

認知行為諮商團體對癌症患者子女之效果研究

當一個家庭中有人被診斷發現罹患癌症，患者本身與其家人的生活都會受到這個事件的影響（馮莉婷，2011）。癌症患者子女會出現負面情緒，受到害怕、痛苦與罪惡感等情緒衝擊（Kristjanson, Chalmers, & Woodgate, 2004），也常常因為父或母親罹患癌症，使患者子女出現身體健康、人際關係或是學習表現等層面的適應問題（林青蓉、王碧華、楊翠雲、黃君瑜，2013；鄭凱芸，2010）。然而，目前的醫療系統或是心理諮商領域中，針對癌症患者子女提供的心理支持或是介入方案研究卻不多。

認知行為學派著重於教導當事人自我覺察、自我管理與重新建構自己的想法（王嘉琳等人譯，2009），在緩解憂鬱和焦慮情緒困擾上，其成效已被相當多的實證研究支持（陳婉真、吳國慶，2006；陳偉任等人，2008；Hagen, Nordahl, & Grawe, 2005）。本研究旨在以認知行為學派團體為理論基礎，依據癌症患者子女的特性與需求設計適合的團體方案，以期減緩癌症患者子女的焦慮和憂鬱情緒。

綜合現有對癌症患者子女的介入內涵及認知行為學派的概念，研究者認為適合癌症患者子女的認知行為諮商團體內容依序為：（1）討論面對父（母）親罹患癌症的經驗；（2）表達對於父（母）罹患癌症的感受；（3）辨識自我的情緒感受與想法；（4）認識與尋找身邊的資源；（5）建立適合自己的因應策略。本研究招募五名癌症患者之成年子女為研究對象，參加六次團體活動，每次 150 分鐘。研究參與者於團體前、結束當天以及團體結束後三週，填寫「流行病學研究中心憂鬱感量表」、「情境焦慮量表」，將所得資料以 Wilcoxon 符號等級檢定法瞭解憂鬱與焦慮量表之後測與前測分數差異和延宕測與前測分數差異是否達顯著。同時，採用單元回饋單與個別訪談為本研究之輔助性質性資料。

量化分析結果發現，認知行為諮商團體對於癌症患者子女的憂鬱與焦慮情緒下降未達統計上的顯著效果，研究者推測可能與團體進行期間，部分成員同時經歷生活中的重大壓力事件有關。此外，部分團體成員的情緒覺察能力偏低，以及團體時間不足，也可能使團體未能適當發揮成效。另一方面，質性資料分析結果顯示，團體中設計的各项活動體驗、回家作業的實際練習與帶領者的引導，可促進成員在情緒與想法上的覺察與改變，部分成員在認知三角中的「自我」、「他人」與「未來」皆產生正向的認知。

本研究的質性資料分析結果顯示實驗團體具有部分成效，然量化分析結果未達顯著，顯示本團體方案和研究設計上，可能仍有不足之處。針對本研究結果，研究者進行討論並提出未來研究和實務工作的建議。

關鍵字：認知行為諮商團體、癌症患者子女、憂鬱、焦慮