/861)

統整受訪者從媽媽生病到過世後的生活適應，所有的不友善的處遇，這些大人平常習以為常、或自認為會對孩子較好的行為，雖然很多是無意的、或不自覺的，但對於孩子來說卻是一個很大的傷害或是剝奪，而這一路都在考驗喪親的青少年如何在被忽略的環境中求生存。

參、整體印象

反覆聽取「屏」的錄音帶及看逐字稿後，感覺「屏」的生命故事中有一些特別強的元素或風格存在，研究者反覆去體會及感受後整理出以下四個重要特色：

一、羞澀與退縮的敘事風格

「屏」懶懶的前來時已經失約一個多小時了，第一次見面受訪者略顯羞澀，常躲在同學後面、話不多，一開始正式訪談提到媽媽時，「屏」即潸然淚下，滿溢的情緒讓研究者訝異，雖然言談有很多的停頓及模糊不清的地方，但從其深遠的神情，感覺彷彿又回到事件當中，一傾而出的眼淚是壓抑許久的情緒、委屈、不被瞭解，在這一刻我們沒有距離，而「屏」像是一個尋找到安慰的旅者。

之後的幾次約訪，「屏」皆相當開心及大方的講述她的經歷，可感受到她相當願意提供她自己，但可發現之前單純直接、自然流露的神情已較少看見，在訪談過程的反應談吐自然與一般的少女沒兩樣，但談論她自己之外，觀察「屏」其它的互動則顯得畏縮、沒自信及缺乏安全感，而這時的景況和訪談內容中，「屏」對自己目前的缺乏定位的認知相當吻合。

在相約獨自等候時，當車子緩緩靠近時，遠遠的望去「屏」雙肩上舉、脖子縮回、頭低低，又不時往上瞄，無助徬徨的肢體語言的印象在我的腦中揮之不去，然而在訪談半年後我突然領悟：這不正是「屏」現在心理狀態最深刻直接的反應嗎！

二、兩次失喪關係中的追逐---迷失的自我

喪親五年多與「屏」會談的過程中，深刻的感受到「屏」這些年來一直在追逐、追逐某種她得不到的。在喪親後「屏」對於母親的依賴轉向父親，她獲得了短暫的滿足，於是悲傷療癒進行中。但是當這種關係斷裂時，就是父親出去當看護不在身邊，「屏」的世界完全瓦解，唯一參照點離開了，「屏」則不斷的在遭遇挫折、不斷的在親屬間、同儕間，尋找那份歸屬感及認同感。

會談中「屏」將其人生階段的劃分，就是在一個不良關係結束後，而她的世界彷彿就是在不穩定的關係中追逐，追逐她想要的、或失落的。但是不管親戚或同儕，都無法

真正的填補那個缺口，這尤其在外婆家剛開始的熱鬧氣氛吸引她，先填滿外在的空虛一段時間後，「屏」依然吵著父親想離開……。同儕部分，在父親的親情關愛得不到後，「屏」勢必會轉向獲得一個穩定真誠的友情，青春期是處於一個變動不安、極不穩定的時期，本來變化或是情緒就是相當不穩定及矛盾，遇到挫折在所難免，這一路如果沒有人指引、支持，在與同儕相處上的衝突，無法適時被糾正，人際關係一定面臨更大的挫折、失落，人格勢必受影響。所以「屏」在講述她自己時，在每個她人生的階段分野，都是以友情吵架事件為主軸，不斷的反覆面臨相同的問題，至於自己的人生目標等等卻消失了。「屏」一直在尋找那塊掉落的拼圖，而無法前進到去接受人生拼圖掉落的事實，去完成她自己的下一個人生任務。於是悲傷調適阻滯，她茫然看不見她的未來、看不見希望、看不見她有能力，可以走她自己的路、一樣可以有精彩的一生。

「屏」處於人際封閉及環境封閉之下，且刻意的不去提到喪親事件，所以孤單獨自承受的境況於是產生。

與父母親的依附關係是塑造青少年人格與建立安全感的重要因素，其實她要的很簡單，就像一般同年紀的青少年一樣，只是在適應的過程中有人陪伴、有人關心、有人指引。

三、有根失依的女孩

在訪談的初期，「屏」對於喪親事件的強烈情緒，讓研究員誤以為喪親經驗讓「屏」停留在事件當中，但是經過半年多的陪伴到最後，研究員經早期的逐字稿推敲及再追問後，發現「屏」對喪親事件是懵懂的，喪親後她對於世界會如何改變是無知的，當她生活其中的時候，才驚覺發現及體會到不同，於是真正的失落才開始。Harris, Brown, & Bi ful co, (1986) 表示喪親後缺乏適當的父母親照顧，比起父母親死亡事件本身，更有可能導致成人期的傷害。

可能就過逝之後吧！就…就是如…，其實…其實那時候過逝…那時候

，剛過世…，就…沒什麼感覺，就是後來要有人陪、說話，然後就是盡量鼓勵，不會一再往裡面想、或想不好的，就多關心。(733/737)

通常年輕的喪偶者，在喪偶後馬上會面臨經濟壓力、自己的悲傷失落、家庭功能重新定位、分配角色、職責等等，讓家庭快速的恢復正常。然而喪偶者往往會在經濟重擔、自己的悲傷失落下，沒有多餘的力氣及時間去關注孩童。離開傷心之地是一般人會想到的方法，而會選擇離開者，其悲傷調適能力有可能較差，更遑論照顧其他人，孩童通常就是犧牲者，他們的處境往往淪為被疏忽或是被漠視者，加上孩童在喪親後換學校的失落、同儕情誼的改變及虛弱無能力的父母之下，馬上產生受適應問題阻滯的悲傷。

像園丁栽培花木一樣，除了除蟲、去草、灌溉、施肥之外，要想花木茁壯茂盛，適時適度的修剪，也是必要的。

「屏」的父親初期擔負起父代母職的角色，但是後來在經濟因素下離開了，「屏」不只在日常照顧上有缺乏外，在學校遭遇挫折被同學傷害後，並沒有人適時支持，於是「屏」對人產生防衛心、情緒控制差、但一方面又渴望友情，所以不斷在猜忌懷疑及尋覓中度過、惡性循環，「屏」回不到期望中自己的樣子，於是自我認同及悲傷阻滯。

四、「屏」的生命故事曲線

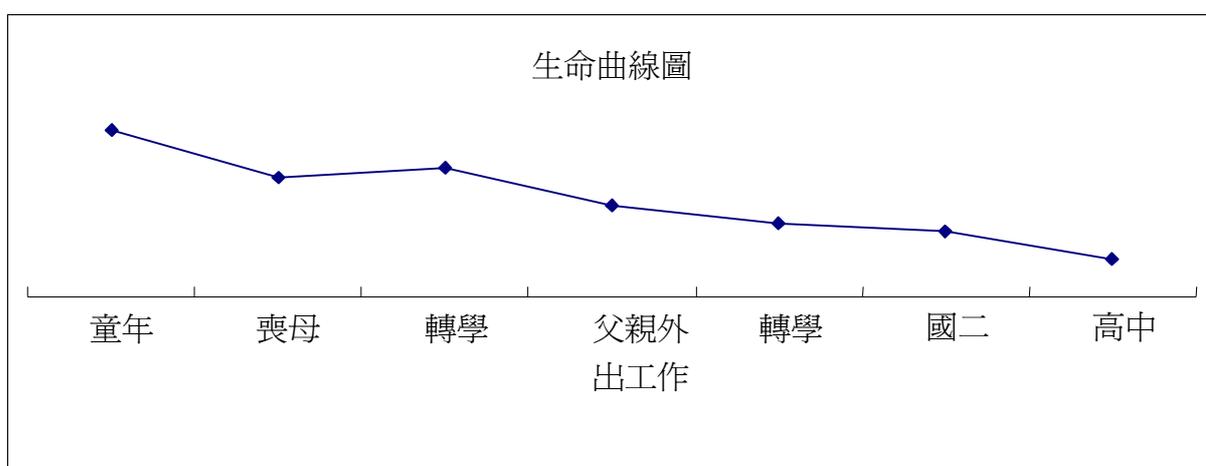


圖 4-1 「屏」的生命曲線圖

「屏」的生命故事曲線在此依循著時間的動態而前行，喪親後「屏」將自己的生命重要轉折點分成幾個部分，而每一個階段如果曲線向上是正向前進，那麼似乎喪親後她的人生重要事件，是逼得她一步步向下或是停擺，但感覺卻又不那麼絕對。「屏」在敘說時總是讓人感受到故事的基調是樂觀的 (optimistic)，雖然「屏」現在處在悲傷阻滯的狀態，但「屏」似乎依持著兒童早期幸福以及和媽媽良好、安全的依附關係的根基，雖然喪親後環境的不友善，但「屏」似乎在等待那個向上攀升的契機，未來會是在那個階段向上爬昇？而悲傷的復原必定帶領著「屏」不必再依靠壓抑的方式，來面對負向感受，讓其有能力去因應喪親後的生活。

第二節 「類別—內容」分析

本節以「類別—內容」的方式，分析「屏」的悲傷調適歷程，期望可以深入瞭解「屏」整個悲傷歷程的結構，試圖尋找正向影響因子，資料分析以悲傷調適的「因應方式」、「復原力」、「結果」為重要主題，從文本資料編碼，再將資料置入各主題類別中，詳細說明如下：

壹、悲傷調適的因應方式

一、悲傷調適的因應方式分析結果

表 4-2 悲傷調適的因應方式分析結果

	核心概念	概念	面向	類別	次類別
失落經驗	悲傷調適	因應方式	嘗試作為	補償 主動追尋 尋找支持 力量	玩電腦有被需要的感覺及歸屬感 轉學、搬家（維持不了） 回到熟悉的地方尋找力量、寫信給媽媽 看見未來、驚訝發覺自我的改變 感受他人的關心（舅舅爸爸老師）
			逃避	自我勉勵 否認 壓抑 沈默 逃避	國一考全校第二名 隨便讀就 90 分 覺得死亡是假的 一直幻想媽媽會回來 躲起來想媽媽 以沈默來面對陌生環境 轉學、搬家

二、悲傷調適的因應方式分析詮釋

受訪者在面對母親過逝五年期間，她如何面對所遭遇的一切？經過「類別—內容」分析後，發現因應的結構上浮現出「嘗試作為」、「逃避」兩種面對問題的方式，主要是消極的解除負向感受，而非根本解決問題。現分述如下：

（一）嘗試作為

（1）補償

國小六年級時母親過世，喪親後「屏」回到老家和阿公阿嬤爸爸住，新學校得不到同學的認同，被同學抓弄，漸漸的變的沈默寡言，又沒有朋友、每天都靜靜的只有自己，可是在「屏」的內心又很渴望有好朋友，這樣的不舒服感受，該怎麼消解？回到家找不到媽媽了，只面對阿公阿嬤不斷的嘮叨，這樣的處境如何面對？於是回家就到樓上玩電腦遊戲，電腦遊戲可以忘記在學校不愉快的事、可以暫時忘記一切，也可以填補在家中

無聊寂寞的感覺。

就是…那時候我都沒有在聽，回家在玩電腦，就玩線上遊戲，就很好玩。就會覺得，其實在裡面也有朋友，遊戲又很好玩。那時候根本不想讀，然後沒有那個心，就考試前讀一讀而已，然後…之後… (306/313)
這裡面就有…會有一些可以學習的人，就會…而且有被需要吧…還有歸屬感。(406/408)

玩線上遊戲讓「屏」感受到被需要及歸屬感，這樣的感覺可以暫時讓自己忘記所有的不如意，讓自己感受到較不孤單。

(2) 主動追尋

「屏」沈迷於網路遊戲，心中的孤寂獲得了暫時的抒解，當安靜下來時仍會想起自己的遭遇，在學校的狀態實在太令人難受了。而人通常會依持過去的經驗來尋找解決的方式，所以「屏」想到以往和媽媽美好的回憶，想到回到以前熟悉的環境來解除負向感受，所以她有了轉學、搬家的想法及衝動，在無法忍受下期待換環境能有所改善，所以「屏」主動跟父親爭取回熟悉的外婆家住。

就是……就覺得，就很不想去上學，而且就不太認真，就想說換去別的學校看會不會比較認真 (302/303)
就可能迷電腦吧！然後又換老師就覺得她很機車，就不想讀，我也不知道爲什麼，就特別想去…想去 xx（指外婆家）。(341/343)
可能不會……就比較熱鬧吧！就比較不會空空的……就比較多人說話。(358/359)

然而可惜的是當「屏」回去後，班級轉換已經是人事全非，她回不到以前的景況，回不到期望的過去日子。

(3) 自我勉勵

「屏」在先前會談過程中，一直認為自己成績不理想、自己變壞了，可是在言談中還是可以感受到她想表達的是：「我是有能力的、是可以有好成績的，只要我肯稍微認真一下，就可以考的不錯。」。這樣的想法也可以維持住基本的自尊。

月考就考 90 幾分，就那一次努力(自我肯定 441/442)
就是國一的時候，我考試就是有全校排名呀！我阿公說如果我考第一名，
就要給我 500 塊，結果我考全校第二名。(自我肯定 887/889)

「雖然現在的我過的不好，也不太認真，但是只要我肯稍微讀一下書，就可以有很好的成績，我以前的功課也是很好的。」藉由這樣的想法，讓自己好過些。這樣的想法亦包含「我目前的狀況是環境造成的，不是我本來就是壞孩子，現在我這樣，責任不全然在自己。」，這些都是「屏」在遇到挫折或心情低落時，轉換心情及安慰自己的想法，藉以平衡負向感受。

