



李嘉诚基金会
全国宁养医疗服务计划
National Hospice Service Program
LI KA SHING FOUNDATION

爱的礼物——

生命回顾于晚期肿瘤患者 灵性照顾之应用

李嘉诚基金会「人间有情」全国宁养医疗服务计划

刘晓芳

2013.11.02 南京

【生理的痛】

疼痛、恶心呕吐、呼吸困难等各种不适症状

【心理的痛】

身体以及生命的失控，会让患者处于巨大的心理失衡：失落感、否认、恐惧、焦虑、孤单等

整体的痛 (Total Pain)

【社会的痛】

失去重要角色和关系造成的社会孤立，和人际关系间的未竟之事

【灵性的痛】

自我及今生的价值，受苦的意义，寻求更高更大的力量来面对死亡

「灵性健康」？

生命无价值/无意义



生命有价值/有意义

痛苦无价值/无意义



痛苦有价值/有意义

无望，绝望



有希望

愤怒/抱怨……



安详/平安…

恩怨未化解



恩怨化解与和好

怨天尤人/不甘心…



认/接纳…

……

……

意义治疗学

(Victor Frankl, 1974)

生命的意义---

1. 真实活过、努力过的成就感与满足感
2. 体验价值
3. 经历困难和痛苦



态度的自由

人是自由的，

当人所有的一切都被剥夺殆尽时 ——

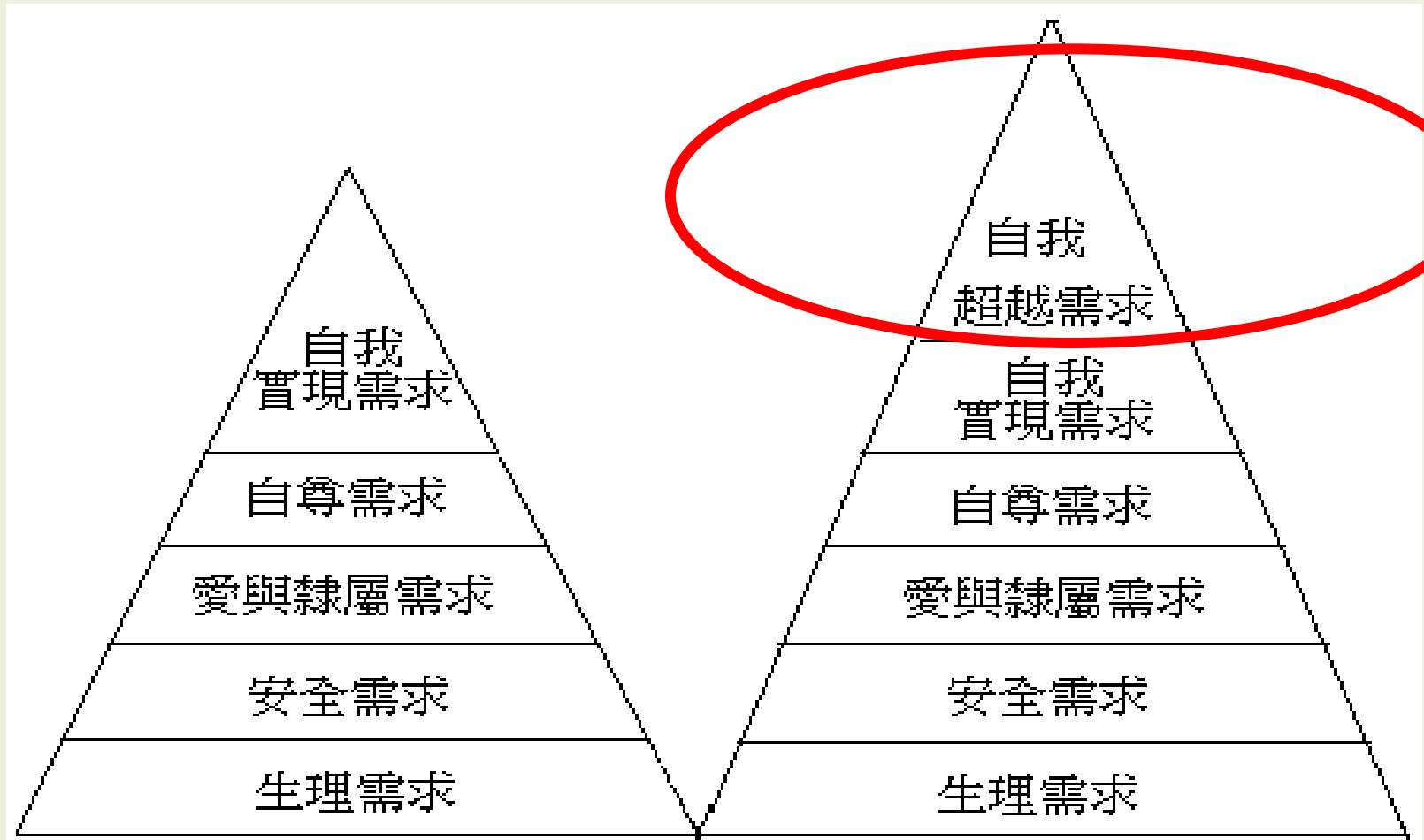
如集中营，但他仍保有自由——

即面对这种一无所有的态度的自由。

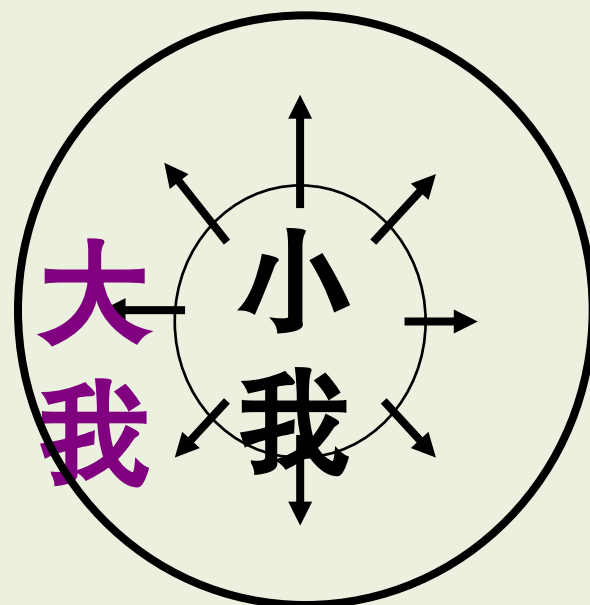
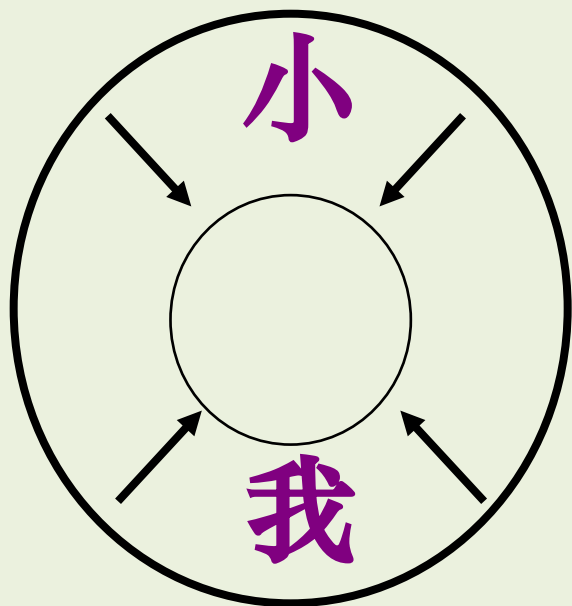
Maslow (1969) “Theory Z”

- X理论：生理的需求、安全的需求
 - Y理论：爱与隶属的需求、受人尊重的需求、自我实现的需求
 - Z理论：最高需求——超越性或灵性的需求
- “灵性需求”是人类最高之需求，有了灵性才有完整的人性，它是真我、自我认同、内在核心及圆满人生的一部分。

Maslow的需求理論



- **Maslow:** 缺乏超越的及超个人的层面，我们会生病，会变得残暴、空虚，或无望，或冷漠。
- **V. Frankl:** 我们不能忽略灵性层面，因为那是人之所以为人之处。



