

照顧機構中靈性關顧的實施芻議

劉清虔

一、導言

自1993年起，台灣正式進入老化社會，目前台灣的老人照顧服務產業正蓬勃發展，也展現商機無限的態勢。在近千家的老人安養與養護機構中，中小型的仍佔多數，除部份係由宗教團體所興辦之外，多數仍為私人所經營。在政府相當程度制度與法律的相關規定下，以及市場機制的競爭之下，一般照顧機構所應具備的硬體設施，不管是醫療、復健、以及休閒等器材也還算齊全。對於老人在身體的需求與心理的需求，以及社會關係的營造也漸上軌道；甚至已出現所謂五星級的安養中心，使入住的老人彷彿居於大飯店之中。

但是，還有一個與老人密切相關的領域就是他們的靈性，已步入遲暮之年的長者，靈性的健康實居於樞紐之位。不管是面對往日的陳年舊事，或是現在的生活處境，甚至是未來百年之後的靈魂歸處，因著健全的靈性，他們便能擁有篤定而踏實的盼望。而這個區塊最好的執行者即是宗教人士，然而，除少數由宗教機構所興辦的老人照顧機構配置有神職人員之外，一般私人安養中心在這一部份就顯得缺乏。本文即是據此，提出在老人的機構照顧中，靈性關顧的必要性以及可能的實施方向，盼作為往後照顧產業發展的參考。

二、機構老人的靈性處境

在華人安土重遷的傳統觀念裡，要說服一個人離鄉背井已屬不易，即使真至他鄉奮鬥，最後也總希望告老還鄉。老人多重視天倫之樂，總希望

子女成群、環伺左右，若要說服他們離開自己的親人，住到安養機構，實屬不易；特別是對於許多抱持「死也要死在自己家裡」信念的老人而言，更是難如登天。若是願意前往，泰半原因亦是考慮到子女的工作、家庭，是因為不願拖累家人，而不是甘心樂意。因此，當一位長者進住老人安養機構時，除了他的身體健康需要特別關注，協助他展開新的關係也很重要，但是，他的靈性處境更是要加以關顧的。

就筆者的觀點，一位進住安養中心老人的靈性處境可以從「焦慮」、「創傷」與「痛苦」三個角度來談：

（一）焦慮

1. 分離焦慮

其實，分離的焦慮從開始考慮前往安養中心的時候就已經開始。平時，與子女住在一起的老人，兒孫在身邊，總有一份的踏實；現在，有可能一個禮拜才見到一次親人，這種原本熟悉的相處模式的改變，對老人而言，會造成焦慮。而那些平時就不與子女住在一起的老人，因生活自我照顧的能力減低、或因身體狀況不佳而不適合居家並處理諸多雜務，必須前往安養中心，其分離的焦慮則生發自他們與鄰居朋友之間的人際網路的剝落。懷有分離焦慮的老人，其特點即是不安、不甘、生氣、壞脾氣、抱怨，最好的處遇方式即是親人的頻繁探望，為其塑造一個穩定的、可盼望的事件，而使初期生活有一個可供依賴的重心。

2. 孤獨焦慮

孤獨的焦慮使人對現狀焦躁不安。安養中心的生活環境不是他們願意的、目前的生活方式不是他們所選擇的，在確定了與其熟悉的人、事、物分離之後，長者會產生防衛之心、並對人不信任，而很困難立即適應新的

環境、新的生活。孤獨焦慮的表現特點是抗拒（伙食、作息安排、以及一切）、封閉（難以與他人快速建立友誼）、自憐（覺得自己很孤單、很可憐）。因著對新生活的不認識、不了解，孤獨焦慮的長者便需要照顧者更多主動的嘘寒問暖，甚至更熱情地予以關懷，或許，就能儘快打開他們的心防，從而建立起新的、溫暖的友誼。