(4) 尋找支持力量

國二的英文老師雖然古板，同學都很討厭她，所以她也應該要討厭，然而英文老師卻是在「屏」最無助、最叛逆的時候給予主動關心、在激動的時候，會提到逝去母親的人，在表面上「屏」是跟著同學一起討厭老師，但私底下自己其實是感謝老師的，而蹺課只是為了吸引老師的注意，喚起有人在乎的感覺，尋找支撐自己活下去的力量，平衡被忽略的心情。

對！國二就是換老師，班導很機車，然後教英文，每次…就…國二就很叛逆，就是…常常被她叫去辦公室，然後她跟我講什麼，我已經忘記了，但每次都跟我說怎樣…，怎樣…，後來，講到有時候會講到我媽媽，然後我就會哭。(282/287)

就老老的、很古板（指老師），然後穿褲子都穿的很高，都到肚臍，每次我都把裙子穿的很低、不會穿很高，她都說把衣服拉進去。(453/455)
就覺得其實她是一個很盡責的老師，就如果不是她叫我們背英標、背

單子、課文，英文不會比較好，所以想還好。(461/463)

雖然翹課、叛逆，「屏」依然有注意到自己所在的班級是全校最好的，所以只要「在班上好好努力就可以有不錯的成績！」。而且她看到自己的墮落，現在功課很好的同學，在以前功課是比自己差的，所以「如果不是自己不認真，現在的自己一定比她們優秀！」，這樣的看見讓「屏」在內心的底處震動著，這似乎也是為她想往上爬所找到的立足點。

因為……老師跟我說要用功，呵～就被禁玩電腦，然後就要自己用功，而且看到，我們班上第幾名就會在全校第幾名。(420/422)

然後是我同學跟我玩線上遊戲那個同學，她就是很認真，就是……本來我的成績在她前面，後來被她拚過去。(427/429)

綜合以上的內容在沒有他人協助去正視問題、分析、解決問題下，「屏」所運用的因應方式是「嘗試作為」及「逃避」。面對挫折向外無法解決，只能向內靠「尋找支持力量」及「自我勉勵」來肯定及維持自我、增加內在能量，而「補償」是填滿需求空缺，如此藉以能在絕處尋找安身立命的想法。當她在遭遇問題時，因欠缺參照點以致於無法去面對問題或是直接回應，在停頓後修復、思考、反應、佇足、前望，然而她自身蘊藏不妥協的力量，於是她先求取自身內在的力量，先維持住自己不陷落，在無法忍受時，試圖轉變於是有轉學及搬家的想法，期待重來可以有所不同。然而她在同學及老師的口中察覺到自己現在所在的位置並看見未來、雖然自己錯失了一些時間、雖然有時會感到很渺茫，但還是想辦法努力去抓住，這「看見」雖然很微弱，卻也是支撐「屏」往前走的力量。

(二)、逃避

(1) 否認

媽媽過世一年多，一直期待媽媽會再度出現。每天抱持著盼望，也許會好過一點，

想累了就睡覺。理智上知道媽媽過世，也參加了喪禮，可是就是每天仍企盼媽媽會再回來，「媽媽只是去旅行」，這樣的想法讓「屏」覺得好過點。

應該一年多，從那時候開始，以前…以前…就…就..覺得，好像媽媽就只是出去玩，就…有一天，突然發現，就…就…就..很想她，就還會一直幻想媽媽會回來。(66/69)

那時候就覺得是假的吧！之後就…就…就喪禮呀，就，就，不知道？我不曉得ㄟ，就沒有很想哭的感覺，可能就後來就那一天出殯那一天，就…一堆那個從花蓮來的…就那個舅公，他們來然後…我就好像衝過去就一直開始哭。(96/101)

(2) 壓抑

喪親後剛開始只要他人提到媽媽「屏」就會哭，漸漸的「屏」在意起他人的看法，在往後的日子雖然聽到有人談論媽媽還是會很難過，但已經學會了不在他人的面前哭泣。青少年的發展討厭和同儕有所不同，不願意造成無謂的困擾，或是成為被嘲諷的對象，所以「屏」選擇了「不跟人家說」，造成了青少年哀悼的困難。

以前不會在人家面前，除非人家說到，就…剛開始聽到，就會一直哭，之後就…就…笑笑的，會哭也是躲起來。(58/60)

妹妹想媽媽會跟人家講嗎？

不會，會躲起來。(躲起來想媽媽 62/63)

躲起來想媽媽、躲起來哭，似乎是喪親後「屏」最常的行為，而為的是不讓人家看見自己有多悲傷、為的是不讓家人擔心。

(3) 沈默

喪親後的轉變實在是太大了，來不及去思考及應變，轉學後在班上的主客關係轉位，一下子適應不了，加上少了媽媽的陪伴，父親無法提供有效方法來面對所有的不順利，不知該如何反應，於是選擇了「沈默」來面對。

就只有自己一個人，跟以前有很多朋友，會覺得不一樣，以前會有很多朋友來找你，不是你要去找別人，就變的沈默寡言，就是轉學回 xx，就都不認識，可能就不知道爲什麼、就比較沉默吧，比較少說。(160/161)

沈默是不知該如何回應；沈默是懷念過去所擁有的；沈默是對老天爺的抗議。

(4) 逃避

當負向感受淹沒了「屏」，當個體已經無法再去面對所遇到的遭遇時，被壓到最低處，不想再忍受了，「重來」也許會是機會。所以轉學及搬家，是逃避亦是尋求轉機。

綜合以上「屏」在喪親五年期間，面對所有的遭遇最常使用的因應技巧是「嘗試作為」和「逃避」。藉由「補償」、「主動追尋」、「自我勉勵」、「尋找支持力量」來增加內在力量，藉以維持住基本的自我認知，緩和一下負向感受，「補償」填補需求，「主動追尋」試圖尋求轉變。另一個面對的方式是直接「逃避」。探究原因是貧乏的外來協助力，所使用的是獨自成長的方式所致。分析發現提供「嘗試作為」的微薄力量為個人過去美好的經驗，整體而言除了過去美好回憶及經驗提供部分力量外，受訪者壓力時所使用的只是消極的解除負向感受而已，並無有效的因應方式。

貳、悲傷調適與復原力

由「類別—內容」中明顯的感受到「屏」在面對新的生活上，是不斷的在遭受各種阻礙及挫折，然而某些重要的力量，讓她可以在負向環境中產生穩定的力量，雖無法超越，但至少還可以維持。研究者努力探究其維持之力量、或是還無法順利因應的要素，於「類別—內容」分析出兩種互相影響的力量即正向保護因子與阻力，兩者互相作用的結果就是「屏」悲傷調適的復原力。以下為「屏」復原力的分析：

一、復原力的分析結果

表 4-3 正向保護因子分析結果

核心概念	概念	面向	類別	次類別
復原力	正向保護因子	媽媽的愛	重新定義與意義他人的關係	溫馨的母愛（粥、去學校、菜很好吃、媽媽很愛我）認同自我價值 媽媽告訴我會天上看著我長大 和媽媽一起唱歌（車站） 常夢見往日和媽媽的相處 相信媽媽是回去享樂 想住外婆家較熱鬧 吸引老師的關注 玩電腦有歸屬感、被需要感
		個人內在成長動機	尋找依靠	好同學很認真（之前比我差）
內在保護因子	自我成長		意義需求	感謝老師 重來願意開放自己 對國二會後悔 承擔、內斂 發現自己的不同 尋找夢的意義
		存在的價值	寫信給媽媽 想當日本導遊 蹺課老師會找感受關心 舅舅關心 尋找和媽媽的連結	
復原力	正向保護因子	內在保護因子	心理能力	尋求父親及他人的關注 負向感受的調節能力 挫折堅忍力、同理他人 控制衝動、延宕滿足能力 察覺心理需欲、責任心
			人格特質	獨立、學習潛能 接受個人責任 內控人格、獨處、自我內省 承擔、接受新觀念 自我動機

表 4-4 阻力的分析結果

核心概念	概念	面向	類別	次類別
	阻力	負向感受	擔心家人的反應	擔心媽媽難過 偷偷觀察不會求證 擔心父親的反應所以不敢提媽媽
			不要和別人不同	不喜歡被提喪親 不要爸爸到處說媽媽死了 他人異樣的眼光（註冊組長）
	阻力	匱乏的外在保護因子	不友善的處遇	父親離開 學校環境不友善 阿公阿嬤的代溝
			家庭	無法共享成就 無法共度休閒時光 表象的和諧氣氛 不會要求 家庭凝聚力差、支持性差 父親憂鬱性格
			學校社區	無法提供連結成功或快樂的積極經驗 無法發展和老師的良好關係 少有老師提供支持關心信任的關係 沒有和同學良好關係 沒有願意付出的成人 沒有慣常行爲的楷模 發展新關係（同儕）

二、復原力「類別—內容」分析詮釋

在正向因子與阻力的互相作用下，產生了復原力，以下就以「正向保護因子」「阻力」與「交互作用」，來作詳細的分析：

（一）、正向保護因子

「屏」所擁有的正向保護因子包括「媽媽的愛」、「個人成長動機」、「內在保護因子」列出如下：

1、過去的愛是力量的來源

「屏」不斷的回憶與媽媽的一切，當她難過時、當她覺得沒有人愛、孤單時、當她沒有活下去的勇氣時，想到～「至少還有媽媽很愛很愛我，再怎麼樣在媽媽的眼中我是最有價值的人，是媽媽最在意的人，媽媽的話語字字句句都可以感受到她曾對我的愛。」，想到這就能讓自己好過些，想到這就覺得自己不再那麼孤單，媽媽會在天上看著我長大。

她有一次說她快要死掉了，她跟我說，「她會在天上看著我長大」，然後我就哭著跟她說「不要」，或是沒有跟她說不要，她跟我說，她是跟我說…(流淚)；後來，就是還有更嚴重…是意識不清，就是…就那句話很清楚，就是「要乖吧！」(159/171)

媽媽的正向話語，陪著孤單寂寞的「屏」渡過每個難關。和媽媽溫馨的回憶越多，就越有力量，就越能感受到自己的價值，「跌倒了，沒關係自己起來，媽媽在天上看我喔，要勇敢！」

印象比較深刻事情，就…，媽媽生病，就是就…還在家裡，就化療期間就沒有人帶我去上學，然後她就用機車載我去上學(623/624)

跟媽媽唱歌，然後就那時候唱著…唱著…覺得…唱著…。就…就…唱到哭出來，就不敢抬頭看她，然後就唱到覺得兩個都在哭，就很…(停頓)。

是唱什麼歌？

唱車站。(媽媽的依依不捨 178/183)

之前就騎腳踏車就是受傷，那時候，才4年級還是5年級，還沒發現媽媽生病，那時候剛騎腳踏車，就有一个人卡到我，我就跌倒，然後就膝蓋還有手部受傷，就爬起來，很痛，然後就這樣騎回去，回去的時候就是媽媽在家，就回以前是租房子，後來有買，就是買的那裡，可是就是貸款…那時候媽媽生病就沒有繳貸款的錢，然後就…就…賣掉…就是…我就不敢給

我爸爸看到，就轉過去，他就沒有發現，本來沒有發現，後來看到手跟腳，他就趕快打電話給媽媽，我媽媽就說：「叫你不要騎，又要騎」，期間她每天都載我去和美，從伸港到和美換藥、擦藥，然後因為我門牙有撞到，然後差一點斷掉，而且因為恆牙斷掉會長不出來，就是去給醫生看，就說不可以吃太硬的東西，那期間不可以吃飯，只能吃粥，她就要拿去給我吃，就是煮好拿去學校給我吃，就有一次她很晚來，然後，我就…因為學校午餐時間，有規定午餐過去就是午休時間，她就太晚拿來，我就很生氣。就說…幹嘛那麼晚拿來，這樣就快到午休，就不能吃，就很生氣，結果我就不吃，那時候媽媽，其實是因為有一位乞丐經過外婆家，她就是本來要拿來了，她就是又進去煮東西給他吃，然後給他吃午飯，因為他沒有吃，就給他吃午飯，就耽誤時間，才很晚來。(媽媽真好 640/679)

在意她人的愛越厚實，越能平衡及消解空虛寂寞時的情緒，越能陪伴個人超越所有的困境，面對未來給自己力量，所以「屏」一直在咀嚼和媽媽過去所有美好的回憶。讓自己感受到「至少曾經還有人愛」，所以想過去和媽媽的一切，是「屏」復原力量的來源，在難過時產生了轉化的力量。而這和「屏」喪親後最多的情緒「想媽媽」的現象相吻合，「想念媽媽」讓她有力量面對所有的不如意。

與媽媽的一切美好回憶、媽媽對我的愛，這樣的思想、信念，都已經蘊藏在「屏」的心靈，當她越孤單寂寞時、當她無助時，就越想媽媽，想媽媽的所有一切，這猶如戀人在工作場不如意時，心中難過挫敗，當她突然想到有一個一直愛她、支持她的人不會離棄她，這時心中的苦悶獲得抒解、轉化，而再大的苦也都可以包容、也都可以忍耐。

從起初想的內容「媽媽只是出去玩、媽媽會再回來、媽媽與我的所有一切…」，隨著悲傷調適的進展，「想」的內容會跨進到「媽媽對我真好…、媽媽很會煮菜」轉變。

呵~呵~媽媽很會煮菜，我想吃什麼就會做出來給我吃。還會插花，又很會煮菜，就很好……。(690/692)

