

文圖 曾煥棠、王佩辰、吳靜宜
林曉慧、施宥安、黃靖雯
郭文厚、陳柏儒

從悲傷輔導到心靈陪伴

在喪禮服務場域推展諮商輔導實習之工作初體驗

致死亡
如果你有顏色
便是黑色
如果你有形狀
那便是圓形
就像個黑洞一樣
帶走我原本擁有的
任我哭喊都不願歸還
我恨你的殘忍
恨你奪走的所有
更恨你是不變的存在
秒針 分針 時針
不停地旋繞著
用盡力氣恨你之後
剩下的僅是軟弱
才發現恨的背後是恐懼 是害怕
害怕死亡 因為這是話題的禁忌
害怕死亡 因為將面對的是未知
然而
離別、失去、死亡
不都一樣嗎
讓人不甘 讓人不捨
所有的來不及
如一個吻別
如一句愛你
如一聲謝謝
終成了遺憾
因著這份遺憾
讓我懂得了
每一刻都該被珍惜

這是臺北市殯葬處實習生林曉慧用文字表達了對死亡的認知與感受。民國 106 年起，北護生諮系學生有機會到殯儀館進行諮商輔導工作實習，讓學生對殯葬、死亡的議題有更多的認識；北市實習的陳柏儒覺得學習到最多的是自我學習的部份，並表示本次實習屬於從零開始，凡事都要靠自己去發想跟動手做，有任何的問題都要主動去發問，這樣才學得到東西。新北市的兩位實習生，黃靖雯即便在學校修了殯葬相關課程，對於喪禮的接受度還蠻大，但在實習過程還是被外公突然過世的消息震驚了一下，且因此對外公的喪禮有很多觀察與感觸；同在板殯的施宥安覺得學到了蠻多溝通及協調、建設性回饋的方式，並透過悲傷輔導站比較敢跟家屬主動搭話，並多少看過了一些面對親友死亡會有的心理狀態等等。

桃殯實習生郭文厚在殯儀館這邊看到的許多現象、畫面，他省思很多人生的事情，無論是過去、現在還是未

來，過去曾經被愛、愛人，曾經受過傷、也跌倒，但也走到了現在，成為了一個現在的自己，無論是否滿意現在的自己，都不要忘記了「愛」這件事，從家人、同學、同事、寵物或者是另一伴，都是需要去實踐的。即時的表達或是說出自己的感謝，那怕只是一句簡單的「謝謝你」，只要讓對方感受到是發自內心由衷的感謝，都可以溫暖人心；另外也在桃殯的吳靜宜說：這次的實習學到了很多在學校課本學不到的事，還有別人接觸不到的殯葬內容，收穫滿滿，也謝謝督導這四個月的帶領。

本文分享北護生諮將諮商輔導實習課程推展至殯葬處的珍貴經驗，並進行檢討與反思，以落實在殯葬場域的生命關懷專業實踐。

筆路藍縷的開創緣起

北護生諮系長年在生死關懷領域推展諮商輔導工作，經喪禮善終服務領域教師多年來的產官學溝通協調，積極倡議公部門殯葬場域應落實悲傷輔導服務，終於在 2017 年於臺北市殯葬處首度實施諮商輔導工作實習，更於 2018 年新增新北市政府殯葬處、桃園市政府殯葬管理所兩處，同步進行諮商輔導工作的實習。這次有六位同學分別在各殯葬管理處之殯葬所（殯儀館）及殯儀管理的各單位進行服務學習及悲傷陪伴服務。

實習概況與學生心得

107 學年上學期由教師於實習前與各機構溝通課程規劃，並邀請諮商心理專家系友共同進行場域實地訪視評估，讓學生分別在臺北市二殯的火化場等候區、新北市板橋殯儀館家屬休息室及桃園殯儀館停柩室設置悲傷輔導推廣服務站，提供定點的動靜態宣導及陪伴服務。



■新北板殯服務站場勘



■北市二殯實習前課程討論合影



■桃殯服務站場勘



■北市二殯服務站留言版及標示



■桃殯服務站海報



■桃殯服務站宣導品

■新北板殯服務站

「療癒服務站」 臺北市第二殯儀館

今年最大的突破，就是在家屬聚集最密集的火化場二樓等候區設立「療癒服務站」執行悲傷輔導服務方案，設計多種活動作為與家屬或民眾互動的媒介，並宣導自我照顧跟允許悲傷。

偶爾會有人過來看看學生在做些什麼，比較多的是小朋友好奇的跑過來，父母親跟著過來一探究竟，這時候學生就會藉機宣傳悲輔的理念；也有的家屬是因為剛好坐在附近，看到工作站會來詢問一下，這時學生當然不會放過

這個機會多多宣導，在剛設立的時候也有業者來詢問。活動方案部分，初步先是將印有祝福話語或是療癒句子的書籤形式祝福小卡發給成人民眾；最有成果的方案是生命樹留言板，讓民眾留言完成『Before I die, I will...』的下半句，適用於小孩及大人，民眾參與最為熱絡。