3. 死亡焦慮

死亡焦慮的產生，會因身體狀況的惡化而增強、也會因身邊同伴的紛紛離世而增強。死亡是人絕對無法閃躲的生命歷程，產生死亡焦慮的年長者，會出現負面的思想，自覺死亡會很快降臨自身。有時亦會出現幻聽、幻覺，聽到已過世者對他的呼喚，或看見已過世者向其招手。對許多長期生活在安養機構中的老者而言，基本上其生命模式是停滯的，每一天固定的作息，衣食無慮，日復一日、週復一週、行禮如儀。直到有一天意識到死亡的腳步似乎近了，產生死亡焦慮，死亡焦慮亦可能加速年長者身體健康的惡化，導致死亡事實的產生。最好的對應方式即是協助老人轉移思想的焦點，引導他們去觀看、思想美好的事物，朝向生活的光明面，以減低其焦慮。

4. 得救焦慮

伴隨著死亡焦慮而來的另一項焦慮便是「得救焦慮」，換句話說，就是老人會擔心自己是否能進入天堂。所謂得救焦慮，是基督宗教式的說法；若用佛教語言來表述，則可謂之解脫焦慮；若以道教語言論之，則亦可謂成仙焦慮。其共同的特色，即是對自己是否能進入自身宗教所應許的天堂、或極樂世界、或得道成仙產生焦慮。對於已有死亡焦慮的老人來說，接下來所擔憂的就是他這一身的罪孽是否可得到赦免？還是會下到地獄？或者，擔心一身業障可否得到解脫？還是繼續受輪迴之苦？這樣的焦

慮絕非空穴來風，基本上，不管一個人有沒有宗教，對於死後要去的地方多少都有期待，自然也產生焦慮。宗教的輔導將是最好的方法。

（二）創傷

1. 遷徙創傷

當年長者從自主的生活情境搬到一個需要被監護或持續照顧的機構，或許會經歷社會學家所說的「遷徙創傷」（transfer trauma）。年長者必須遠離他所熟悉的環境、平日經常作伴的人群，這是一種失落，也是一種由失落所引起的創傷。遷徙創傷曾被認為真的能導致受創者死亡，最近有許多研究顯示，情況並未像我們想像的那麼嚴重（愛家，2006:483）。這種創傷從老人被告知將離開其原有環境時開始，究竟會持續多久？在研究上並未明確顯示；但是若經合理的推估，持續三個月、半年應屬平常。因此，最好的方法是讓老者能攜帶一些具有強烈「屬己性」的物品，如相片、子孫送的禮物等。如此，便使老人在遷徙的過程，將創傷減到最低。

2. 失落創傷

通常，一個老人若是行動自如、身體健康狀況良好，並不會想去進住照顧機構中。一旦必須遷徙至安養機構，老人就必然面對另一種創傷，即是失落創傷。老人的失落涉及了幾個不同的層面：身體健康的失落（行動不再自由、生理機能已大不如前、老人慢性病纏身）、親情的失落（不再與子女一起住、要每隔一段時間才能見到兒孫）、友情的失落（平日聊天、抬槓的朋友從此不可能再經常聚集而噓寒問暖）、經濟的失落（不再如過往擁有經濟能力或自由購物）。這些失落所造成的創傷，幾乎是無法彌補的，因為，失落即意謂著失去，失去的就再也回不來了。因此，協助老人在失落中轉念、化悲觀為樂觀，就是非常重要的事，因為，與其坐著

爲失落悲傷，還不如去珍惜現在擁有的。

3. 遺棄創傷

對華人的年長者而言，三代同堂、兒女成群、含飴弄孫就是幸福的象徵。然而，一旦需入住照顧機構，必會猛然發現原來並非「家有一老如有一寶」，自己在兒孫面前只能算根草，這是極大的創傷。許多老人會把「進安養中心」與「被遺棄」劃上等號，有時甚至也與「子女不孝」等同。而在受此創傷之後，老人經常會轉而憤怒、抱怨，甚至自我放棄、自殘來氣他們的子女，要使子女後悔。這些心中充滿「不甘願」情懷的機構老人，內心是極其痛苦的：想我一生努力奮鬥，爲子女辛苦大半輩子，他們才有今日的成就，沒想到今日落得如此下場，真是不甘心啊！如何去安撫這些受到遺棄創傷的年長者，心靈的慰藉將是最佳途徑。