雖然「想念與意義他人美好的一切」，可以陪伴人們渡過一些困難，有時甚至是在身處絕境時，溺水前的一條救命繩索，然而過度執著或沈溺，這有時是悲傷療癒的阻礙，甚或推向死亡之路。「正向的心理特質」加上「想念與意義他人美好的一切」，才會是「屏」依持的正向力量。

2、個人內在成長動機

生命每個階段的發展不同，當匱乏時個體會有趣力想要去補足，但在這個同時，隨著時間的推進，生命的發展仍繼續在前行，在交錯的狀況之下，即形成個人獨特的生命力。

(1) 尋找依靠

而「屏」在母親過世後，父親又離開去工作，讓少了媽媽的家更空蕩，讓處在發展中的個體產生極度的孤單、沒依靠感，於是「屏」即不斷的在尋找依靠。

可能…之前，一年級時(指自己)，爸爸在當那個就是守衛，他有一天會回來，有一天會不在，之後當看護可能就都比較少回來，然後…他會給我電話，我…就只能打電話，有時候有些事情…，像下雨天，他也不能載我去上課，就自己騎腳踏車，就覺得很麻煩，就很討厭，有時候會打電話回去外婆家，就會很想住外婆家，因為很熱鬧。(346/353)

期望和爸爸一起住，需要爸爸的關心，覺得自己是沒人要的小孩。
(給爸爸的信)

於是「屏」即不停的在追尋..追尋…，而這有時是在同學間、老師間、親戚間出現，雖然每次與同學都不歡而散，然而她的內心還是很渴望有支持她的好朋友或是歸屬感，終於「屏」在虛擬的網路遊戲中找到了那份被需要的感覺，但卻也沈迷於此。

(2) 自我成長

雖然日子過的很糟，每一個轉折點都不順利，但是依然可以看見「屏」的成長，心靈內斂、沈穩，慢慢的在形成自己、學著開放自己，雖然有點緩慢、雖然有時會再退縮回去，「屏」一直站在浪頭上，一波接一波、浪花打的滿身，有時會隨著風浪搖擺、有時載浮載沈，但還好她沒放棄。

覺得比較獨立一點。(32/32 獨立)

可是就現在想一想，她如果沒有盯我們，可能就是…不會。她是教英文的…，就不會那麼…英文就比較不會吧！就被她盯啦！她就教英文…被她盯，然後，我們就要看英文，就對英文就比較懂一些吧！（感謝他人 323/327）可能找嬸嬸講話吧！就是…之前我們都會去嬸嬸家，她假日的時候就會帶我們去逛大潤發、夜市，然後就是可以跟她說，不要自己在那邊想，可能那時候沒想那麼多吧！（重來願意開放自己 468/472）

隨著時間的推演，總是會學著去思考一些事情；總是會有不同的視野，只是自我成長是比較緩慢孤單的。

（3）意義需求

感受到自己的重要及存在的價值，是串起「屏」行為的一個重要因素。而這有時亦和匱乏相作用，當她感到存在意義匱乏的時候，就是她不知道自己活著是為了什麼，所以她會用她人的關心，來證明自己不是孤兒，還有人記得她。

對，然後…是…對，他很少管，像哥哥發生什麼事情，應該管不到吧！有時候他該罵我們的時候，有時候他也沒有罵，我們然後會變成很不好，只有一次他很生氣，打我哥哥而已，其它都沒有。（期望被關注 857/861）就很好玩，真的很好玩（網路遊戲），就是角色扮演，就可以打怪物呀！認識人家，然後可以用錢去買裝備，把自己弄的很可愛、有帽子呀！還有嘴巴可以咬東西，咬一根草或是一朵花，還有可以交朋友，就很多人上線，你可以跟他們學，而且有時候會帶我們一起練，他先打怪物，怪物就會打他，那你就打怪物就好，怪物就不會打你。這裡面就有…會有一些可以學習的人，就會…而且有被需要吧…還有歸屬感。（397/408）

而特別關心她的老師，在「屏」翹課時會去尋找她，迷上網路遊戲時會制止她，雖嚴苛但讓「屏」感受到老師的關愛及有人在乎，目前也最感謝這位老師。只是目前是高中了，在學校老師不會一直盯著你，現在又沒人管了。

那是……那時候……可能老師有在顧，就是上高中老師不會管。然後國中老師會盯，而且會到學校念晚自習。我們就同學幾個一起讀。現在可以自發，現在沒有人會管妳。

對啊！所以覺得有點困難。(567/571)

其實該如何告訴「屏」克服孤單及意義的需求，是不該依附在外在的人事物上；是否隨著年齡的增長，及閱歷的豐富，她自然就會往內求，往自己的內心世界求取永恆的豐富及依靠。

3、內在保護因子：

(1) 心理能力：

由『類別—內容』中去分析「屏」的復原力量，她個人所擁有的內在保護因子是足夠的，包括負向感受的調節能力、挫折堅忍力、同理他人、控制衝動、延宕滿足能力、智力、察覺心理需欲、獨立等。

老師拿給我看的，然後之後就…就一直這樣子，快要畢業的時候，她才來跟我說話，她就說…她跟我說要..要等到我改才會跟我很好，就害我害我每天…每天都硬笑。(挫折堅忍力 590/594)

不知道？就是跑來跑去，就是自己比較獨立一點(獨立 64/65)

嗯！有時候有一些事情說好之後，他又做不好，會變卦，所以習慣了、習慣了。一剛開始知道明明計劃好又說不要會生氣，之後…就沒辦法。

(負向感受的調節能力 819/822)

喪親後「屏」不斷的遭遇挫折，面對這般的環境，而自己又不知該如何因應下，她漸漸學會去承擔、學會去忍耐。

(2) 人格特質：

「屏」的人格特質有責任心、學習潛能、接受個人責任、良好性格、尋求新奇性等。

我吃了就是沒事，就還好沒事，就看到他們兩個在那邊吐，然後就覺得很

恐怖，可是我還是很愛吃，就是看到一些新奇的東西。(尋求新奇性 57/60)
看一看，考一考，就這樣有看課本就很好，因為看課本有些不知道的會記起來，有時候，有些不知道的就直接記。(學習潛能 510/512)

畢業旅行之前，我們在掃廁所，掃地工作是廁所，就是我跟一個朋友在玩，廁所有水很滑，我跟她在玩，她就滑倒了，就把牙齒撞斷了，撞到門牙，然後就嚇到了，之後…後來她去植牙，就是要吃粥，那時候就是不知道怎麼處理，有打電話給她的家人說對不起呀！(不規避責任 525/533)

「屏」在遭遇挫折或被拒絕時，這些個人的保護因子讓她產生部分的力量，亦形成內斂、堅韌的個性。

依據以上的分析發現「媽媽的愛」、「個人成長動機」、「內在保護因子」是「屏」的獨特正向力量。而「個人內在成長動機」、「媽媽的愛」在「屏」的失落經驗中更是扮演關鍵性的個人復原因子，當在個人遭遇困頓挫折時，陪伴「屏」渡過難捱的歲月。如果說「個人內在保護因子」是一個人對事件反應的基調，那麼「與過去的愛的連結」似乎是在路上陪伴及支持個人的因子；「個人內在成長動機」是一個通往脫離困境的指標。

(二)、悲傷調適的阻力分析

每個人獨特的人生處遇中會有不同的助力及阻力，在「屏」的處遇中依「類別—內容」分析，可以輕易的發現悲傷療癒的阻力，歸類後可分為：「擔心家人的反應」、「不要和別人不同」、「喪親青少年所面對的不友善處遇」、「匱乏的外在保護因子\家庭與學校」四個大點，因「喪親青少年所面對的不友善處遇」在「整體—內容」中已詳述故不再重複，以下為詳細的分析結果：

(1) 擔心家人的反應

對於爸爸媽媽是「屏」最愛的人，不管是誰她都不願意讓他們難過、傷心，維護所愛的人，所以有可能引起他們難過的事，她都選擇「不可以說」！媽媽過世後，父親更

是她僅有的依靠，所以在意父親的身體、在意父親的想法…，擔心父親難過，假裝自己很堅強。

就…(停頓很久)。其實就還好啦！就…就…可能會想說…就比較會意識…到，就是不要讓媽媽聽到一些一些…那個…那個…事情。(152/155)

不會，就會偷偷觀察，不會求證，然後就是…就是…那個..會就是，都是比較看不起癌症、生病的…就會很生氣。(84/86)

就很在那邊難過（指父親），他就趕快跑掉，我就不知道要說什麼，他就跑掉了，因為他會…我在那邊如果一直說的話，他不知道會不會越想…就…等一下如果我又說錯什麼，他就又想到了。(837/841)

就從來都沒有，就不知道爸爸會怎樣，所以就沒講。(507/507)

當別人在談論媽媽的病情時，擔心媽媽會無法承受，所以「屏」選擇偷偷觀察。媽媽過世後，家人因為擔心彼此的反應，所以大家都選擇不說，大家各自在承受喪親的失落及痛苦，獨自躲起來啃噬自己的哀傷，深怕其他家人察覺出自己有多悲傷，於是對媽媽的思念無法抒解、對生活上的適應問題，無法一起分擔面對，這樣的維護所愛的人，似乎貫穿了整個事件、也影響整個療癒過程。

(2) 不要和別人不同

在自我認同的形成過程中，青少年前期對於和同儕的不同會較敏感，在意他人的看法，所以傾向不會公開討論死亡、亦不會主動求助。不要和別人不同、不要引起其他人異樣的眼光、不要被標籤化，所以也討厭父親在他人面前談論到喪親，也拒絕社會資源「家扶中心」的協助。這是阻隔外在保護因子的加入，亦是影響青少年復原的關鍵。

就是那樣說話，我聽的到，就生氣吧，就說「幹嘛把事情說出來，不希望跟別人說。」(258/259)

可是他每次都很奇怪，每次跟陌生人一直講媽媽已經死掉，他都一直跟陌生人說媽媽死掉了。

Q：說他老婆死掉了。

A：對！也不是陌生人是親戚，可是他竟然跟剪頭髮的講。(844/849)

因為這一路遭受太多異樣的眼光，在團體中刻意隱藏，為的就是和同學一樣，也不要再有關於癌症、母喪各種奇怪的猜測，所以不願意讓人知道媽媽過世。然而在這同時也切斷了支援，切斷了大家對「屏」的瞭解、關心。

(3) 匱乏的外在保護因子\家庭、學校與社區

「屏」的家在母親過世、父親出去工作後就解組了，「屏」投身到外婆、舅舅家，到底那裡才是「家」？而情緒支持部分，阿公阿嬤因為代溝無法提供支持、住家周圍是台糖林場沒有好鄰居；舅舅疼她但是畢竟舅舅也是有家庭的人；哥哥的適應比「屏」不好；父親又不在身邊；這些成員讓「屏」在共享成就、共度休閒時光、提供溫暖、家庭凝聚力、心理支持上是片段的，是比較無法提供溫馨美好經驗的，而這卻是「屏」所僅有的。

就可能以前什麼問題都還有媽媽可以商量吧！現在就比較不行，就比較，有時候就比較不知道怎麼做，然後就…就比較自己想，就比較沒有人可以商量這樣子。(392/395)

而學校和社區依然缺乏提供連結成功或快樂的積極經驗、缺乏提供關懷支持的師生關係、同學間彼此信任的關係、動機性的支持及訊息性的支持、社區中少有願意付出的成人、沒有慣常行為的楷模。

就是轉學回xx，就都不認識，可能就不知道為什麼、就比較沉默吧，比較少說。然後…而且覺得那些人很有心…就相處是…有打電話和以前xx的同學聯絡，然後我就跟他們說這邊的人很有心機。(160/164)

沒有在讀書，之後是還好。只是我很害怕那個註冊組長，人家都說他很好，我就覺得還好，可能是他問我說，他叫我去問問題說：「為什麼要轉過來？…？」還問我說：「你以前的老師有沒有留你？」，好像有吧，我跟他說：「沒有」，呵~他就可能覺得做人沒有價值，沒有被老師留下來，一定是壞小孩什麼的，就是不會很尊重吧！(489/496)

關係無法持續，所以同學關係都不持久，大家還來不及認識她又轉班、轉校，而每

一個新的開始，「屏」也都領教到不友善的態度。

(三) 交互作用

一些研究顯示當內外保護因子和環境交互作用後，所產生的狀態就是復原力

(蕭文 2000)。在分析的結果中「屏」擁有的正向因子，幾乎是個人的特質及過去的美好經驗，外在的支援力量僅有媽媽過去的愛。當阻力不斷的增加或太過強大時，正向因子來抵抗，因為雖有個人的正向因子但是

缺乏有效的外在保護因子，所以復原力道並不持久，「屏」處在擺盪的狀態，但傾向未完成的悲傷調適。

復原力是貫穿整個悲傷調適的歷程，而此復原力的分析資料中，更發現內在正向因子「個人內在成長動機」、「媽媽的愛」，它不只和阻力作用，亦會去影響內在保護因子；而阻力部分「擔心家人的反應」、「不要和別人不同」是阻力部分發現的重要因子，它會去阻隔外在的保護因子的介入，以致悲傷調適困難越大。當遇到超大的阻力時，只是讓個體武裝及保護起自己，並不是去尋求支援協助。

在分析資料中所呈現的是「屏」的正向因子和阻力相互對抗，但她所擁有的正向因子，只是讓自己守住中心點並無法衝破阻力。

綜合以上「屏」的悲傷調適在正向因子和阻力的交互作用下，因為「屏」的復原力中欠缺外在保護因子，當遇到眾多阻力時，「屏」的復原力僅能維持個體不再陷落，或陷落時拉她一把的力量而已。如果「屏」不能增加外在保護因子，及減少以上所提的阻力，她的悲傷復原之路，雖然跟著自我的成長及時間推進而緩慢前行，但依然會反反覆覆面臨一些相同的困境。