一个癌症病人患癌症的十大收获

1. 更珍惜亲情
2. 更珍惜友情
3. 更欣赏大自然
4. 更欣赏音乐
5. 更会感恩
6. 更真实地活每一天
7. 重新排列价值次序
8. 更有心灵自由，不再执着
9. 更懂得苦难的意义
10. 更有宁静的心深入宗教

如何“滑入”灵性照顾？

1. 如何开始话题
2. 回避痛苦的话题
3. 浅尝辄止，不敢深入，缺乏系统性
4. 谁来共同参与
5. 留下记录，永久珍藏

留给儿子的手工艺纪念品



爱的礼物——生命旅行纪念

义工服务计划



李嘉诚基金会
全国宁养医疗服务计划
National Hospice Service Program
LI KA SHING FOUNDATION



协助晚期癌症患者通过回顾人生、与亲友间更好沟通及表达情感，探索人生意义，达致“去者善终、留者善别”的目的。

同时，通过对典型案例的宣传，面向社会大众提供生死教育。



爱的礼物——生命旅行纪念 义工服务计划

用心陪伴晚期癌症患者

走过人生最后一段旅程，

一起留下爱的真实印记……

2011-2012年度：

全国各地

522名义工参与

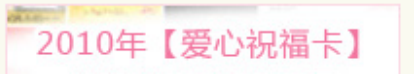
协助完成

199份「爱的礼物」





- ▾ 什么是宁养服务
- ✦ 如何申请宁养服务
- ✔ 合作模式与申请
- ▾ 政策与法规



宁养新闻

- NEW** 芝加哥大学医学生来访交流（武汉宁养院） [2012-5-25]
- NEW** 贵州宁养院举行社区宣传活动 [2012-5-22]
- NEW** 新疆宁养院四位义工荣获新疆医科大学“优秀志愿者”称号 [2012-5-21]
- NEW** 2012'中港宁养工作伙伴交流团（第二批）访问汕头宁养院 [2012-5-21]
- NEW** 大连宁养院纪念国际护士节100周年 [2012-5-21]
- NEW** 7篇日记见证“水晶之心” [2012-5-16]
- NEW** 阜阳宁养院召开第一次义工全体大会 [2012-5-14]
- NEW** 癌痛路上 宁养陪伴(阜阳宁养院) [2012-5-14]
- NEW** 2012'中美社工人初培训育课程之一——『个案管理』 [2012-5-11]

网站搜索 _____

关键字 搜索



网址：www.hospice.com.cn



—— 献给亲爱的瑶瑶 老婆 姐姐 兄弟 朋友们

http://www.hospice.com.cn/album_index.aspx?id=1646

听妈妈的故事

- 图片中的人儿叫尚美红，她有一个专属于我们义工的名字，尚妈妈。她的一生，有说不完的故事……



—— 与爱同行，献给我们共同的妈妈

http://www.hospice.com.cn/album_index.aspx?id=2272

如何协助患者进行生命回顾



每一个人背后都有一个**生命故事**



生命回顾

- 是美国老人学先驱 Butler 医师所提出来的治疗方法
- 是一种比较有结构性以及具有目标取向的，对过往的回忆和生命的回想，包括对当事人非常深入完全的自传性描述。