4. 隔離創傷

安養中心是一個與外界隔離的地方，即使有一片草地、有散步的步道，也還是有圍牆，而區分了牆內與牆外的不同世界。這種外在的隔離，有時亦會導致老人的內心與他人的隔離。筆者發現，對於一些有信仰的人，他們的心中還會產生一種心靈的隔離，即是與其宗教團體的隔離。例如：原本每週上教堂，對老人是一個美好的期待與實現，但是，入住安養中心之後，不再能週週上教堂，聽不見許多弟兄姊妹的請安聲、聽不見詩班的天籟之音、聽不到牧師的講道，使得他們不僅感到與教友們的疏離，有時這更是一種與上帝之間的隔離。這是一個很重要的層次，許多老人因心靈的隔離而憂傷，若是能藉由宗教團體的關心，自會使他們不致因入住機構而感到受創。

(三) 痛苦

1. 疾病的痛苦

多數老人皆受慢性病所苦，舉凡心臟病、高血壓、氣喘病、消化道不適、糖尿病、帕金森氏症、阿茲海默症、關節炎、以及泌尿系統的疾病等。身體的不健康幾乎是邁向老年者的必經之路，老人的生活品質也幾乎由身體的狀況來主導。會入住護理之家者幾乎都是長期臥床者，而在養護中心的老人幾乎都是坐輪椅者，是需更多照顧者；而在安養中心的，則是尚有自理能力的。唯有健康的身體，老人才有可能有高品質的生活，但機構老人多數都身體違和，需長期服藥或復健，這無疑是痛苦之首位，而且隨著身體機能復原之不可能性，因疾病所帶來的痛苦只可能有增無減。

2. 不自主的痛苦

老人入住機構之後，所有的生活作息都必須依照機構的規定，老人能自主的空間並不多。除了安養中心之老人因行動自主，而可自行安排生活步調、且自由參加中心各項活動之外；在養護中心的老人，其作息都已被制約：早、中、晚餐的時間是固定的，用餐的菜色也是既定的、看電視的時間、散步時間、洗澡的時間，幾乎食衣住行等都在機構的安排之下。因此，在老人心中的另項痛苦於是浮現，那就是不自主的痛苦。但因身心狀況與外在環境所限，要改變的空間甚小，多數老人選擇隱忍。事實上，亦有些老人常抱怨不能出去、抱怨吃的東西、抱怨活動形式……等，諸多抱怨多係不自主所引起。

3. 茫然的痛苦

在機構內的生活，日復一日、年復一年，對老人而言，頗有山中無甲子之感。彷彿人生已經走到最終站，遂失去向前的動力。即使在機構內每

日亦有不同的活動供其選擇，但是，在規律平整的日常生活裡，仍然會有「明日我將走向何處？」的困惑。人生是不斷向前規劃、向下一個階段邁進的，然而，機構老人的下一個階段在哪裡？對部分老人來說，這種生涯的茫然，將形成一種本質性的痛苦。特別是在養護中心的老者，雖不良於行，但思維意識清楚，在機構的日子愈久，新鮮感漸失、幸福感漸落，取而代之的將是惶惶終日的茫然痛苦。此種痛苦不易自覺，但卻無法忽視其存在。