復原力	正向因子	個人內在成長動機 媽媽的愛 內在保護因子
	阻力	擔心家人的反應 不要和別人不同 匱乏的外在保護因子 不友善的處遇

表 4-5 「屏」的復原力

在減少阻力部分，其實要改變外在環境是相當困難的，是否可以由再強化己身的正向力量，或調整受訪者本身的想法即「擔心家人的反應」、「不要和別人不同」，當想法改變的時候、當家庭可以公開的談死亡的時候、可以欣然接受失喪的事實時，也許不友善的處遇即會改善。或是當青少年經過青春期的風暴後，因發展所產生的阻力是否會軟化而慢慢可以去看待己身的問題，開放自己接受別人的關心及協助，如此外在保護因子即會慢慢進來。「屏」不會再和環境那麼的對立。

參、悲傷調適的結果

一、悲傷調適分析結果

表 4-6：悲傷調適結果

	核心概念	概念	面向	類別	次類別
		悲傷歷程中所產生之情緒	壓抑	孤單 無助 罪疚 擔心 淡漠 隔離 否認	父親離開 轉學都不認識同學 都自己想 同學牙斷不知該如何負責 沒達成媽媽的願望 討厭媽媽不能走或說話 媽媽生病還要媽媽載我上學 媽媽給乞丐吃飯遲到誤會媽媽 喪禮還在笑、討厭跪在那裡 擔心說錯話 擔心同學不理我 對同學的反應無法感受 掃墓沒感覺 那個\指母親節 尷尬的母親節/觸景傷情 用「她」指媽媽 覺得死亡是假的 一直幻想媽媽會回來

			釋放	<p>難過\失望</p> <p>羨慕\渴求\期望</p> <p>想念</p> <p>生氣</p>	<p>回伸港跟期望不同</p> <p>訓導主任的訓話</p> <p>希望重回往日時光</p> <p>希望被關注及鼓勵</p> <p>規律的生活有真實感</p> <p>期待有人管</p> <p>期望自己和以前一樣乖乖讀書</p> <p>羨慕他人有好朋友</p> <p>下雨天羨慕別人有父母載</p> <p>以前常夢到媽媽</p> <p>寫信給媽媽、常想到媽媽</p> <p>想念媽媽所有的好</p> <p>亂發脾氣</p> <p>小事就在生氣</p> <p>爸爸常變卦</p> <p>不喜歡被提喪親</p> <p>阿婆亂說媽媽會傳染</p>
悲傷調適	結果	<p>失落</p> <p>↑</p> <p>↓</p> <p>復原</p>	<p>與他人的關係</p> <p>自我改變</p> <p>未來的期許</p>	<p>親戚關係</p> <p>同學關係</p> <p>與父親的關係</p> <p>師長關係</p> <p>不喜歡被談論</p> <p>不愛讀書、叛逆</p> <p>害怕孤單、多疑</p> <p>對關係的沒安全感</p> <p>可以欣賞其它人（小孩和媽媽的相處）</p> <p>不隨便亂批評他人</p> <p>在意他人的看法</p> <p>個性妥協</p> <p>會觀察他人及自己</p> <p>願意開放自己</p> <p>希望有好朋友</p> <p>希望媽媽沒有死</p> <p>要乖~媽媽的期望</p> <p>期望過簡單規律的生活</p>	

二、悲傷調適情緒的分析

在悲傷調適的過程中，情緒是無所不在的，隨著不同的適應階段會有不同的情緒反應，在文本中所出現的情緒類別頻率排序如下：

1. 思念：想念媽媽的情緒是無所不在，一開始是不習慣媽媽不在身邊，所以常常躲起來想媽媽，到後來在學校常遇到挫折，更是想到媽媽。

以前不會在人家面前，除非人家說到，就…剛開始聽到，就會一直哭，之後就…就…笑笑的，會哭也是躲起來。(58/60)

但隨著時間的演進，思念的方向有所轉變，也不再是哭泣。

呵~呵~媽媽很會煮菜，我想吃什麼就會做出來給我吃。還會插花，又很會煮菜，就很好……。(690/692)

當想媽媽的內容有所轉變時，悲傷療癒就有所進展。

2. 孤單：偏僻的家周圍都是台糖農作，環境中空空蕩蕩的少了媽媽的身影，大氣中也少了以往的歡笑聲，雖顯的冷清但還有爸爸在，只是…一年半後爸爸也常不在了。

一年級時(指自己)，爸爸在當那個就是守衛，他有一天會回來，有一天會不在，之後當看護可能就都比較少回來，然後…他會給我電話，我…就只能打電話，有時候有些事情…，像下雨天，他也不能載我去上課，就自己騎腳踏車，就覺得很麻煩，就很討厭，有時候會打電話回去外婆家，就會很想住外婆家，因為很熱鬧。(346/353)

在學校因為安全感的欠缺，加上回應方式的不當，「屏」顯得愛生氣又任性，同學易對她誤解，加上沈默的個性，所以常被誤解也沒有朋友，常常只有自己一個人。

可是那時候，就都沒有人站在我這邊，後來，就去學校上課都變成一個人，就都只在位置上面而已 (642/644)

3. 無助：在整個歷程中「屏」亦常出現無助的狀態，對於母親的病情、對於同學的不友善、對於日常的需要等等，很多時候、很多事情就這樣～～自己想。

就可能以前什麼問題都還有媽媽可以商量吧！現在就比較不行，就比較，有時候就比較不知道怎麼做，然後就…就比較自己想，就比較沒有人可以商量這樣子。(392/395)

沒有方向，對於未來也感到茫茫然，感覺自己是個沒人要的小孩……。是她目前對自己下的註解。

4. 罪疚：「屏」在喪親後不斷的回想與媽媽互動的一切，這些回想大部分是對媽媽的虧欠、不捨、自責，在訪談的前三次提到媽媽時幾乎都是難過的情緒，但是到訪談的第五次似乎有所改變，談到媽媽有時也會講一些與媽媽溫馨的相處。

嗯！然後..不是會有一個人在那邊念嗎！就是念生前的那些事，然後後來我們就要爬過去，就…就…我那時候有哭，之前不知道為什麼，就…就…覺得其實沒有很想哭的感覺，反而就是…就跪著、跪在那個前面，他們念經我們要跪著，我們兩個還很討厭跪在那裡。(105/110)

然後我就覺得人都死掉還這樣子，不孝啦，那時候還很…沒想那麼多，還（呵~）笑的出來。(112/114)

以前沒有那種…很邪惡的念頭，現在..就…很不好的個性都跑出來…(停頓)，然後就覺得…好像沒有達成媽媽的期望！(211/214)

5 生氣：在「屏」的環境中常使用生氣來回應，也是人在沒有能力去因應時，所使用最原始保護自己的方法。「屏」對於讓媽媽難過的人、事感到生氣，這也激發起她想保護媽媽的心理，至於別人說的，就是默默的觀察。

不會，就會偷偷觀察，不會求證，然後就是…就是…那個..會就是，都是比較看不起癌症、生病的…就會很生氣。(84/86)

「屏」每天期盼父親的回家，約定好要一起去做的事，在一次次失約後漸漸的習慣了，不去做太多的期望，就不會有失望，所以她學會這樣的面對方式，也默默接受這種現象。

嗯！有時候有一些事情說好之後，他又做不好，會變卦，所以習慣了、習慣了。一剛開始知道明明計劃好，又說不要，會生氣，之後…就沒辦法。(819/822)

在學校因為安全感的欠缺，所以對於同學容易生氣，以致人際關係不良。

ㄣ… ㄣ，不知道，可能會因為雞毛蒜皮的小事就生氣。(603/604)

6 難過：難過亦包括心疼與失望，「屏」在 12 歲的年齡，面臨了與最親近的人道別，看著最愛的人消逝感到難過，當時媽媽說的每一句話，一直到現在「屏」仍深深的把它記住，也不斷的回想，「屏」說出有關於媽媽的話時都在流淚，且彷彿時光倒轉般「它」就在眼前，深遠的神情常讓我不忍心打斷。

有啊！有一次跟她唱歌。後來她就…她就…，再來她就…（流淚）。我…就是…那個時候還有回家（指媽媽），然後那時候只是定期回去做化療。她說…她跟我說…「她肚子很大怎麼辦？」；還有之後…之前？…之後…，她有一次說她快要死掉了，她跟我說，「她會在天上看著我長大」，然後我就哭著跟她說「不要」，或是沒有跟她說不要，她跟我說，她是跟我說…（流淚）；後來，就是還有更嚴重…是意識不清，就是…就那句話很清楚，說話我聽不太懂，可是..就是要乖吧！就是聽不太懂。可是，好像說出來就是叫我和哥哥要乖，跟爸爸說要照顧好我們。(159/171)
跟媽媽唱歌，然後就那時候唱著…唱著…覺得…唱著…。就…就…唱到哭出來，就不敢抬頭看她，然後就唱到覺得兩個都在哭(停頓)。

「屏」和媽媽平常一起唱歌是開心的，在媽媽病重的當下，一樣的歌曲已經是兩樣情了，而哪首歌讓她們不停的流淚呢？

唱「車站」。(178/183)

而這彷彿是媽媽跟「屏」的告別，也顯示了媽媽對於「屏」的不捨及愛。喪親後的遭遇，也是讓人相當不開心的，期待轉學後狀況會有所改進，然而第一天就感到失望、難過。

因為都不認識，自己在班上，也都沒有什麼地位，就會覺得差別很大。
(250/251)

我的意思是你轉學回去後發現人、事都不一樣了，你當下會不會感到難過？
會。(622/624)

7. 淡漠：因為想太多，自己也想不出別的結果；因為經歷太多，沒有什麼比失去媽媽的傷痛更令人難過，所以一切都不再那麼重要了，不去感受就可以減少傷痛。

就是很多個，就是用那個…石頭、壓紙。就是用好幾個那個，然後，後來我有去媽媽那裡，就…去，後來舅舅又有去…。(掃墓)
有沒有跟媽媽講話。

沒有…不知道要講什麼。(530/534)

就比較沒有站在別人角度想事情，而且就…有時候聽到一件事情，沒有多大的反應。(577/581)

比如人家很高興的事情，就…還好，就沒有很開心…很開心…很開心…以前會很開心、很開心，現在就還好，然後，就感受不太到，就沒有太大的反應。(583/586)

有時候就是感覺不到，就是比如有時候他們（同學）難過，就比較不能站在同樣的角度感覺那件事。

你要不要舉例。

就是…考不好，就不太會難過，不太有反應…。(612/616)

8 羨慕：羨慕包含渴求、期望，羨慕的東西總是很基本的，很想擁有好朋友，可以一起作功課、一起玩耍、一起談心，下雨天很想爸爸可以去載我，然而這些看似微不足道的東西，卻是「屏」深深的渴望，而這渴望、羨慕亦是轉為「屏」目前生命追求的主軸。

我一剛開始去就看到有 2 個女生就很好呀！看起來很好，就是一個女生，一直叫她另外一個名稱，我就很羨慕，怎麼感情這麼好(168/171)
就可能…就是，比如說，家長座談會、餐會爸爸就沒空，老師…就…以前會，老師不是會找家長去了解，就比較少對學校…家長不曉得，我…就…爸爸要去工作，家裡有時候就阿公、阿嬤就 …下雨天，像你說的
下雨天，有同學爸爸媽媽會來，有時候爸爸會去載我，就羨慕吧！(362/368)

9 擔心：擔心媽媽被傳言傷害，所以聽到的傳言自己想；擔心父親的反應，所以不可以在父親面前提到媽媽；擔心父親知道自己不夠勇敢。這些體貼大人窩心的行為，卻切斷了一起面對的機會。

就…(停頓很多)。其實就還好啦！就…就…可能會想說…就比較會意識
…到，就是不要讓媽媽聽到一些一些…那個…那個…事情。(152/155)
如果一直說的話，他不知道會不會越想…就…等一下如果我又說錯什麼
，他就又想到了。(839/841)

擔心父親的健康，因為他是僅存的父母其中之一。擔心同學不理我，擔心自己又是孤孤單單，所以不快樂。

就是那時候就覺得…什麼都無所謂呀，就是過的很那個，又很怕別人不理你，就很不快樂，然後…就可能到現在…跟人家想處就會想很多，就會亂想，就會…不會像以前那樣…。我可能…可能…也不太相信朋友(662/666)

以上僅為「屏」的敘說文本中出現頻率較多的情緒，並不是某個時間點的情緒分析，亦不是統計分析，僅能提供為受訪者這五年的情緒傾向。

三、悲傷調適結果的分析

受訪者在因應壓力之後，所呈現出來的現象，即是受訪者在悲傷調適擺盪之後，目前所處的狀態，分析後發現整個悲傷調適的過程是不斷的擺盪，在復原和失落之間來回，在面對與逃避之間來回；有時陷溺在失親的悲傷失落中；有時也會因為同學的欺負家裡沒人支持而感到失落；有時繼續面對生活、繼續投入功課；期望友好朋友但是又故意不理人家；期望要乖但是偏偏愛生氣任性，情緒來來回回擺盪，在整個悲傷歷程中一再出現。

受訪者雖然有很大的個人正向因子，因為所處的發展期，自我定位未穩固，在欠缺支持及外在保護因子下，悲傷調適緩行。以下為受訪者各種面向的結果分析：

(1) 與他人的關係

環境對人的發展不利，使人必須努力去獲得安全感，而不是努力成長，滿足「缺乏的動機」而不是「成長動機」。「屏」在事件後因為轉學的關係，所以她必須快速的發展與同學的新關係，建立友誼及歸屬感，一般轉學生較容易被排斥，加上喪親後個性較羞澀，又不願讓大家知道自己的狀況，所以同儕關係的發展不順利。