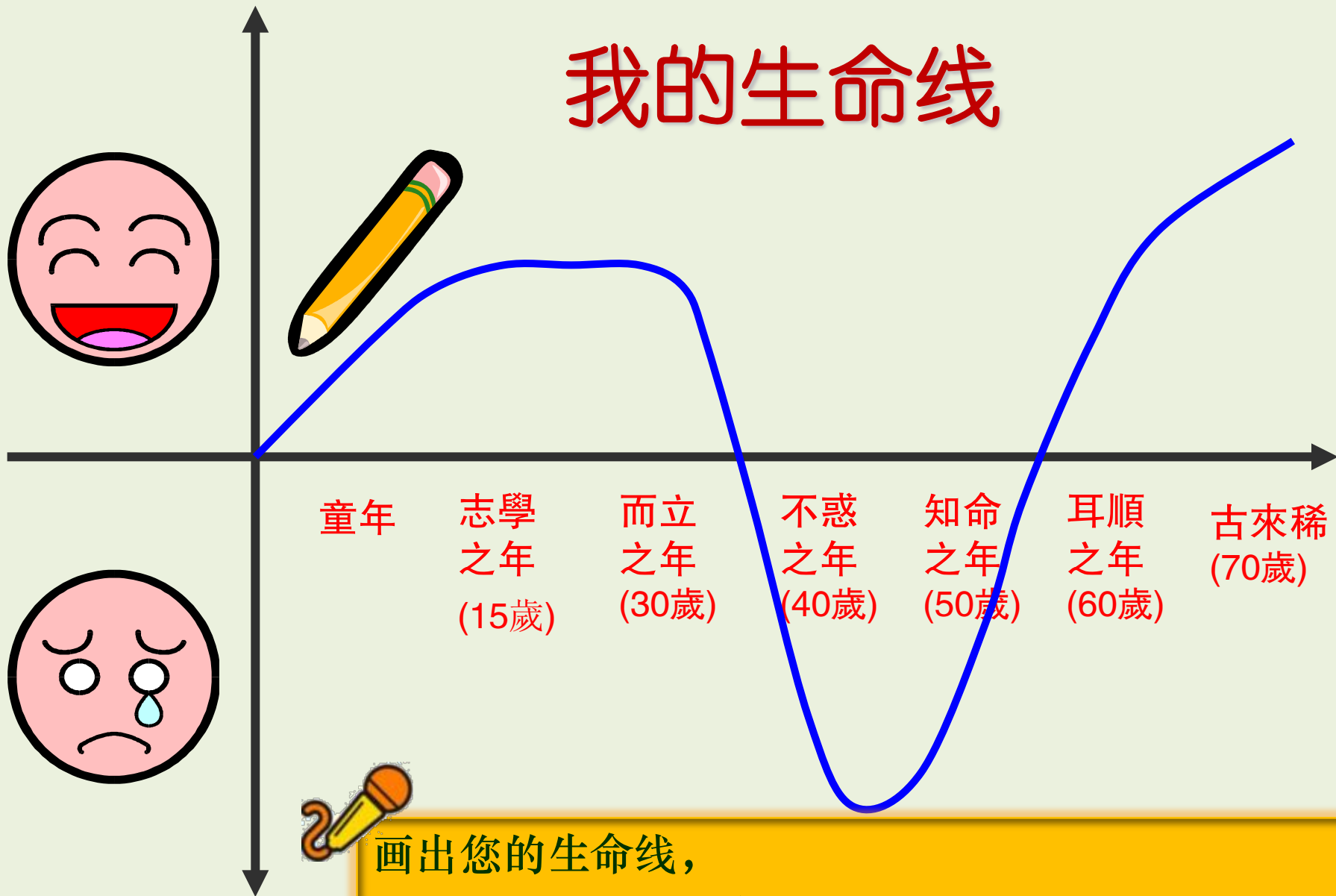
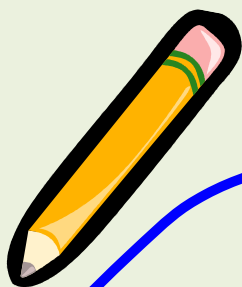
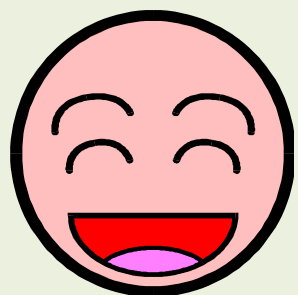
基本信息



- 个人及家庭的基本资料（如果没有全家福，可以帮忙拍摄）
- 个人的兴趣、爱好、生活习惯等
- 个人的受教育、工作经历



我的生命线



画出您的生命线，
叙述某一（些）生命中的转折点

如果述说你的**生命故事**，会是什么样？



从记忆深刻的某一事件开始， 叙说故事 (story-telling)