4.遺憾的痛苦

一個老人「成功老化」的重要指標之一，就是對所走過的人生「沒有遺憾」。然而，作為一個有限的存有者，人的一生多半在善惡之間、對錯之間、好壞之間遊走，也在不斷犯錯的過程中起伏。要做到「人生沒有遺憾」實在不易，老人有時會為著從前年輕時的不智行為而悔恨，也有可能對於曾經傷害過人而感到難過。這樣的痛苦，老人不一定願意說出來，但卻深藏在老人的心中；因而，如何使老人能從遺憾的痛苦中走出來，而繼續面對未來，是一個要緊的功課。這必須靠深度的靈性照顧才能化解。

三、機構中靈性關顧的重要性

中華民國政府一直將「宗教」視為怪力亂神之流，致使對宗教在政策上有諸多的限制。特別在教育系統內，將宗教從人格與道德教育的領域中排除，而宗教教育也一直被隔離在正規教育之外，就連現在不斷在中、小學提倡的生命教育，也盡量去淡化其宗教色彩。這彷彿在昭告，宗教只與人的喪葬有關。而事實卻是：宗教對人生具有安身立命、解答疑惑、穩定心靈、倫理道德等作用。有時，宗教甚至佔據著許多人生活中的主要地位，成為他們做決定時的主要參考座標；宗教中的終極關懷，也指引著許

多人的人生腳步，可以不斷朝前。而當人一到老年，宗教在其生命中的份量就會愈來愈重、影響力也愈來愈大。

哲學家田立克（P.Tillich）在其名著《生之勇氣》（*The Courage to Be*）裡提出人的三種焦慮：無意義的焦慮、死亡的焦慮與定罪的焦慮（Tillich, 1987:42-3）。他同時也認為宗教正可解決這三樣的焦慮：宗教信條能為人提供生活的意義；宗教儀式為人在生命受到威脅、情緒受到干擾時提供慰藉；宗教教規則提出正確的行為方向、使人照著遵行而免於被定罪。

正是基於這般理由，機構老人的靈性關顧就顯得重要，因為，這正是他們得以自焦慮中脫離、從創傷中痊癒的關鍵所在。

在照顧機構中從事靈性關顧是有其必要性的，而且是無可取代的，筆者提出以下理由：

（一）統整年長者一生的功過苦樂

一個走過人生七、八十個年頭的長者，他的人生閱歷一定是豐富的，人生的起承轉合、悲歡離合、滄桑起伏必然深度刻劃在他的內心。此時，長者所需要的不單是食、衣、住、行的生活照顧，或是醫療保健的身體照顧，而應該包涵他們對一生的統整，將自我的一生定位。這是一個心靈的作用，以一套永恆的價值與信念，去重建年長者的生命，此即是靈性關顧的目的之一。當學界在力倡成功老化的諸多指標時，真正能達到這些目標而自認對自我一生功德圓滿的老人有多少？也許僅如鳳毛麟角、屈指可數。多數老人在評價自身時，當然有可堪告慰之人事物、以及可供回憶的甜蜜往事，但也可能攙雜著後悔、傷痛、不滿、或負疚感。若能有效統整，則可為其一生帶來「圓滿」的結局。

以「苦難」為例，在基督宗教的靈性關顧裡，會幫助老人明白，人的苦難有上帝的旨意。上帝是全能的，祂能賜福也能降災，一般的宗教是

欲透過宗教來躲避患難的，而基督信仰卻相信無論禍福都是來自上帝。只是，以上帝的超越性來定奪幸福與苦難，當然不是我們此等凡夫俗子所能明瞭。也許人眼中所以為的苦難，正是上帝所看為美好的；而人所要的是「好」的，但是，好的卻不一定是「甜」的，也有可能是「苦」的。正如一個生病的人，對他好的是藥，而藥也正是苦的。因此，上帝的超越性使得人的「苦」成為「好」。因此，基督徒相信凡事有上帝的旨意，而上帝就是愛，因而便能在人最深沉的苦痛中經歷上帝最大的愛。如此，對於一生受苦的老人而言，就可能揮別受苦的負面經驗，進而肯認受苦的正面價值。這就是一種生命的整合。