她就跟別人說，我就很生氣，還大辣辣的，我就坐在那裡，她就…跟別人說，就是那樣說話，我聽的到，就生氣吧，就說「幹嘛把事情說出來，不希望跟別人說。」(256/259)

被她害了，她們學校就是…只要穿…她就跟我說只要穿藍色褲子就好，然後那一天我就穿去，我就穿藍色褲子在禮堂，就是開週會，老師就說要檢查，那個叫什麼值週老師，就說要檢查看誰有沒有穿合格，結果那一天，她就跟老師說：「老師你看那個xxx她沒有及格，她穿那個…」，然後就害我要站起來，我就…心裡想說，不是你跟我講說可以穿的嗎？(176/189)
奇怪我明明沒有…，我不是都寫對嗎？我就拿回來看，就看奇怪…就是都會有痕跡，奇怪我這一題，不是本來就寫這樣嗎？對的都被擦掉，就看，對的都被擦掉，就覺得很奇怪(216/220)

就是那時候就覺得…什麼都無所謂呀，就是過的很那個，又很怕別人不理

你，就很不快樂，然後……就可能到現在……跟人家相處就會想很多，就會亂想，就會不會像以前那樣……。我可能……可能……也不太相信朋友(662/666)

雪上加霜的是一開學沒多久就被同學當著全校的面前出糗，難堪的狀況讓她開始對朋友猜疑，以至影響到「屏」後續的同儕人際發展，「屏」一再地陷入相同的處境、一樣的結果，不斷的在追逐友情、不斷的懷疑、生氣、吵架、分手、逃離，不快樂……，在渴望獲得穩定友誼之下，因為之前不愉快的經驗加上青春期敏感又善變的特質，讓「屏」極度沒有安全感，以致易生氣，在不知道該如何改善之下，她選擇不再擁有。目前這種人際依附的處境仍未獲得改善。

然後我還會對我一個朋友發脾氣，之後就有一個跟她吵架，就假的不理她，之後……，我就覺得……，她就在那邊很可憐，而且那時候她就坐在我旁邊，然後我就覺得……跟她吵架，人家一般不是會很難過，我沒什麼感覺，而且有時候覺得很不耐煩，然後..之後……之後就是……我跟他們說，有時候我很想對她發脾氣呀，她知道之後，就有一點生氣，然後……之後……，就還是跟以前一樣，我就覺得很奇怪，之後……，我就……就……真的……就覺得……覺得……她還是跟別人……別人好比較好。然後我就沒有理她了。(667/678)

至於老師部分，媽媽過世前，「屏」在班上老師眼中優秀的學生，雖然有點霸氣，但同學也都喜歡她、包容她。

以前沒有人敢害我，呵～因為我很凶，男生不敢動我，女生是有啦，沒有害我，只是在背後說老師怎麼都對我比較好(246/251)

只是在轉學後一切都改變了，可能環境的陌生「屏」轉而變的沈默，不再是學校老師關注的對象，直到國二的英文老師，在表面上雖被「屏」認為是「很機車的老師」，但卻是喪親以來唯一感受到老師的關心及愛的人，這讓「屏」有所領悟，她感受到和以往一樣有人在在乎的感覺。

只是到高中學習環境是要靠自發，不再有人管教，得不到關懷於是「屏」又轉向父親來尋求。父親早期對喪妻的反應，讓「屏」從此在父親的面前不敢再提到媽媽，怕萬

一又說錯話引起父親的哀傷，在喪親後「屏」在父親身上想要找的依靠，在父親選擇當看護後，完全的消失了。

可能…之前，一年級時(指自己)，爸爸在當那個就是守衛，他有一天會回來，有一天會不在，之後當看護可能就都比較少回來，然後…他會給我電話，我…就只能打電話，有時候有些事情…，像下雨天，他也不能載我去上課，就自己騎腳踏車，就覺得很麻煩，就很討厭，有時候會打電話回去外婆家，就會很想住外婆家。(346/353)

對於父親更嚴重時……

有時候會忘記我爸爸。(879/879)

目前「屏」有時依然會覺得自己是個沒人要的小孩，內心的孤寂、沒有家的感覺，深深的影響著她，常常拉著她往悲傷的情緒陷落。阿公阿嬤深愛著「屏」，然而卻因為從小未和「屏」住在一起，所以並不親近，母親過世後才住一起，只是……

可能，就是阿公、阿嬤吧！可能就是想法不合，我們想的他們比較不會想到，就只是說…什麼…什麼…不乖啊！可能年紀差距吧！就是…就…就不知我們在想什麼，可能那時候也叛逆吧！所以就是不合…呵～(301/308)

於是「屏」吵著回外婆家，那個曾經和媽媽一起住過的「家」。外婆和舅舅、表弟、舅媽、嬸嬸、哥哥是她最親近的人，這些人在母親過世後提供「屏」一些支持及陪伴，目前「屏」放學就是回這個「家」。哥哥更是逃學蹺家，對於「屏」在悲傷調適上無法提供有效的建議，目前當兵中。

(2) 自我的改變：

「屏」在喪親前的個性是單純外放的，然而在經歷喪親轉學後，面對陌生的環境、情緒上的孤單。沈默轉而內斂，並開始觀察自己、觀察他人，對於青春期的變動發展中的青少年，肯定是極缺乏安全感的，在缺乏安全感的環境下，情緒控制和個性則顯得不穩

定。

就是轉學回 xx，就都不認識，可能就不知道爲什麼、就比較沉默吧，比較少說。然後……而且覺得那些人很有心……就相處是……我有打電話和以前 x x 的同學聯絡，然後我就跟他們說這邊的人很有心機。(160/164)

對喪親後自我的改變感到不滿意。

可是……我覺得不會呀！我覺得現在變壞了，然後……就……以前……以前……就會很認真讀書，就是再怎麼也不會……有……有……沒有那種……很邪惡的念頭，現在..就……很不好的個性都跑出來……(停頓)，然後就覺得……好像沒有達成媽媽的期望！(209/214)

就是那時候就覺得……什麼都無所謂呀，就是過的很那個，又很怕別人不理你，就很不快樂，然後……就可能到現在……跟人家想處就會想很多，就會亂想，就會不會像以前那樣……。我可能……可能……也不太相信朋友(662/666)

就會覺得……就會……很想回到以前的自己。

以前自己是怎樣？

可能說也說不清楚，然後就是……就那時候老師也知道，老師其實有問我爲什麼那個斷門牙的女生不理我，然後那時候她就寫在聯絡簿上面，寫的……就真的很討厭我，寫……就是寫……就是任性吧！又很愛生氣，寫一堆……(583/588) 我是說……她跟我……我一直凶她……跟她發脾氣……別人就不會。所以……我就……一直沒有跟她講話，因爲怕……怕我自己又亂發脾氣，我就一直沒理她，她就很難過。(681/685 情緒不穩)

因爲都不認識，自己在班上，也都沒有什麼地位，就會覺得差別很大。(250/251)

整體而言屏在喪親後對環境的改變、對自我的改變感到不滿意，但自己卻無能為力。

(3) 未來的期望：

「屏」目前大部分追逐在與他人建立關係上，也許是目前處境的關係所致，所在意的仍然和喪親後改變的生活有關，內在依然惦記著她所失去的，而對生命的期待很普通，卻是一般人都擁有的生活。

問：可是你很期望找回。

答：對，就比較規律，有在過日子的真實感，現在比較混吧！(558/560)

問：就會覺得…就會…很想回到以前的自己。

答：以前自己是怎樣？

答：以前較不會亂想。讀書…還是什麼、就…很快樂，就…就…就。

有時候就覺得自己個性不好。(216/222)

規律的生活就是都會去參加一些活動，然後，還有…嗯…就是會，比較有什麼休閒，出去玩，還有…就是會教我做家事，就是她（指媽媽），就是會跟…，就是會種菜，就是放學…，然後，之後…就是大概傍晚會帶我們去澆..澆水種菜。(13/18)

媽媽對「屏」的期許就是「要乖」，喪親後的境遇讓「屏」易產生負向的因應方式，這樣的結果不是媽媽期望的，她感到自己不符合期望。

我覺得現在變壞了，然後…就…以前…以前…就會很認真讀書，就是再怎麼也不會…有…有…沒有那種…很邪惡的念頭，現在..就…很不好的個性都跑出來…(停頓)，然後就覺得…好像沒有達成媽媽的期望！(209/214)

媽媽死後對自己的期望…

有呀！就…就是應該要孝順吧！然後…可能之前都認為是理所當然。就…要珍惜，還有就是身體健康吧！(497/499)

期許回到從前的生活、期許媽媽沒有死，這是一個阻礙自己前進的想法。

整體來說「屏」悲傷調適的結果，正向的保護因子和極少的外在保護因子在與目前所處的環境互動下，敵不過一個接一個的挫折，暫時無法順利的渡過哀傷。獨自面對所有的一切，沒有參照點，人際發展不順利，生活沒目標，對未來茫然，對自己不滿意、不快樂。而在關係上期待有好朋友但又拒絕她人；渴望老師的關注卻跟著同學討厭老師；期望媽媽沒有死；期望再過簡單規律有媽媽管的日子，這樣的狀態正符合悲傷調適的擺盪理論。

第三節 綜合討論

本節將以文本之「類別－內容」與「整體－內容」之分析結果進行討論，分別探討「兩種分析結果之比較與討論」、「悲傷調適的因應方式與動力模式」、「各理論之印證及比較」、「復原力在悲傷調適中所佔的位置」、「悲傷調適可能喪失的契機」。

一、兩種分析結果之比較與討論

在使用兩種分析方法上，依然可以發現差異和相同之處。運用此兩種分析方式，補足單一種無法呈現的面向或元素，讓整個研究更臻完整。

在「整體－內容」分析上，可以清楚的觀察到整個生命故事的發展歷程、各種轉折的重要事件、情節是如何發生、受訪者主觀感受，對各種背景的交代，脈絡清楚。在「類別－內容」中，則可以更清楚的看出各種組成元素，從已被歸類好的主題來加強分析。真實的呈現出「屏」的復原歷程中的關鍵因素。

在「整體－內容」中，被迫提早孵化的生命，「懵懂」和「無助」是貫穿整個過程，一個事件接著一個事件發生，受訪者深陷其中無法自拔。然而在「類別－內容」的分析中，較無法感受到這兩種因子的強度，而只是因應的一部份。

在「整體－內容」分析上，較困難看見受訪者對於悲傷復原的積極動力，看見的是一個尚未成功的悲傷調適案例，然而真是如此嗎？當開始在「類別－內容」分析後，驚訝發現受訪者與環境互動後，所出現的行為反應的面向不再是單一性，而是有正向因子，也有負向因子，整個過程的因應結構，全部在分類後清楚顯現，亦深刻的和擺盪理論相吻合，在失落與復原之間來回。亦輕易的分析出復原力量的位置及重要性。自身所蘊含大量的轉化驅力，雖一再地面對挑戰，未成功但已看見生命的堅韌。

在「整體－內容」中較可以看見受訪者的強烈願望，期望有人關心、有人管、期望規律的生活、期望和父親住在一起等…，這些都是一般人都擁有的，可是她就是追不到。

總結兩種分析互相參照，讓我們清楚的發現受訪者所處環境的薄弱資源及支持力量、受訪者在面對壓力時所使用的技巧及模式，因此也感受到「屏」生命歷程的孤單。

在整體內容設計上以生命故事、整體印象、以及青少年主體觀點的不友善處遇當鋪陳，亦即受訪者敘說的生命故事，加上研究員的整體印象，即產生較完整的生命故事。然後再向下延伸討論及分析出青少年的處遇及復原力，讓讀者可以更輕易的閱讀。

二、悲傷調適的因應方式與動力模式

(一) 多重二元擺盪之動力模式

在本研究因應的範疇內，浮現的兩個面向為「嘗試作為」和「逃避」。維持的有：補償、主動追尋、尋找支持力量、自我勉勵。「逃避」有：壓抑、沈默、逃避、否認。

在受訪者的悲傷調適歷程中，研究者將其分類為「嘗試作為」，因為受訪者在面對危機處理技巧上，目前的階段仍未達到直接面對問題的程度，所出現的是佇足觀望及嘗試與逃避這兩個面向在因應，是將自己包裹住與事件或情境隔離，然而在「嘗試作為」的類別內，可以發現「主動追尋」有時是逃避的結果，如轉學、搬家，當個體無法因應時，無法讓自己生存下去時，或負向感受太深刻時，轉變也許是個辦法，可以提供暫時隔離負向感受，也可以是一種機會。受訪者在無效的支持系統中，個體發展出來的因應方式，是傾向「解除」負向感受，而非根本的解除問題，結果就是一再面臨相同的處境。這與侯南隆喪親青少年的負向感受抒解方式相一致。

綜合 Billings, Moos, Patterson, McCubbin 等學者之觀點，因應可以分成：問題導向的因應、評價導向的因應、情緒導向的因應。本研究受訪者較傾向以情緒導向的因應，欠缺以問題為導向的積極因應模式。原因為匱乏的支持系統無法提供及支持喪親青少年學習有效因應技巧，陷青少年於獨自學習、獨自成長的狀態。