回顾您生命中最重要成功和挫折经验，感觉如何？

生命中的哪一阶段，令您印象最深刻？

例如什么事让您感到快乐、欣慰？

或者什么事让您感到害怕、痛苦或愤怒等？

现在回顾这些事，您的感受如何？是否有不同？

焦点：「发生什么事」？



回顾您生命中最重要成功和挫折经验，**感觉如何？**

生命中的哪一阶段，令您印象最深刻？

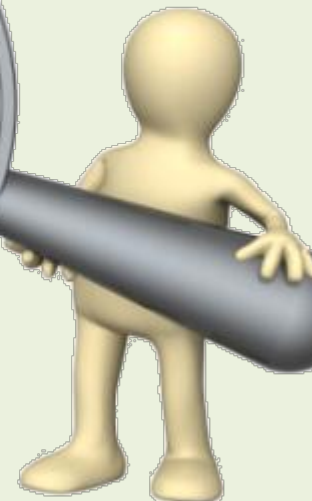
例如什么事让您感到快乐、欣慰？

或者什么事让您感到害怕、痛苦或愤怒等？

现在回顾这些事，您的感受如何？是否有不同？

转为对此事的

「反应」



串连「过去—现在—未来」， 重整意义



过去

- 懊悔
- 负罪感
- 受伤
- 需要化解的怨恨
- 未完成的心愿
- 不满于先前取得的成就
- 值得庆祝的成功事件与快乐的回忆等

现在

- 因个人完整性改变（如身体形象、社交功能等）而感到痛苦
- 对目前情况感到愤怒
- 挫败感，脆弱易受伤，无用感
- 无意义感
- 失去控制感等

未来

- 无希望感
- 对治愈、生命长度或生命期待有不切实际的想法
- 对临终、死亡与死后生命的害
- 失去控制感等

生命回顾：理念

- 有系统地**述说**及**回顾**生命中的
 - 重要事件 - 成功，失败，美好，成就，遗憾
 - 人生转折点
 - 人生抉择
- 重新**检视**及**整合**这些人生经验的**意义**



人生回顾，不只是感性的缅怀或眷恋，

同时也是知性的活动。

重新 - 补捉、认识、发现、统整、创造

人生的八个发展任务 (Erikson, 1959)

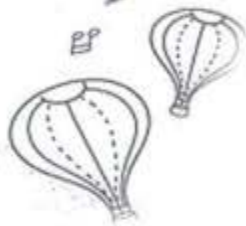
- ✓ 信任与不信任
- ✓ 自主与羞怯怀疑
- ✓ 自发与退缩愧疚
- ✓ 奋进与自卑
- ✓ 自我认同与角色混乱
- ✓ 亲密关系与疏离
- ✓ 生产与停滞
- ✓ 人生整合与绝望