（二）適時處置重覆性的悲傷與失落

機構老人生活的艱辛，除了必須與其身體的不適抗爭外，還必須去突破多重焦慮與創傷的綱索，然後開始摸索在機構中的生活。他們除了要與機構工作人員建立關係之外，更要緊的是與其他老人營建新的人際網絡。老人與老人之間有著更多的相似性，經歷了共同的年代與社會，他們有著相似的人生、相似的生命故事、以及相似的集體記憶，因而，也許可較易進入彼此的生命世界。如果一個新的關係能被建立，同時也意味著老人對新環境的適應已趨良好。但就在此時，也同時蘊釀新的危機，那就是新的失落與重覆性的悲傷。一位老人可能會眼睜睜地看見他在安養中心的同伴病發、送院、亡故，使一個好不容易才建立起來的新關係又面臨失落的處境。且這樣的失落與悲傷將成為他往後生活的常態，讓一位老人必須處在一個不斷面對重覆性的悲傷與失落的生活世界裡，這實在是一件殘忍的事。

靈性關顧的必要性也因此呈現出來。靈性關顧能協助年長者將眼目置放於永恆，進而將死亡視為通往永恆之境的大門，死亡不過是「開門與關門」的組合，使一個人從一個空間進到另一個空間、從一種生命狀態進到

另一種生命狀態。或用另一種形態來解說，人生就好像搭上一班火車，每一站都有人上車、也都有人下車；有人在車上的時間短、有人在車上的時間長；我們也會在車上認識新朋友、也送走舊朋友。因而，當我們的朋友要下車了，我們的心中雖有不捨，卻毋需悲傷，因為，他下車後就回到家了，我們應該為他回到他的家而為他高興才是。基督信仰就認為死亡是回到天上的家，故透過靈性關顧，能使老人在面對重覆性的失落與悲傷時以平常心視之，使其情緒的低落程度降到最低。

（三）協助耆長者更積極活出餘生

進入機構接受安養的老人，難道就沒有明天嗎？他們人生到此，難道只剩下等死一途嗎？當然不是，但是，在安養機構裡，除了每一日基本飲食的供應、基本醫療的照護，還有定時休閒的活動，是否還有其他的可能性？靈性關顧有一個作用，就是將人的心思從消極面轉向積極面，使一個接受照顧的老人有可能成為照顧別人的人，或是在餘年將自己的才華、能力全然貢獻。機構中的老人可以分為幾種，包括心智清楚、行動自由、有能力自我照顧的安養老人；以及行動不自由但心智清楚，但無能力自我照顧的養護老人；最後是心智功能喪失大半的失智症老人。若是處於安養中心，或同時包含安養與養護二者的機構，更是有必要透過靈性關顧讓老人在確定自身的生命價值與潛能後，成為能幫助別人的人，而能更積極地將餘生做最大化的使用。

每一位老人的身體與心理狀況都不同，所能發揮的特長亦不同，所能做的事亦不盡相同。在基督宗教裡，耶穌基督的形像便是一位「負傷的治療者」，祂自己雖受傷，卻仍醫治人的傷，並以自己的傷去治療人的傷；也就是說，耶穌基督的榜樣是不將心思定於自己的傷痕之上，反而去注目他人的傷，最後使人恢復健康與整全。因此，在基督宗教的靈性照顧裡，會期待老人在別人的需要上看見自己的責任，用自己的痛苦去經歷別人的

痛苦，並在別人的痊癒中享受自己的喜樂。經成功靈性關顧的老人，就少自怨自艾，而能盡力為他人付出。也許，只是一個小動作，就是來到一位養護者的身邊，握著他的手，陪他一起流淚，這就足夠了。