受訪者的情緒結果是對立和隔離的，受訪者一方面期待和她人友好，一方面又拒絕她人，怕自己的情緒會傷害同儕所以選擇孤單；知道日子是需向前的，卻還是期待回到

從前的生活，這樣的狀態一直發生，很明顯的「屏」是處於嚴重的擺盪階段。而青少年的因應方式整體上是和發展和需求息息相關。

(二) 動力模式

依 Folkman 的壓力因應模式為基礎，而形成「屏」的因應模式圖，「因應」和「壓力」是悲傷調適的動力過程，負向情緒、佇足、前望、在復原和失落之間擺盪是「結果」，即「屏」目前所處之狀態。正向因子散佈其中如個人的成長動機、內在保護因子、重新定義的意義他人（媽媽的愛），不斷的影響整個悲傷調適過程。

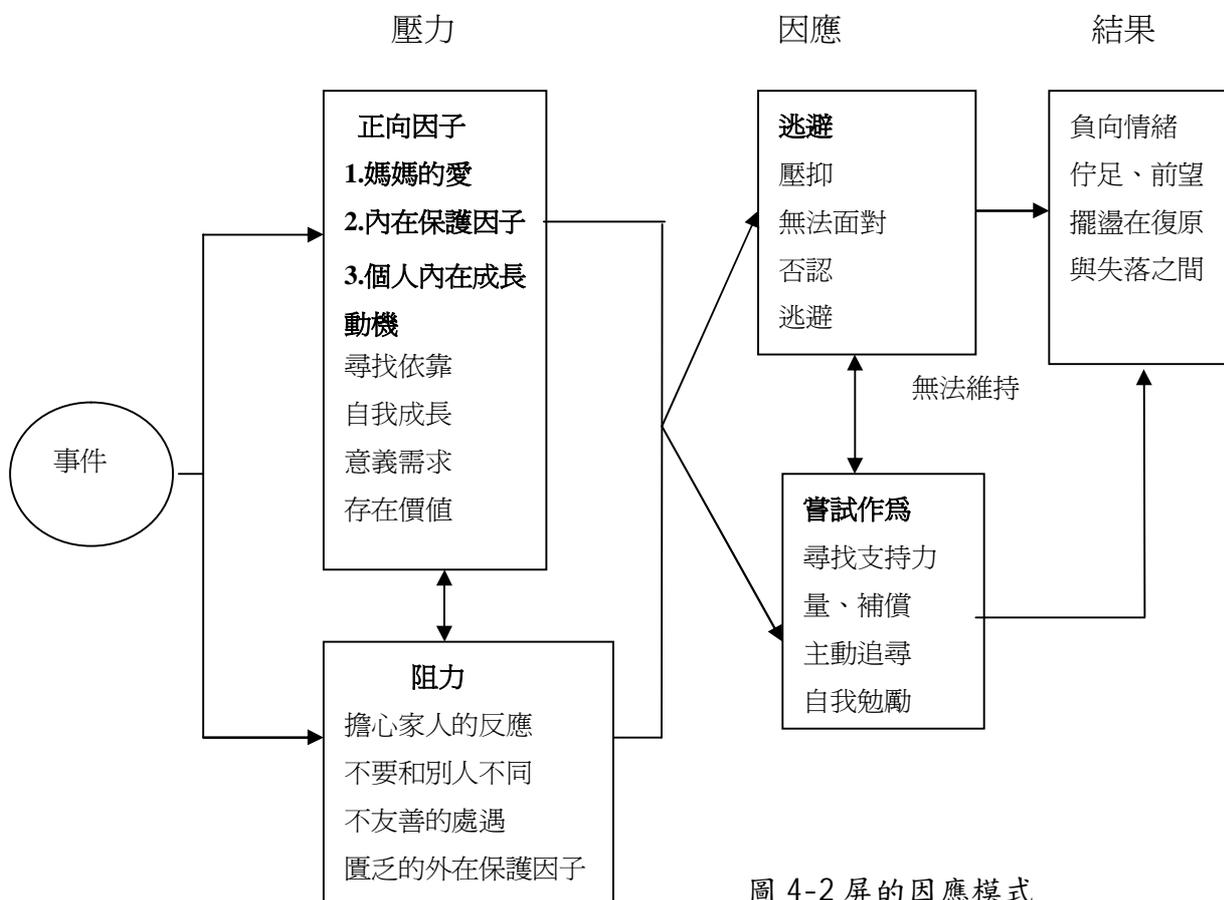


圖 4-2 屏的因應模式

「屏」在喪親事件後，人與環境的交互作用即正向因子與阻力相互作用的動力狀態即是復原力，而相互作用時產生的行為、行動上的反應即是「因應」的方式，在本受訪者身上產生「逃避」「嘗試作為」兩個因應的面向，而「結果」就是目前的狀態。

阻力和正向因子都可能會形成壓力，迫使得「屏」需去因應，因應的方式有「嘗

試作為」和「逃避」，而此兩種因應方式是流動的。

「屏」在逃避與嘗試作為之間無法維持的原因，青少年是否能解決喪親所造成的危機依著：過去經驗所形成的自我狀態是否具備能力或是方法來面對危機，以及有效的支持系統。青少年一方面在發展自我狀態、自我探索來形成未來的我，當遇到強大的喪親事件，對不可預知的事件並沒有充裕的能力去面對及反應，加上少有的有效支持，於是悲傷調適的路倍感艱辛。在「屏」因應方式中看見的大部分是自身內在的正向力量為主，尋求幫助及他人的支持是微弱的，感覺是固守在自己的世界中，當生活世界中的處遇進來時，她只有把自己包的更緊或是向內求取而已，少有向外求援。本研究發現對喪親青少年在因應部分，最需要的是家庭、學校及同儕團體的支持，如何增加支持系統？或是減少負向感受？關鍵在僅存父母是否能提供一個開放、坦然接受喪親事件的態度、積極的生活態度、適度與學校溝通與喪親青少年溝通。

修正過後的因應理論認為，「正面重新評估過程」能夠幫助個人重新定義及專注在正面意義上，這樣的過程可以幫助個人重新投入為了對付迎面而來的壓力所作的努力，而且正面作用有助於激起以目標為導向兼專注在解決問題的舉動。Bonanno 和 Kel tner 兩人指出，將負面情緒減到最低程度時，就有更大的空間可以作出專注在問題上的主動調適，同時也有助於從他人身上得到支持性的回應。他們也提出，當人們表達出正面的情緒時，也可能可以解讀為那是一種願意或有能力與社會環境繼續保持互動的心態。而所謂正面的事情大部份都是再平常不過的生活瑣事，像是在工作上獲得正面回應、臥病在床的伴侶對於照護者所作的一切表示感激、看到了美麗的日落、或是欣賞了一部好電影等。這些正面事情不僅為他們提供了一個舒緩情緒管道，而且也可能幫助了他們重新儲存社會心理資源，包括了可察覺到的社會人際支持，自我尊重，還有希望。依據理論再配合臨床所見，當當事者可以談論疾病和家人共同創造意義時，通常已經能較坦然的面對時，才能一起尋找「轉換意義」，然而創造正面心理狀態是家庭原本的氣質，還是可以引導、可以帶領？這是一個有趣及相當有價值的議題，因為在臨床常見家庭成員正向看待所有的遭遇常是順利面對逆境的關鍵。

關於「屏」我們只運用到因應理論模式，修正後的因應理論也許更適合受訪者父親

的需求，亦是提供面對問題的技巧、及創造正面心理狀態。這樣的理論結果和復原力的某些原理是互通的，關鍵是強化個人的內在正向因子來做突圍。

（三）各理論之印證及比較

在接受喪親的情緒部分，這些情緒的類別包括了 Kubler-Ross 所提出的階段理論中幾個重要類別，包括否認、生氣、討價還價、以致最後的接受媽媽已經死亡，顯示臨終階段的心理階段歷程與喪親是一致的。但是整個悲傷歷程的情緒是因應所面對事件的不同，會有各種情緒的產生，是無法並提。

整體來說整個悲傷歷程上，「屏」所展現的是傾向壓抑的方式，壓抑是隱藏或是轉而向內，這些情緒顯示出「屏」所處環境的惡劣，而低落壓抑的情緒，是果亦會變成因，讓人對事物產生悲觀負向的想法，而這樣的情緒結果是和因應的結果相配合。

配合 Worden 的任務論，「屏」完成了接受失落的事實、經驗了悲傷的痛苦，但在適應新環境及建立其它關係上仍未完成。在本研究中觀察出悲傷調適的歷程是一個持續動態的過程、是不斷在復原與失落之間來回擺盪，是相當複雜的一個過程，無法絕對的被切割，更無法武斷的評論是否「完全」適應，當遇到不同景況，情緒是會移動，以貼近真實的分析方式，研究者覺得二元擺盪論會較符合及貼近真實，而壓力模式可以呈現個人的獨特性。

（四）復原力在悲傷調適中所佔的位置

這個受訪者的遭遇和一般喪親小孩的遭遇沒有多大的不同，常見是在喪親後轉學、搬家，僅存父母為維持家計需出外工作，孩童通常獨自在家。受訪者乍看之下是一個適應失敗的小孩，然而分析後發現在歷經種種的波折後，她仍在期待轉機，而這到底是什麼因素、什麼力量在支撐著她？在「類別-內容」分析表內發現與媽媽生前深刻的互動、媽媽的話語、媽媽對受訪者的愛，是一直支持受訪者的深層因子，而且是最重要的復原力量，而受訪者所擁有的心理能力和人格特質亦發揮力量，這些因子讓受訪者有能力去維持內在的平衡，於是復原力貫穿在整個事件中。

這是一個喪親青少年在喪親五年後分析出來的失落經驗，而在研究中驚訝的發現竟然只能找到極少，甚至是沒有的外在保護因子，這樣子的分析過程及結果讓研究者發現這群孩童是被極度忽略的一群，而且是在人生剛開始還在探索的階段就被不小心遺棄的一群，雖然大人們不是故意的、雖然大人可能自己也處在悲傷失落中，但這個現象確實是很普遍的存在生活中。這值得警惕，而社會大眾亦應多關心周圍的親友，並多付出關懷及愛。

電影情節中孩童極度渴望，在逝去父親的摯友口中獲知父親的形象或證明父親的為人，「屏」亦相同地專注傾聽有關他人訴說媽媽的一切，是否她想更加的認同媽媽的一切，或是極度想要和媽媽有所連結，想在他人的口中獲知媽媽的想法，並對逝者再定位。而這是否是「屏」想要再去加強的己身內在因子的動機。

父母口中正向的話語，常常是支持的力量，或是提供孩童在遭遇挫折時的勇氣。不管是遭遇喪親的孩童或是一般的孩童都如此，父母親常灌注其正向力量及給予肯定，在遭遇逆境時能提供心靈能量，面對挑戰。研究者目睹一位43歲快過世的媽媽告訴孩子說：「孩子呀！媽媽沒有離開你們，媽媽是天邊最亮的那顆星星，當你想媽媽的時候就看看天空，媽媽就在那裡，媽媽永遠陪著你們。」，媽媽與「屏」的溫馨相處亦提供了相同的作用，想到曾經有那麼一個愛我的人，自我價值或是孤單的情緒即獲得改善。

(五) 悲傷調適可能轉化的契機

本研究依持侯南隆(2000)及陳乃榕(2003)喪親青少年悲傷調適歷程研究為基礎，再去尋找阻滯的悲傷受訪者中可能的正向因子，依據復原力之理論架構來探討正向轉化可能的契機。復原力是個體在內在保護因子與外在保護因子的保護下，與環境交互作用的結果，本研究發現個體的「內在保護因子」除蕭文(2000)所提心理能力與人格特質外，發現在此受訪者身上還出現「媽媽的愛」、「個人內在成長動機」為復原主要正向因子。「內在保護因子」是根本，當遇到挫折時個人會依持它而來反應；「媽媽的愛」是持續給予受訪者力量的來源；「個人內在成長動機」會是指標。

如依復原力理論，本研究的受訪者在悲傷調適的復原上，當受訪者在面對不友善的

處遇時，以豐厚的「內在保護因子」、「媽媽的愛」、「個人成長動機」及「外在保護因子」即可以順利渡過危機。然而此受訪者目前的調適狀態並不理想，依此理論分析發現，受訪者乃因極度欠缺「外在保護因子」，而所謂「外在保護因子」在此受訪者為家庭、學校、同儕的環境中，所擁有能促進個體復原的因素。

表象的受訪者是需增加外在保護因子，如果以復原力的理論加上 Schaefer & Moos, (1992) 修正後的因應理論，即可發現改善及解決之道在於受訪者本身，如果母親可以在疾病末期給予或協助受訪者創造正面意義，再強化內在正向因子的話，即當人們表達出正面的情緒時，也可能可以解讀為那是一種願意或有能力與社會環境繼續保持互動的心態，而此時因應可能會傾向問題為導向的積極解決方式。另一個看見是當己身轉化時，即「不願意和他人不同」和「擔心家人的反應」獲鬆綁時，外在保護因子及不友善處遇隨即減少。

青少年渴望在同儕間求取穩定的歸屬感，宗教關係的切斷亦是一個阻礙提供持續穩定關係的管道。

第五章 結論、建議、省思

本研究的主要目的是探討喪親青少年悲傷調適上的正向影響因素，探討相關的復原力量、尋找可能的轉化契機。綜合結果對喪親青少年如何超越悲傷歷程，提出建議。本研究採質性敘事研究的方式為資料的分析依據。以下根據研究結果歸類做結論，最後提出建議作參考，亦期待未來有更多的學者，會有更多不同觀點的發現，讓研究理論更厚實。