「爱」与「被爱」的能力

—— 关系重整及修和

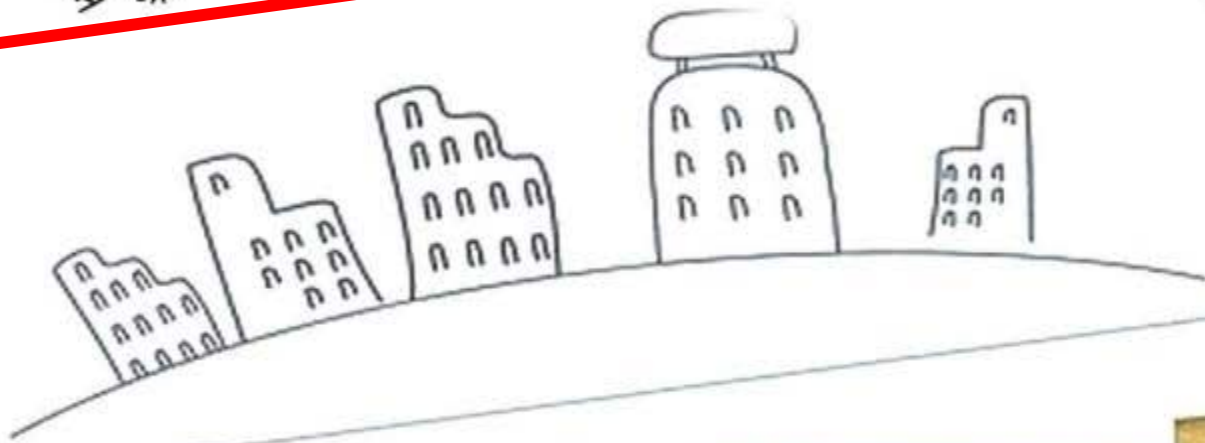


- 回顾您最想向哪些人说“我爱你”，为什么？
- 您最想向哪些人说“谢谢你”，为什么？
- 您最想向哪些人说“我原谅你”，为什么？
- 您最想向哪些人说“对不起”，为什么？



心声吐露

人生旅行中，经历了这么多的人和事。
此时此刻，我最想向这些人，说这些话……
我爱你 多谢 我宽恕你 请原谅我 再见



心声吐露

世界说：我爱你，因为你.....
上帝说：我爱你，虽然你.....
世界说：爱是一种感觉
上帝说：爱是一个决定

爱

我最想向：儿子（自闭症）

说我爱你：我多想把所有的爱收集起来保留给你，
伴你成长的每一分每一秒！



心声吐露

感恩

我最想向：宁养院、义工

说声多谢：感谢在我病痛时给予的一切帮助，感恩！



当太阳从东方升起 已注定将会往西方而落
当众生相遇的那一刻 早已伏下了离别的宿命

缘起时 我们要懂得珍惜 缘灭时 更要懂得感恩
因为万物的一切皆理所当然 其实都深藏著大地无尽的悲悯

只是无知的我们都从未发觉 原来自己一直是如此地幸福
一直是如此地被呵护 以至于失去了欢欣 以至于不懂得感恩……

佛教歌曲《感恩》 唱：许俊华 词：释仁敬法师 曲/编曲：许俊华

心声吐露

宽恕

我最想向： 好赌的前夫

说我已宽恕你： 以前我们之间的一切恩怨，
我已不再计较！



“当你的一只脚踩到了紫罗兰的花瓣时，它却把芳香留在了你的脚上。”

——马克·吐温

心声吐露

忏悔

我最想向：养女

说请原谅我：对不起，不是我不让你读技校，
是我实在供不起！



应用多元化方式采集素材

拍照



形式

剪贴簿



录音/视频



手工艺品



怎样回顾生命？ **一个人**？



还是一家人？

还可以有谁？



生命回顾的功能

1. 重整秩序
2. 发现或重新诠释“意义”
3. 释放冲突或不满
4. 放下

- LEWIS AND BUTLER(1971)首先将生命回顾的概念运用在心理治疗过程。当时以撰写自传的方式，摘述个体的一生，让其对生命中重要事件进行巡礼，其发现有助于提升个体的自我统整感。

生命回顾：应用与成效

- 成效于七十年代开始进行研究验证
- 近年广泛应用为长者及病人的干预介入
- 成效包括：
 - ↓ 孤单感
 - ↓ 抑郁
 - ↑ 自尊感
 - ↑ 生活满足感
 - ↑ 意义感