「療癒服務站」的設立像是一個摸索，實習學生從不知如何著手，到一步步建構起來，還面臨近乎無所收穫的煎熬期，最後從不可能中看見可能性。學生認為在殯儀館執行悲傷輔導不是不可能，只是投入的時間上需要比較久，效果或是回報也會比較慢，如同至今還是有不少人訝異於殯儀館的改變。而悲傷輔導在殯儀館究竟能不能夠做？很多人給的答案是肯定的。

「心靈加油站」 新北市板橋殯儀館

新北市殯儀管理課非常關心實習的進度，給予建議讓學生腦力激盪，像是海報怎麼設計才能吸引注目，若有人來看該怎麼留住，讓民眾有意願讓學生宣傳悲傷輔導的理念。海報設計是在底部用漸層顏色的花做裝飾，站名叫做「心靈加油站」，上面就是加油站的方式，但油槍出來的是滋潤心靈的支撐物，希望民眾能夠得到一些力量面對之

後的課題，不希望民眾會覺得悲傷是一種很無能的行為，而是一種休息、一種成長。

推廣悲傷輔導讓學生較敢跟家屬主動搭話，看過了一些面對親友死亡會有的心理狀態等等，這次實習所學到的是如何用對的方式去輔導家屬，因為本土文化驅使民眾不會在別人面前表達悲傷。「心靈加油站」設在家屬休息室，一個開放空間，民眾來也是問問學生在做些什麼，發著色療癒明信片給他們簡單的說幾句話而已，要深入的談真的不太可能，但另外的哺乳室，負責的阿姨說有人要使用就得出來，若在交談中遇到這樣的狀況，會對民眾造成傷害，所以學生只有找家屬簡單的搭話，練習之後如何接觸家屬才不會讓他們覺得不舒服。

「出境事務所」 桃園市殯儀館

學生實習之前也清楚了解到此單位是為了推廣與實施「悲傷輔導」的概念，假如有民眾需要進行小小的談話、紓解悲傷，學生也要給予幫助。因實習理解台灣人在失去摯愛時，透過這些儀式的緬懷，漸漸達到釋放悲傷的一種文化。在行政櫃台的時候，也時常會遇到一些情緒不好的民眾，口氣上就會比較衝動，最好的方法就是冷處理，學習到

和情緒在頭上打轉的人，給予多一點同理，避免口角。

桃殯提供了一個位於停棺間裡的其中一間叫電力控制室當實習生的輔導小站使用一學生命名為「出境事務所」，就在很多家屬設置靈堂的中心點，所以算是一個優勢，實習教師及學生覺得悲傷輔導站的地點非常不錯，桃殯提供佈置經費，學校也很貼心的為學生設計了輔導人員背心，讓家屬更清楚的看到學生在服務，可以間接和很多周圍的家屬有接觸到。除了空氣品質上比較不好之外，因為都是焚香的味道。在常常看到許多業者經過，但似乎都不願意與學生多談，後來才知道是因為怕學生是來搶生意的。

經督導師生三方討論，覺得將實習角色的身分定位成「陪伴志工員」或許會比定位成「悲傷輔導員」來的要好，因為確實目前在殯儀館提供一個悲傷輔導的服務可行性不大，多半不會有人因為他悲傷、難過來尋求協助，許多人的身邊都是有親友跟家屬的支持，自然而然不會主動前來。

實習成果產官學交流座談與檢討

二〇一九年一月初分別在三個殯葬處所舉行成果會議，殯葬處所多位長官同仁出席，對本系實習學生抱持高度的配合態度讚譽有加，樂意明年繼續辦理。共同討論出可以改善的事項如下：



■ 北市二殯成果會議



■ 新北板殯成果會議合影



■ 桃殯實習前課程討論

1. 實習期程若可提早到暑假期間7月開始，才能學生有機會參與海葬的學習。
2. 實習課程表應在實習開始前就與各殯葬處提報並討論確認18週的實習安排與內容。
3. 臺北市及新北市增加實習場地，特別是陽明山臻愛樓及三峽火化場進行服務方案，提供家屬陪伴、設計撫慰性追思方案。
4. 實習服務站需增加文宣品、放置留言簿，以提升家屬休息室具備悲傷陪伴與安慰的功能
5. 安排至少一週在淨身室進行遺體洗身、穿衣、化妝等實作或觀摩，讓學生有深刻的情境體驗與學習。
6. 殯葬處提供印製「關懷」、「陪伴」、「找我」等親民且具有實質宣傳效果字樣的實習服務專用背心。
7. 安排後續關懷的悲傷支持活動方案，擬採以悲傷支持、自我照顧及療癒等相關主題的演講、書展、電影賞析等方式執行。



■ 桃殯成果會議合影

懷恩聖地



懷恩聖地

(02)2637-1887

新北市三芝區圓山里石曹子坑32-1號



私立懷恩聖地公墓

專業 誠信 · 合理

53