（四）修補傷害而達到生命的改造

我們必須知道，一個曾受到深度心理創傷的人，當事人會表現得不由自主，無論是情緒、意志、認知、或行為，都遭受到某種形式的束縛。其中一個癥狀就是，無法自拔地一再去做他不想去做的事，或沒有能力去做他希望做到的事。也包括不敢去愛別人、難於與人建立關係、經常性發怒或不信任、過度控制自己或別人，甚至經常想去討好人而獲得人的愛（Benner,1998:219-220）。靈性關顧在某方面與心理諮商結合，將人的心理狀態與靈性同時關照，期待能使一個心靈曾嚴重受傷的人能獲得身心的安頓。

因而，從基督信仰的眼光來看，靈性關顧在這個層次上就顯示出四個要緊的階段：

1. Reforming（修正）—指向一個已遭扭曲的心靈，可藉由基督的救贖而開始脫離其扭曲地位，卸下自我的假面具，而真正面對自身的實況。
2. Conforming（認受）—指開始轉向，從黑暗轉向光明、從邪惡走向善良，是對自身原本地位的棄守，將生命的發球權交出。
3. Confirming（確認）—肯定自己有改變的可能性，也相信自己會改變，已經改變，是在基督裡心意更新轉化。
4. Transforming（改變）—從認知的層次進入行動的層次，人的形像徹底轉化，得以朝向上帝榮耀的形像（Benner,1998:221）。

四、機構中靈性關顧的實施

靈性，涉及了宗教，每一種宗教有不同的靈性表達，相對地，也造就出不同的生命形態。因此，面對不同宗教信仰的老人，給與從宗教層面上的關懷是最重要的事。基督教牧師到安養中心探望老人，並不是要傳道講經、慈濟功德會的師兄姊們前往探視老人，目的也不在弘揚佛法，其目的很簡單，只是單純地關心、問候、祝福。在心靈需求需要被滿足的前提下，以基督宗教立國的美國，以及歐洲大部分國家的老人照顧機構，幾乎都配置有專職的神職人員，或是牧師，或是神父與修女，特別關照老人的心靈需要。

然而，以台灣這個多元宗教的處境來說，除非宗教團體所設立的照顧機構，否則，一般機構很困難涉及到靈性關顧的區塊。就吾人所知，基督教雙連教會所設立的安養中心就有專職牧師進駐，而由天主教仁愛修女會所附設的台南老吾老養護中心亦有多位修女在服務老人。對於一般私立的小型養護中心，完全沒有專職神職人員負擔靈性照顧。因此，對於未來照顧產業的發展，在吾人的觀點裡，靈性照顧此一向度的建立實在是刻不容緩。畢竟，吾人身為神職人員，絕不同意神職人員只與喪葬儀式有關、只處理死人而不必照顧活人。

至於在照顧機構中，靈性照顧當如何實施？神職人員能做些什麼？吾人提出幾項個人的淺見：

（一）聘請神職人員定期或不定期訪視機構老人

這是一個很好的建議，但是卻有實行上的困難。因為，台灣大多屬於民間信仰，這信仰沒有什麼基本教義，只是為求富貴財子壽等現實利益，因此，許多人是出事了才拜、或拜了是求不要出事，而師公除平日為人指點迷津、主持消災避禍的法事之外，鮮少涉入或關心其信徒的日常生活。

不像基督宗教有教會這個團體，有一群弟兄姊妹相互扶持；或慈濟等佛教團體，平日有一群師兄師姊彼此往來。因此，我們可以這樣說，請基督教牧師、佛教法師、天主教神父來到機構進行訪視，給予老人靈性關懷，是比較有脈絡可尋的。但是，找民間信仰的師公，困難度就比較高了。

