以沙盤創作探究失智症畢業照顧者對關係變化的模糊性失落經驗

學生：呂孟蓉　　指導教授：蔡美香 博士

國立臺南大學諮商與輔導學系碩士班

摘要

本研究旨在探討失智症畢業照顧者在照顧期間至喪親後，面對與失智父母關係變化的模糊性失落經驗與調適策略，並探究沙盤創作對其覺察失落經驗的歷程與感受。本研究採質性研究取向，邀請三名失智症子女畢業照顧者作為研究參與者，針對父母「健康時期」、「失智初期」、「失智後期」及「已逝世」四個階段進行共四次的沙盤創作與半結構式深度訪談。所蒐集之資料以主題分析法進行資料分析，研究結果如下：

一、失智症畢業照顧者對關係變化的模糊性失落經驗內涵

（一）子女過渡至照顧初期的掙扎與阻礙：含「難以適應『病』與『老』的父母」、「當父母難以相處時，親子關係受到影響」、「親子疏離與父母的隱瞞成了覺察異狀的阻礙」、「女性在華人文化下被期待成為家庭的照顧者」。

（二）當失智父母變得不再像父母的關係翻轉：含「父母從主導變為順應的權利拉扯」、「依附關係翻轉為母嬰式的照顧關係」、「父母成了最熟悉的陌生人」。

（三）從照顧關係到掌權生死的情感抽離：含「決定失智父母生命終局的關係煎熬」、「當關係只剩下照顧病人的悲傷凍結」。

（四）從「人在」到「人不在」的再次失落：含「重啟依附連結的再適應」、「象徵依附再次中斷的失落」。

二、失智症畢業照顧者對關係變化的調適策略

（一）積極解決照顧初期的緊繃關係：含「安撫劇變情緒以緩和關係」、「確立照護方向以穩定照顧關係」。

（二）子女角色與照顧者身份的揉合：含「在照顧關係中尋找新的意義」、「接納病症事實並創造共好的互動關係」。

（三）無憾地迎來失智父母的生命終點：含「盡心實現父母在世的交托與願望」、「『人在心不在』的在世與臨終哀悼」。

（四）喪親後關係失落的調適與持續連結：含「重新賦予臨終意義與情緒宣洩」、「修復照顧關係留下的遺憾與傷痕」、「依附關係的重新連結」、「內化逝者精神的關係融合」。

三、運用沙盤創作覺察模糊性失落經驗的歷程與感受

（一）沙盤幫助具象化家庭結構的變動：含「從物件的轉變看見父母角色的消逝」、「在未擺放的物件洞察缺席的關係」。

（二）沙盤促進探索深層的失落感受：含「直覺挑選物件以促進內在覺察」、「凝視沙圖以催化深層失落」。

（三）沙盤提供模糊性失落經驗的開展與整合：含「主動式創作空間以開展失落經驗」、「連續沙圖見證關係適應的成長」。

關鍵字：失智症照顧者、畢業照顧者、模糊性失落、關係變化、沙盤創作