第一節 本研究的重要發現

本研究的發現有：

1. 喪親青少年的悲傷失落經驗。
2. 喪親青少年從父母罹病至過世後，由當事者的主觀感受來看待她所有的不友善處遇。
3. 瞭解影響喪親青少年悲傷調適的正向因子與復原力。

第二節 本研究之結論

歸納資料分析，發現本研究的結論如下：

一、傾向「逃避」的悲傷調適因應技巧

本研究發現喪親青少年在面對悲傷調適上，傾向使用「逃避」的因應策略，以解除

負向感受而非解決問題，探究原因為匱乏的外在保護因子，無法提供支持及提供有效的因應技巧。當青少年被獨自置放於環境及事件中時，面對喪親的失落所衍生之狀況及感受是超乎預期，所以青少年只能被動的使用逃避的因應方式是獨自成長的方式，以致悲傷復原緩慢。

二、喪親青少年悲傷調適的正向影響因素為：「媽媽的愛」、「個人內在成長動機」、「內在保護因子」。

研究結果發現喪親青少年在遭遇困頓時，依持的力量為「個人內在成長動機」、「媽媽的愛」、「內在保護因子」。茲分述如下：

1. 個人內在成長動機

生命的發展每個階段不同，當個體隨著發展的需求前進時，如果匱乏則會產生驅力想去獲得補償。在此研究中發現喪親青少年因匱乏而去追尋；因遭遇挫折而內斂、獨立；要讓自己有活下去的勇氣，所以追尋存在的價值，所以在這個項目中發現：尋找依靠、自我成長、意義的追求，為受訪者追求成長的力量。

2. 與重要他人的連結（媽媽的愛）

媽媽即為受訪者的意義他人，媽媽的愛是受訪者力量的來源，當受訪者遭受委屈時，想著媽媽的愛、與媽媽過去美好的回憶、媽媽的話語等，皆能提供受訪者在困頓時超越的力量。多給予他人正向肯定的話語，可以讓心靈產生能量，尤其是意義他人所說的話語，更是能提供超越的契機。

3. 內在保護因子

研究發現受訪者內在保護因子包括：有負向感受的調節能力、挫折堅忍力、同理他人、控制衝動、延宕滿足能力、智力、察覺心理需欲、獨立責任心、學習潛能、接受、個人責任、良好性格、尋求新奇性等為個人的心理能力及人格特質。

三、喪親青少年悲傷歷程的阻力

研究發現喪親青少年因為「擔心家人的反應」、「不要和別人不同」所以阻隔了家庭、學校、社區的支持力量，加上強大的不友善處遇，正向因子並無法順利的讓受訪者悲傷復原，所以當青少年渡過發展階段後，也許「擔心家人的反應」、「不要和別人不同」會隨著發展的進行，願意漸漸的開放自己，讓支持的力量進來，外在的保護因子提昇，成功面對悲傷。但是如依發展再來渡過，是否已喪失或是錯過生命的關鍵期，為時太晚，這是我們擔憂的。

四、喪親青少年悲傷調適過程在因應理論和雙軌擺盪論中清楚顯現

悲傷青少年在同儕間期待友誼但又害怕失落，所以乾脆拒絕：在知道母親已經過逝，但是仍期望母親還在，可以重回往日時光；在渴望有家的感覺，在期待父親一起住不成下，卻使用賭氣的方式而搬至學校附近住，再再顯示受訪者仍處在擺盪的階段。

階段論在分析受訪者悲傷歷程上，並無法貼切的呈現受訪者目前狀態的事實，本研究在使用因應理論及雙軌擺盪論分析後發現，此兩種理論會是較適合及貼近受訪者的真實樣貌。

五、青少年在喪親事件容易成為被忽略的一群

青少年的悲傷調適歷程常在大人們慣常的作為中被忽略或誤解，如果大家對喪親青少年有更多的瞭解、包容、尊重，那麼則可以避免很多的衝突。

第三節 建議

依據本研究之結果和 Schaefer & Moos 的正向結果之概念模式圖做對照，提供以下幾點建議：

一、喪親青少年部分

1. 與父母培養開放性的溝通，避免獨自承擔、獨自煩憂，對不理解的事件或是情況，勇於表達及求證，與父母一同分擔、一同面對，減少誤解或是遺憾。
2. 青少年敏感又脆弱，加上社會支援匱乏，容易產生遇到問題或是委屈時不會對外求助，而陷自己於困境，壓抑及掩藏自己的想法，當時間一天天過，事件並未隨時間消解，因為當時年紀的關係所思考及分析能力有限，所以狹隘的理解或誤會即一直影響著她的情緒及行為，如果在沒有適當求助的情況、家庭關係又疏離的話，當她對事件有所理解時可能已經對自己造成重大傷害而為時已晚。社會上有各種專業助人管道，試著去願意開放自己，別人才有機會協助你、瞭解你，在互動中一起成長改變，即增加社會及家庭等的外在保護因子。受困山溝的小狗，在一人高的山溝間跑來跑去尋求離開，每天一堆登山客想靠近協助它離開山溝，可是小狗只要一有人靠近它就蒼惶逃得更遠，山溝來來回回跑無法讓人親近，所以之後就有人丟食物、有人搭木板要讓狗兒自己爬起來、有人常蹲坐在旁想誘它直接抱離開，可是三個月過去小狗還是在原地徘徊無法脫困，其實它要藉助外力離開一人高的困境（山溝）是相當簡單的，只要它願意讓人靠近。這讓我看見社會的支援很多，只要你小心選擇、願意打開你的心扉，還是很多人願意伸出援手的。
3. 學習轉移負向感受的技巧如放鬆技巧、運動、打坐、禱告等。
4. 培養及增加對未來的希望並勇於去追尋，幽默感及正向看待所有發生在己身的事，增加積極愉快的生活經驗，慢慢增加自信心。
5. 培養一種興趣，如樂器演奏、繪畫等等，讓自己專注在其它事件上、培養自信與創造

力。

6. 宗教團體可以提供穩定的關係及支持，對於離喪的青少年想獲取關心及尋求意義上有極大的幫助。

二、父母部分

喪親事件對於孩童，彷彿自己的生命被剝奪掉最重要的部分，本研究發現「屏」在喪親後缺乏支持的力量，獨自面對各種不友善的環境，以至情緒不穩定、沒安全感，使得與他人的關係發展不理想、自我欠缺方向，對未來感到茫茫然。這是一個喪親孩童極普通的遭遇，因此提供幾個建議給相同處境的家長參考：

1. 預期性哀傷的準備：父母罹患癌症後，對於孩童預期性的哀傷能及早準備，充分依孩童能理解的方式解說及告別，並觀察孩童的反應。
2. 增加孩童正向心靈能量：多對孩童說一些正向話語或肯定話語、人生座右銘、寫一些小書、給孩童未來生日卡片等等。讓孩子在需要時，或是想念逝者時可以拿出來看，讓孩童在面對悲傷療癒時，回想起父母的愛、父母的話語，能提供孩童內在心靈支持的力量及自我價值。
3. 喪禮期間僅存父母容易忽略孩童的感受，與孩童談一談死亡、談一談儀式、感受，適度說明及解釋，讓孩童感受到尊重及被重視。
4. 提供開放坦誠的空間：父母給予孩童自由開放的空間，成員互相坦誠溝通，容許他們悲傷、討論、保有逝者的物品，並告知不必獨自承擔喪慟，容許她悲傷，讓她知道你樂於傾聽她的心聲，多多陪伴，另外需特別留意孩童刻意隱藏的情緒。在有必要轉換環境的狀況下，需特別留意孩童的轉變及需求，適度的提供支持及協助。
5. 關注孩童，注意孩童與老師、同學的關係，家長主動與學校老師溝通聯繫，了解孩童在學校的狀態，協助孩童發展良好的師生、同學關係。
6. 家長對於喪慟的反應方式，間接會影響孩童，家長需注意自己的生死觀，有必要時尋

求專業協助，父母有正向的悲傷因應模式有助於引領孩童去面對喪親。

7. 家長需瞭解悲傷調適復原相關因素並做適度調整、或提早與孩童說明可能會遇到的狀況，而孩童如何看待，一般她會先模仿成人的方式。
8. 喪親後家長常有補償心理，不忍心再去苛求孩童，以至孩童誤以為家人不再關心他，導致自我放逐等，喪親後應盡快家庭角色功能重定位、盡快恢復穩定的生活，適度的要求及管教是必須的。
9. 家長需有正確的理財觀，減少失喪後家庭更為困頓，而需到處奔波維持經濟而疏於照顧孩子。

三、學校、社會部分

1. 宗教信仰可以提供家庭獲得支持關心，對孩童也許可以提供慣常行為的楷模，提供人際交往的網絡或穩定的關係，讓生活世界較不狹隘，或是對生死有不同的理解，增加外在保護因子。
2. 參加社輔或互助團體：父母事先給予孩童正確的觀念，人類是個互助的社會，需彼此鼓勵彼此分享，只要你願意，打開你的心，世界就不孤單。加強給孩子事前的心理建設，瞭解孩子的想法，灌輸正確的概念是相當重要的。
3. 師長可以提供孩童一個接納、關心的環境，如果即將轉換班級，有時關係的切斷讓孩童會有失落感產生，期待老師預期到轉換時，可以和所有的孩童做一個良好的告別或說明，可以多給予孩童正向話語，提供孩童穩定力量。

四、給未來研究的建議

有關於青少年喪親的失落經驗的歷程研究，近幾年來感謝侯南隆（2000）及陳乃榕（2003）的論文已有深入的描寫與印證，使得青少年獨特的喪慟模式已有相當的基礎，

讓後進依此基礎探討更深入的議題，在未來針對青少年復原力的研究個人提供建議如下：

1. 本研究為單一受訪者之深入研究，依循方法論為基礎，本研究呈現為研究者對研究的理解所得，並無一絕對的終點，喪親青少年的復原力及正向因子仍有相當豐厚的內涵和意義，尚待進一步去理解及探討。個人建議未來研究者，可以依循復原力的理論基礎，擴大樣本量，專門探討復原力量做一深入之探究。
2. 尋找正向因應的青少年來做復原力之分析，探究結果之差異。
3. 本研究只針對受訪者的立場來分析，是否可以由父母、師長、同學的角度來作進一步之分析，來瞭解之間彼此認知的差異性，再尋求如何改善。
4. 追蹤研究，研究者運用敘事研究分析青少年的悲傷調適結果後，介入與不介入受訪者之影響及差異。
5. 與臨床的合作，可以在醫院和臨床發展相關的研究，讓理論進入臨床，讓悲傷調適的知識更普遍。
6. 喪親青少年的生命態度研究。
7. 對於喪親青少年而言，在性別、喪親時間、喪親時所處的發展階段、去世者的性別、依附關係的本質、親人去世的原因，有待進一步的研究。

第四節 研究省思

一、過程中的省思

與老師閒談時提到以往安寧的遺族中，有十幾位喪親的孩童適應的狀況，對於他們的未來我感到無力，不知道該如何幫他們，老師靜靜的聽…突然點頭說：「寫這個好！」，這突來的建議搞的我慌亂，掙扎了許久才說服自己。第一、時機是否恰當？會不會太早問害了他們。第二、青少年的發展現在是最難溝通的階段，我如何突破他們的心防？（這在我拜訪 5-6 次不成功的另一個喪親青少年身上印證了），如果我問的不好，他們都是

我最關心的遺族，我怎麼可以害他們？如何給死者交代？抱著遲疑的心，我一直在思索、一直在思索……。

敲定題目後展開了確定適合受訪者的動作，我有四位都是高一的遺族，兩位適應良好，當然一下子就答應；至於適應不良者，就名詞上「正向」、「負向」、「成功」、「失敗」，就搞的我不知該如何，不希望把人給標籤化，「我想如果我是被寫成負向我一定會很難過」，所以都說服不了自己，如何去說服他們呢？我躊躇了許久，終於有一天我突然覺得：「沒有適應失敗的，只是還沒有完全成功，這只是一個歷程而已，有人較順利、有人慢了些。」，如此我自己終於可以較正向的看待我的論文。

訪談了兩位，最後選擇一位來做分析，在訪談的過程中我一再戰戰兢兢，一直在問自己，時機是對的嗎？會不會問太多？會不會害到他們？一直反問自己？問老師？在訪談的過程中，漸漸的我得到印證，發現受訪者在堅強的外表下，他們是極度渴望她人的關係和瞭解，到最後我印證這是可以的時機，因為他們需要的就是被支持、被看見、被關心、被肯定而已，而我能提供的也僅止於此，加上目前是他們對未來再度重新思索及準備的關鍵階段，所以我漸漸的肯定自己、也漸漸的釋懷。

在尋找受訪者期間，我最在意的受訪者是一位除上學外，回家就把自己關在房中的妹妹，每次去她家一定會被她關在門外，平常對話只會簡單回應，自從父親過世後，她也把她自己的心門關起來了。通常我們會將這樣的個案轉介給社扶單位，不知是何原因都無法持續提供協助，這個案五年期間家長會主動找我，而我亦多次的關心他們，而此次在計畫訪談後登門5-6次，終於約好訪談的時間，那天剛好下超極大的雨，我不妥協還是去她家，不過還是被她臨時反悔拒絕於門外，想到她清秀的外表、她應該要快樂、應該要為未來努力，卻因為喪親的事件放逐自我，對未來不抱持希望讓我很心疼，亦覺得自己對不起死者，因為我有「看見」妹妹的狀態卻無力去幫她，我感到難過。而這也是我在論文結束後、在擁有更多時間及知識後需去做的。