若以基督信仰為例，基督教牧師在機構的靈性照顧上能做些什麼？基本上有以下幾項：（劉清虔，2006）

1. 傾聽—老人需要有人能傾聽他們的聲音，聽他們說故事，聽他們表達他們的感受，牧師平日所受的協談訓練，正可透過傾聽而使老人知道有人真正關心他們，他們也絕不會懷疑牧師對他們的愛與關心。
2. 探詢—對老人而言，他們身上的病痛需要有人關切，牧師曉得上一次來的時候老人所表達的身心狀況，承繼上一次的問題繼續詢問他們的近況，老人會明白，這種關心是持續的、是沒有中斷的。
3. 勸勉—牧師的重要任務是使一個憂傷的心變成喜樂、使一個憂慮的靈平靜安穩，因此，只讓老人表達他們的感受是不夠的，牧師的勸勉會幫助他們用新的眼光看待自我的處境，換個念頭也轉換他們的心境。
4. 祈禱—這是探訪的最後一個步驟，也為探訪畫下句點，那就是帶領老人祈禱，將他們的身體、心靈都帶到上帝面前，老人知道自己並不孤單，有牧師陪伴他們，也有上帝與他們同在，祈禱讓他們的心真正安定。

另外，靈性關顧最重要的階段，其實是在老人臨終之時所做的關懷，以及在有朋友或親人亡故後對老人或家屬所做的悲傷輔導。因為，養護與安養機構所關心的對象，實在不是只有老人而已，與親人之間的聯繫也很

重要，而當老人病危，也不是只有請家屬載回去那麼簡單。關於這些，在機構裡的牧師所做的，亦包括以下幾項：

1. 臨終關懷—要對一個生命開始倒數計時的老人談死亡，絕非易事，特別是在一個突發狀況中知道自己罹患絕症之時，或是直覺自己身體有異。處在掙扎期的老人特別敏感，保持若即若離關係即可；處在害怕期的老人，則需要經常性的陪伴，直到他們已完全接受現實，從自我哀憐的處境中走出，會為身旁照顧他們的人著想、並對他們心存感激，也對自己的一生有所交待，並安然走向死亡。老人的子女也許散在各處，牧師的關懷常成為老人唯一的精神支柱。
2. 臨終輔導—對象主要是老人的親人，特別是相伴多年的老伴，他們的內心傷痛，卻又要照顧病者，更須在病者面前隱忍住心中悲痛，有時還須忍受病者的無理要求與咆哮，他們是身心都遭遇極大壓力的人。牧師必須對病者的家屬進行臨終的輔導。一方面平靜他們的心靈，一方面教導他們如何與病者相處。
3. 悲傷輔導—在所有喪葬儀式完成之後，教會的牧師會每一日或隔一日便前往身故者的家中進行個別會談，協助其親屬抒發情緒。但是，在機構之中，悲傷輔導是做其他的老人身上，一個可行的方式便是舉行一個追思會，大家一起來懷念他，談談最令人印象深刻的事、談談他的種種美德，以深度的懷念來取代失落的悲傷。如此，便可使機構其他老人從失落的緊張、害怕中得到舒緩。

(二) 延用專職關懷師或具宗教信仰的志願工作者協助靈性關懷

老人是需要有人陪伴的。大型安養中心或可聘用專職「關懷師」，專

門從事陪伴、關心老人的工作，因為，機構裡一般的工作人員的工作範圍並非是陪伴老人。但是，中小型的安養或養護中心或可邀請具宗教信仰的志願工作者協助靈性關顧。然而，這些志願工作者或關懷師能做些什麼？

1. 與老人交談—在與老人交談的過程中，靈性照顧的關懷師有一些是必須特別注意的。
 - (1) 最重要的就是傾聽。Lora Watson 曾說：傾聽是看見那從未流出的眼淚、傾聽是知道那從未被實現出來的夢、傾聽是聽見那從未出聲的嘆息（Giunta, 2006:305）。
 - (2) 不要嘗試改變話題，必須在傾聽許久後才說話，並避免提出類似「你有什麼感覺？」這類的愚蠢問題。只要聽得夠用心，就一定知道該如何說話。
 - (3) 談話不是身家調查，不要探人隱私，該說的老人一定都會說，老人不想說的也絕不要勉強他們說。不要將話題限定在某個範圍，應該讓老人主導談話，最後才由關懷師作結束。
 - (4) 絕不要說你懂得他們的感受、感覺。也許關懷師也有類似的失落經驗，但每一個悲傷都是獨特的，不是後生晚輩所能輕易瞭解的。只要用誠懇而專心的神情回應就好了。