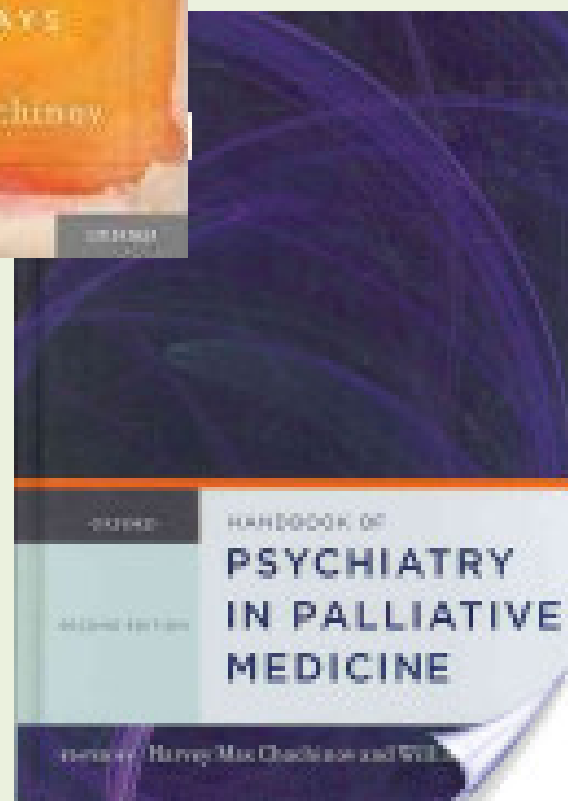
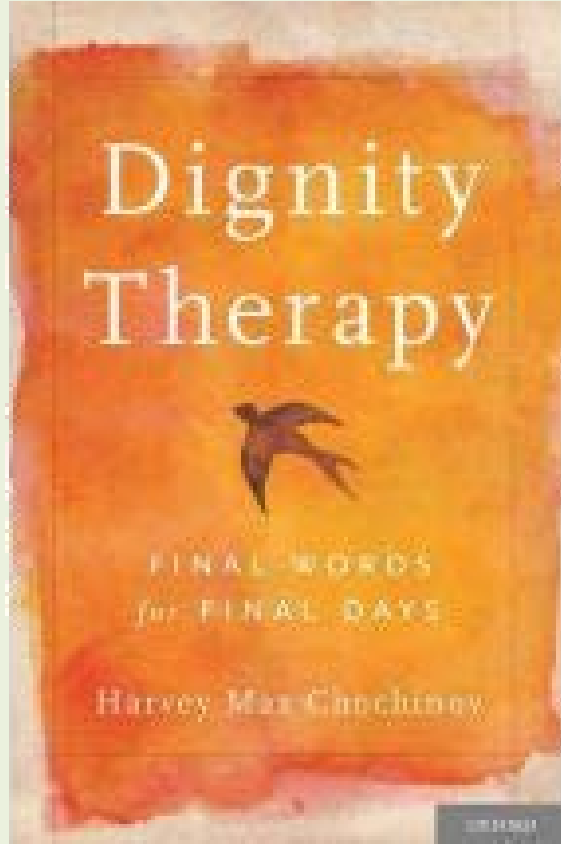
生命回顾与临终尊严

维护尊严的因素：

1. 自我延续：认为自己价值不会因患病/生命终结而改变
2. 维持日常生活中的角色：包括家庭、工作等的角色
3. 传承：留遗人生智慧，超越生命的有限性
4. 维持自我欣赏：能维持正面的自我价值
5. 对未来有希望：认为生命有意义、有目标
6. 活在当下：将注意力集中于现在发生的事情，不要担心将来
7. 心灵上的平安：寻求心灵的慰藉

尊严治疗

Dr. Harvey Max Chochinov



生命回顾需留意

生命回顾的重点不是事件，
是以开放和谐的态度接纳自我。

焦点不在于成败，
而在于认识自己克服艰难的能力。

正视生命中的阴影，
体认走过阴影的力量，
进而统整自己的生命历程。

生命回顾正确的态度

1. 保密
2. 同理心
3. 主动聆听
4. 尊重每个人为独立个体
5. 留心反应
6. 分享感受
7. 不被“不快”的回忆及情绪吓怕

您走了

我要对您说一声谢谢，因为

您让我成长了

让我收获了

让我学会**尊重生命**

学会了**关爱**

学会了**超越逆境**

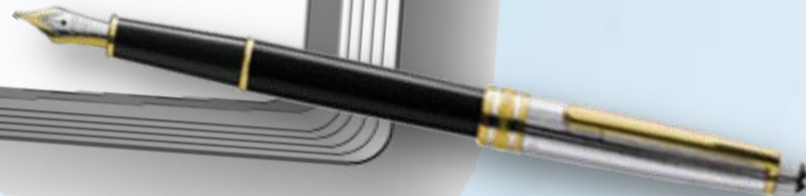
学会了**面对困难和解决困难**

学会了**宽容**

学会了**感恩**

让我的**人生更有意义**

——一位宁养义工



「愛的禮物——生命旅行紀念」

義工服務計畫



李嘉誠基金會
全國寧養醫療服務計劃
National Hospice Service Program
LI KA SHING FOUNDATION