訪談期間適逢春節，家中大魚大肉，巧遇婚慶聚餐，滿桌的食物，有些完全沒人動筷，竟沒人想包回家吃，食物滿盈到浪費。我突然想到訪談期間，為了點一份火鍋遲疑很久的孩子，她告訴我「阿姨，這一份火鍋的錢是我們一星期全家的飯錢！」之後，在

享受大魚大肉的同時，我會想到那群孩子，我會感恩、會珍惜、也知道該如何教育下一代。

二、分析資料中的省思

受訪者的母親在臨終時是我照顧的病人，我們陪伴她走完最後一程，在家裡她安安靜靜的離開很祥和，記得當時「屏」還很小，現在再度遇見她已是亭亭玉立的高中生。這些年來他們一直過的不太好，當我在分析「屏」的資料時，驚訝看見她悲傷歷程的結構，及她目前所站立的處境時，甚至當我看見相同模式再度出現，「結果」我也預測的出來時，我感到「殘忍」，因為完全符合文獻，我不知該如何讓她看見這些分析資料，因為她這五年所走的孤苦歲月，其實是可以被做一些可能的預防，她的生活是可能會順利些的。

這是一群敏感多變的孩子，似懂非懂很容易禁錮起自己與外界的接觸，所以我很小心的注意彼此的互動及誠信，深怕一不小心毀了我跟她建立起來的關係。如何讓她知道她的處境，我應該讓她知道自己所站立的處境，但卻不該去介入她的發展，這其中的倫理拿捏及技巧是值得我周詳的思考。

在幾次的訪談並無法感受到說故事般的敘事研究的優點，但是在多次訪談後即可以感受到在訪談中有時受訪者竟驚訝於自己的回答時，我感到敘事的迷人之處，亦看見受訪者的成長。

三、研究者的成長

面對這群孩子，我步步為營，深恐自己的不小心，暗示或引導到孩子訪談的內容，或自己不當的言詞影響到她們，自己曾經受傷所以我更小心，更注意研究倫理，而這從一開始就從沒停止思考過。

看待這群孩子不再是情緒性的、不再是完全的無能及生疏，經由一年多的寫作及訪談，我可以深入的做思考及分析，擁有更好的辨識力，並可以提出個別性的建議。

和孩子共構生命故事的同時，我看到了生命的堅韌純真及希望。每個孩子都是未來的主人翁，我們應該關心及付出，看見他們就是看見我們的未來，叫我們如何不去愛他們。

對生命的關懷與付出，豐富了我的人生，在此我與「屏」一樣看見我生命的意義及價值。感謝這群孩子相信我，把他們從沒跟人說過的私密想法告訴我，感謝他們辛苦的父母。

中文文獻：

- 丁晨 (2003)。世界的斷裂與接應：一位極重度多重障礙者生命意義之探討。南華大學生死學研究所碩士論文。
- 朱森楠。青少年復原力的概念。2006年10月13日，取於
(www.bsjh.hcc.edu.tw/guid/guid3.htm)
- 行政院衛生署 (2005)。台閩地區單親家庭狀況調查結果摘要，2005年5月14日，取自
內政部統計資訊服務網 (<http://www.moi.gov.tw/stat/index.asp>)。
- 吳芝儀 (2005/11/20)。敘事研究的方法論探討。載於齊力、林本炫編：質性研究方法與資料分析 (145-188)。嘉義，南華教社所。
- 侯南隆 (2000)。我不是壞小孩－喪親青少年的生命故事與偏差行為。南華大學生死學研究所碩士論文。
- 施惠琪 (2002)。成人超越逆境之分析研究。暨南大學成人與繼續教育研究所碩士論文。
- 黃鳳英 (1998)。喪親家屬之悲傷與悲傷輔導。安寧照顧雜誌，10：69-83。
- 黃慧涵 (1992)。青年學生對父母過世的哀傷反應調適行為與家庭關係之研究。國立彰化師範大學輔導研究所碩士論文。
- 陳乃榕 (2003)。一位經歷父殺母喪親事件之青少年的失落經驗。南華大學生死學研究所碩士論文。
- 張春興 (2001)。現代心理學。台北：東華。
- 鄒川雄 (2005)。問題意識之建構極其在研究過程中的方法意義。載於林本炫、周平主編：質性研究方法與議題創新 (21-59)。嘉義，南華教社所。
- 蔡麗芳 (2000)。喪親兒童諮商中悲傷經驗改變歷程之研究。彰化師範大學輔導與諮商學系博士論文。
- 蕭文。災變事件前的前置因素與復原力在創傷後壓力症候群反應心理復健上的影響。2006年10月12日，取自 (<http://heart.ncue.edu.tw/921/921symposia2.shtml>)
- Anselm Strauss. & Juliet Corbin. (2004). 質性研究概論。(徐宗國譯)。台北：巨流。(原

書於 1997 出版)

David E. Balk & Charles A. Corr (2001) .**青少年、發展任務和面臨死亡與喪慟**。(吳紅鑾譯)。台北：心理。(原書於 1996 出版)

Fleming, S. J.,& Balmer, L. E. (2001) .**青少年的喪慟**。(吳紅鑾譯)。台北：心理。(原書於 1996 出版)

Jill Freedman. & Gene Combs. (2000) .**敘事治療—解構並重寫生命的故事**。(易之新譯)。台北：張老師。(原書於 1999 出版)

Johnson, J. (2000) . **協助孩子了解死亡**。(陳逸群譯)。台北：生命潛能。(原書於 1999 出版)

Kubler- Ross, E. (2000) . **你可以更靠近我—教孩子怎樣看待生命與死亡**。(林瑞堂譯)。台北：張老師。(原書於 1999 出版)

Robert Brooks.& Sam Goldstein (2004) . **挫折復原力**。(洪慧芳譯)。台北：天下。(原書於 2004 出版)

Strauss, A. & Corbin, J. (2004) . **質性研究概論**。(徐宗國譯)。台北，巨流。(原書於 1997 出版)

英文文獻：

- Alicia Skinner Cook. (2001) .The Dynamics of Ethical Decision Making in Bereavement Reach. Stroebe Margaret S. (Eds) .*In Handbook of Bereavement Research* (119-142) . Washington. : American Psychological Association.
- Attig, T. (1995) .Respecting bereaved children and Adolescents. In D.W. Adans & E.J.Deveau. *Helping children and adolescents cope with death and bereavement.* (pp.43-60) Amityville, NY : Baywood.
- Calhoun,L.G.,& Tedeschi,R.G. (1990) .*Positive aspects of critical life problems: Recollections of grief.*Omega,20,265-272.
- Christakis, N.A. (1992) .Ethics are local : Engaging cross-cultural variation in the ethics for clinical research. *Social Science Medicine*,35,1079-1091.
- Dan P. McAdams. (1988) .*Power, Intimacy, and the Life Story : Personoogical Inquiries into Identity* : New york.
- Ester R.Shapiro. (2001) .Grief in Interpersonal Perspective : Theories and Their Implications. Stroebe Margaret S. (Eds) .*In Handbook of Bereavement Research.* (pp.329-349) Washington. : American Psychological Association.
- Fleming, S. J.,& Adolph, R. (1986) .Helping bereaved adolescents : Needs and responses.In C.A.Coor & J.N.McNeil(Eds).*Adolescence and death*(pp.97-118).New .York : Springer Publishing.
- Folkman, S. (1997) . Positive Psychological states and coping with severe stress. *Social Science and Medicine*,45,1207-1221.
- Jeanne A. Schaefer and Rudolf H. Moos. (2001) .Bereavement Experiences and Personal Growth. Stroebe Margaret S. (Eds) . *In Handbook of Bereavement Research.* (pp145-169) . Washington. : American Psychological Association.
- Jeanne A. Schaefer and Rudolf H. Moos. (1998) .The context for posttraumatic growth : Life

- crises ,individual and social resources, and coping. In R.G. Tedeschi, C.L.Park, & G .Calhoun(Ed.).*Posttraumatic growth : Positive changes in the aftermath of crises.* (pp.99-125) Mahwah, NJ : Erlbaum.
- Jordan, J. R., Kraus, D.R., & Ware, E.S. (1993) .*Observations on loss and family development Family Process,32,425-440.*
- Kessler, B.G. (1987) .Bereavement and personal growth. *Journal of Humanistic Psychology,27,228-247.*
- Kevin Ann Oltjenbruns, (2001) .Development Context of Childhood : Grief and Regrief Phenomena. Stroebe Margaret S. (Eds) . *In Handbook of Bereavement Research.* (pp169-199) . Washington. : American Psychological Association.
- Lieblich A.& Tuval-Mashiach R., Zilber T. (1998) .*Narrative Research.* London : SAGE.
- Margaret S. Stroebe and Henk Schut.(2001)Models of Coping With Bereavement : A Review. Stroebe Margaret S. (Eds) *In Handbook of Bereavement Research.* (pp375-405) .Washington. : American Psychological Association.
- Oltjenbruns, K. A.(1991) .Positive outcomes of adolescents' experience with grief. *Journal of Adolescent Research,6,43-53.*
- Silverman,P.R. & Worden,J.W. (1992) .Children's reactions in the early months after the death of a parent. *American Journal of Orthopsychiatry,62,93-104.*
- Simon, L.,& Drantell, J.J. (1998) .*A music I no longer heard : The early death of a parent.* New York : Simon & Schuster.
- Stein,N. L.,& Policastro, M. The concept of a story : A comparison between children's and teacher's viewpoints. In H. Mandl, N .L. Stein, and T. Trabasso (Eds.) . *Learning and comprehension of text.* Hillsdale,N.J. : Lawrence Erlbaum Associates,1984.
- Tyson-Rawson, K.J. (1993) .*College women and bereavement : Late adolescence and father death.* Unpublished doctoral dissertation ,Kansas University, Manhattan.
- Worden, J.W. (1996) .*Children and grief-When a parent dies.* New York : London.

Worden, J.W. and Sliverman, P. R. (1996) .*Parental death and the adjustment of school-age children*. Omega,33 (2) ,91-102.

附錄一：訪談同意書

您好，知道這一路你和你的家人都辛苦了。

我是南華大學生死學研究生翁寶美，目前正進行「父母癌逝青少年之悲傷調適歷程研究-以正向影響為焦點之探討」的研究，真誠的想邀請你參與這個研究，這個研究要麻煩你敘說你的生命故事，聽聽你對父親過世發生一些事情的感受及想法。期望藉由你寶貴的看法，讓大眾更了解和你相同遭遇的孩童，及更知道他們的需要及期望，減少在事件中的無心傷害及誤解，期能協助及幫助到相同遭遇的無助孩童。

在訪談進行中如果你有任何的想法都可以提出，亦可以隨時中斷談話或調整方式。為了避免遺漏你寶貴的資訊，訪談將以錄音方式來進行，所有內容將遵守保密原則，在資料上也將以編號或不記名的方式處理，不會讓你的名字在任何公開場合出現，為了資料內容的正確性會讓你再度確認過，研究員已讓你清楚的知道這是一個學術研究，並同意研究報告日後可以以其它方式出版。

你的提供經驗讓整個事件沒有白過！本研究因為有你提供的珍貴資訊，讓研究更貼近真實狀況，十分感謝你的參與。若你願意接受訪談，請在下面同意書上簽名。

訪談同意書

經過研究員的解說，我已充分的知道研究的目的及研究進行的方式、自己的權益，我同意接受訪談，且過程中接受錄音，研究者不會在任何公開資料中揭露我的姓名及可以分辨身份的資料。

研究參與者：

研究參與者之家長：

研究者：

年 月 日

附錄二：訪談大綱

很謝謝你願意幫助我來進行我的研究論文，以下我會問一些有關母親生病的事情，可以嗎？可能你會有一些難過的感覺也說不定，所以我會隨時配合你的狀況來進行，也就是說我在以下的一段時間中，會問一連串有關母親生病以後的事情，你告訴我哪些事情是很重要的這樣好嗎？可以的話，你就像是說故事一樣的把事情經過告訴我，這樣大家會比較知道小孩子在遇到父母生病，還有後來過世的事情時，會有哪些想法及感覺，所以需要你來回想當時的事情，而且把它說出來這樣說你瞭解嗎？我們可以一起來進行這件工作嗎？

可以的話，有關母親生病的事情，我們可以從事情最開始的時候談起。

1. 從母親生病以來，已經有多久的時間了？這段期間你最記得什麼？
 - ※ 你怎麼知道母親生病了？當時的情況是如何？有些什麼人？說了什麼話？
 - ※ 母親生病期間，你們怎麼照顧自己？
 - ※ 母親生病期間讓你印象最深刻的一件事？
 - ※ 你知道母親會過世嗎？
 - ※ 生病期間母親是否有告訴你特別的話？或是不一樣的互動、不一樣的感覺？
 - ※ 母親死亡時你是否在場？看到了什麼？想到什麼？現在你怎麼看待當時的事件？

2. 可以談一下母親過世後，喪禮期間的情況？
 - ※ 當母親死亡時，你看到、感覺、想到什麼？
 - ※ 母親過世是採用什麼樣的喪禮？要不要跟我們形容一下？
 - ※ 喪禮期間讓你最記得的一件事是什麼？

3. 我們來談一下你的生活和周圍的人、事、物。

※ 母親過世後你的生活有什麼不同？你自己和以前有什麼不一樣。

※ 在母親過世後哪些人、事讓你印象深刻？為什麼？

※ 這一路你和家人都辛苦了？你覺得支持你一路走過來的是什麼……….

※ 經過母親的這件事後，你覺得生命什麼最重要？宗教信仰對你有沒有影響？

※ 如果遇到相同遭遇的人你會對他說什麼？

※ 家中的環境是不是可以輕鬆的談論已過世的母親？