2. 與老人作肢體的接觸—機構工作人員都是因工作需要才觸碰或移動老人的肢體，但是，關懷師可以用深具溫暖與愛的肢體接觸來深入老人的心靈。
 - (1) 接觸絕不可隨意，用敷衍的方式碰觸；最好是在深度的傾聽、談話和行動上來進行，依老人談話的內容與表情來予以肢體碰觸的回應。
 - (2) 身體的接觸可以撫慰老人的心，有很多的治療都必須透過接觸。藉由握手、擁抱、把手搭在對方肩上，都可以有效地安慰

幫助人。

- (3) 神情態度所傳達出來的訊息，與語言同樣有效；目光接觸及肢體語言亦是極為重要的。
 - (4) 對於重病、無法言語的老人，或正處於深度悲傷的老人，其實什麼話都不必說，只要坐在他的身邊，握住他的手，就夠了。我們必會從他握手的力道感受到他接收到我們的關懷了。
3. 作為機構與家屬之間的橋樑—家屬前來探望時必定會詢問長輩的狀況，關懷師正是對老人的狀況知之甚詳的人，必可詳加報告而使家屬安心。
- (1) 老人家屬雖不一定經常來探望老人，但每一次來一定會問，作為安養與養護的機構，就必須詳細告知。若報告得愈仔細，家屬必定愈放心，機構可更深獲得家屬的信任，甚至打免費的廣告。因此，那平日與老人有深度互動的關懷師就是機構的最佳公關了。
 - (2) 有些老人與家屬之間的關係不佳，關懷師經由長期與老人的接觸，已得到老人的信任，因此，正可擔任老人與家屬之間的溝通橋樑、磨合劑，甚至能促成雙方的和解。
 - (3) 機構的中心就是這些被照顧者，他們的需求必須被滿足、他們的願望必須被實現。於是，關懷師以其對老人的瞭解，正可促成機構與家屬之間一同來實現老人的遲暮之夢。

五、結論

面對未來老人服務相關產業，除了那些輔具公司之外，老人安養與養護的領域必不斷擴大，機構數定會增加，當然，靈性照顧的需求定有增無

減。除了身體的照顧之外，老人照顧機構實在應該好好重視「靈性」這一個與老人真正密切相關的區塊。甚至對於一些開養護連鎖店的業者而言，以宗教屬性的區分來收養老人，在未來也應為可行之道。這一家都是基督徒老人，每一天都有聖樂可聽，並有濃濃的基督教意味；那一家收的都是佛教老人，天天傳來佛樂梵音，並僧人的誦經聲。我想，都能為機構老人帶來因宗教而有的靈性滿足。本文作為拋磚引玉的芻蕘之作，盼望將來能有更完善、更精實的發展。

參考書目

1. 田立克 (P.Tillich) (1987)。生之勇氣 (*The Courage to Be*)。台北：久大。
2. 愛家基金會 (2006)。銀髮族的全人關懷。台北：台灣文藝。
3. Benner, David G. (1998)。 *Care of Souls: Revisioning Christian Nature and Counsel*. Michigan: Grand Rapids.
4. 劉清虔 (2006)。社區照顧中的靈性關顧。2006美和技術學院社區工作與社區照顧國際學術研討會論文集。
5. Giunta, Chaphain Ray. (2006)。 *Grief Recovery Workbook*. Brentwood: Intergrity Publishers.
6. Koller, C.A. (1997)。 *Solution-Focused Pastoral Counseling*. Michigan: Grand Rapids.

作者簡介：劉清虔牧師，台灣基督長老教會牧師、美和技術學院老人服務事業管理系專任助理教授、美和技術學院社會工作系與長期照顧學位學程合聘助理教授。