

2024台灣團體諮商與治療研究學會年會 暨「團體諮商與社會的多元需求」學術研討會

傷痕上 開出花朵

乳癌病友支持性團體結合植物媒介之成效探究

邱怡潔

國立暨南國際大學 諮商心理與人力資源發展學系 輔導與諮詢碩士班

一、研究目的和目標：

根據最新衛生福利部109年的癌症登記報告，台灣共有50,161人死於惡性腫瘤，占死亡人數的28.98%，其中乳癌為我國婦女發生率第一位之癌症(衛生福利部國民健康署，2023)。

基於醫療的終極目標在於協助癌症患者「維持生命」，無庸置疑的是台灣的醫療技術不斷提升，大幅提高癌症病患的存活率，但對於病患身體在短時間內的變化與適應下，心理所承受的壓力往往超出想像，特別是癌友容易出現的失志症候群，包括持續的痛苦、無望、無助，以及失去生活的意義與目標(方俊凱，2013)。因此，此團體方案為針對乳癌病友族群，以敘事取向為理論基礎，搭配植物的素材運用，研究是否能幫助乳癌病友降低失志感受。

二、研究設計

為了解以「失志量表」為基礎之支持性團體，幫助乳癌病友因應生病影響之成效，故採用準實驗法中的單組前後側設計 (ONE-GROUP PRETEST POS-TEST DESIGN)，於團體前安排前測設計以評估乳癌病友對於生病後所產生的無意義感(LOSS OF MEANING)、情緒不安感(DYSPHORIA)、沮喪感(DISHEARTENMENT)、無助感(HELPLESSNESS) 及失敗感(SENSE OF FAILURE)之程度，並於團體結束後執行後測。為輔助了解團體進行時的改變情況，以觀察員紀錄作為搭配，了解團體如何對乳癌病友之失志情緒有改善的益處。

三、研究發現

本團體設定為6次支持性團體，成員人數共6位乳癌病友。團體根據敘事治療理論中隱喻的技術協助成員覺察情緒變化；在第一次團體中，透過「植物」的象徵與照顧行為代表學習照顧自己，以及在第二次團體裡「鬆土」的投射性牌卡，幫助成員訴說、整理生病經驗。運用敘事理論中的外化概念，進行與癌症對話的儀式活動，將癌症跟自己隔出一個距離，得以讓成員覺察，他們所擔心、恐懼的是癌症本身，並不是自己的人生。基於敘事治療中見證者的概念，邀請成員們寫下2024年的計畫，並請每一位成員視為彼此的見證者，引導成員思考癌症與自己的人生不可混為一談，我們仍對自己的人生有許多掌控力，藉此提升其自我效能感及對生命感到意義。

依據「失志量表」的呈現，「情緒不安感」的前後測分數比較，有五位成員於團體結束後，該項目的分數結果下降，表示情緒不安有效緩解，有一位成員分數持平。依據「失志量表」的呈現，「無意義」的前後測分數比較，有五位成員於團體結束後，該項目的分數結果下降，其中四位在該項目分數下降為零，表示意義感提升。

四、結論

根據此研究發現，將照顧植物的過程拆解為六次情緒探索、尋找閃亮時刻、外化、解構、自我照顧及見證的歷程，敘事取向結合植物媒介之支持性團體可有效減緩乳癌病友失志情緒並使癌友們意義感提升；然而每一種癌別、治療階段、期數所呈現的心理狀況皆不同，失志狀態及改善幅度將有所差異。乳癌病友支持性療愈團體牽涉失落、無意義感、情緒調解及死亡議題，故對於領導者而言，需要對癌友使用的醫療方式有基本涉略，以利了解成員們述說的治療狀況，另外，成員們在癌症面前呈現的死亡焦慮會在團體中自然表露，領導者需對成員的擔憂與抗拒有高度敏感度，並提供開放、安全地氛圍談論死亡議題。