

The Transformation of a Middle-Aged Widow's Grief and Its Influencing Factors

Wan-Nu Su¹, Hsiu-Chen Lin¹, Mein-Woei Suen^{2,3,4*}

¹Department of Psychology, Asia University, Taichung City

²School of Psychology and Institute of Clinical Psychology, Chung Shan Medical University, Taichung City

³Chung Shan Medical University Hospitals, Taichung City

⁴Social and Gender Issue Research Center, Chung Shan Medical University Hospital, Taichung City

Email: susansu@asia.edu.tw, hclin@asia.edu.tw, *blake5477@yahoo.com.tw

Received: Jul. 18th, 2014; revised: Jul. 29th, 2014; accepted: Aug. 6th, 2014

Copyright © 2014 by authors and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

Abstract

This purpose of this study was to explore the adaptation process and strategies of a woman who had lost her husband in her middle age. Data were collected from 9 counseling sessions and analyzed under three themes: grief transformation process, the mediators of mourning and adaptation strategies. After 9 counseling sessions (1.5 - 2 hrs each session), the client had significant improvement in physical and emotional responses, to rebuild social networks, reconstruct the meaning of the death, and change her attitude to the criminal. Other finding of this research indicated that there were many factors influencing the recovering process. Identified negative factors included: the attitude of the criminal and/or their families; the sudden and unexpected death; the main economic and social role of the deceased; the attachment relationships with the deceased; the face expression of the dead; no permission to disclose the fact of her husband's dead to her elderly mother; the personality traits of the bereaved; no crying and missing permitted in Buddhism; some cultural taboos for the widows, and some folk festivals will continue to arouse the client's grief. Besides the negative influencing factors, there are some positive factors contributing to her grief recovery, for example: multiple social supports from families, friends, & counselors; the faith of legal justice; the friendly attitude of the criminal and/or their families; her child got a job and his active working attitude can comfort the soul of the dead. The bereaved had employed a variety of strategies to cope with her loss, such as, doing something for the deceased, experiencing catharsis by scraping, transferring attention by attending outdoor activities, letting go of her suffering and missing, feeling empathy with the criminal's situation, no longer looking forward to getting a reasonable compensation and keeping continuing bond with the deceased by casing the divining blocks, burning incense, talking to the deceased, dreaming of the deceased, going over pictures and keeping the cell phone of the deceased. This finding exemplified the crucial impact of unique Chinese cultural characteristics on the grief and adaptation process (Hsu & Kahn, 2003; 曹桂荣,

*通讯作者。

2005; 蔡文瑜, 2001). Implications for the practice of mental health and counselor education and suggestions for future researches are discussed.

Keywords

A Widowed Woman, Adaptation Process, Influential Factors, Adaptation Strategies

一位丧偶女性的哀伤转化历程及其影响因子之探讨

苏完女¹, 林秀珍¹, 孙旻暉^{2,3,4*}

¹亚洲大学心理学系, 台中市

²中山医学大学心理学系暨临床心理学硕士班, 台中市

³中山医学大学附属医院, 台中市

⁴中山医学大学社会与性别研究中心, 台中市

Email: susansu@asia.edu.tw, hclin@asia.edu.tw, *blake5477@yahoo.com.tw

收稿日期: 2014年7月18日; 修回日期: 2014年7月29日; 录用日期: 2014年8月6日

摘要

本文主要探讨一位车祸遗族妇女经历九次, 每次1.5~2小时的会谈后, 其哀伤经验的转化。另外, 本文亦探讨当事人面对配偶死亡的调适方式及影响其哀伤复原的正负向因子。研究方法以临床数据进行质性分析。研究发现当事人在生理症状、悲伤情绪、对死亡的想法、人际关系, 以及对肇事者态度等方面有明显的哀伤转化。而影响其哀伤转化的负向因子包括: 1) 长时期司法诉讼和民事调解过程的挫折; 2) 肇事者及其家属事后态度不友善; 3) 当事人的依赖性格; 4) 无法向母亲表达先生死亡的讯息; 5) 死亡的形式突然、无预期导致未竟事宜; 6) 死者在家庭中扮演经济支柱及决策者的角色; 7) 与死者生前紧密的依附关系; 8) 死者死亡时吐舌的样貌; 10) 特殊节庆(清明、重阳节); 9) 不可哭、不要牵挂亡魂的宗教教义; 11) 华人文化对寡妇的禁锢(寡妇门前是非多, 从一而终的婚姻观)。此外, 本研究也发现有助于当事人哀伤复原的正向因子, 包括: 1) 多元的支持系统; 2) 对司法正义的信任; 3) 肇事者及家属的善意回应; 4) 案子求职顺利及工作态度受肯定足以告慰亡夫。除此之外, 当事人积极为死者作些事、利用刮砂纾解情绪、参与户外活动转移哀伤痛苦、学习放下让自己走出思念, 也帮助先生得以安心离开、同理肇事者事故非其所愿、放下对民事理赔的期待等方式让自己走出悲伤, 另一方, 当事人也努力规划自己经济的独立, 找到生活重心而能重新出发。本研究结果和国外有关哀伤的研究结果(Worden, 2008)有其相似性, 但也深受华人文化影响(Hsu & Kahn, 2003; 曹桂荣, 2005; 蔡文瑜, 2001)而有不一样的哀伤经验和影响因素, 显示哀伤经验和影响哀伤调适的因素有其宗教和文化的特殊性。

关键词

丧偶女性, 调适历程, 影响因子, 调适方式

1. 引言

本文主要探讨一位中年丧偶妇女历经九次咨商会谈后之哀伤转化历程，以及影响其哀伤复原的正负向因子。过去有关哀伤历程的研究多为横断式研究，以访谈收集回溯性的经验和感受，难以窥见丧亲者哀伤复原的历程，此乃本研究的主要目的之一。此外，丧亲者原本就需要一段时间走出哀伤，如果死亡的原因又涉及司法诉讼及民事调解的冗长过程，对受害遗属而言，哀伤复原将更是一条漫漫长路，而本文希望透过助人者陪伴的经验，深入探究影响犯罪受害遗属哀伤复原的因子，以作为哀伤咨商实务工作者之参考，此乃本研究的主要目的之二。

2. 文献探讨

2.1. 有关车祸遗族的悲伤反应之相关研究

从李玉婵和张艺馨(2006)的研究中提到车祸事故的丧亲者常见的悲伤反应如下：

1) 感觉方面的悲伤表现

包括长时间的忧郁沮丧、对肇事者感到愤怒，愧疚感与自责、对车祸事故感到无助、对噩耗产生惊吓或震惊反应、绝望、死亡焦虑等情绪。

2) 生理感官知觉方面的悲伤表现

包括胃部空虚、胸部紧迫、喉咙发紧、对声音敏感、一种人格解组的感觉、心跳加速、晕眩、疲倦、磨牙、缺乏活力等生理症状。

3) 认知方面的悲伤表现

包括不相信亲人已经过世、沉迷于对逝者的思念，久久无法自拔、感到逝者仍然存在而与之对话、脑海中闯入事故当时的影像、自杀意念等症状。丧亲者在悲恸之余也会对生命、价值观产生疑惑，如：一辈子做好事却遭到如此下场？他就这样走了，我要如何生存下去等等。

4) 行为方面的悲伤表现

包括失眠、失控、自杀、厌食、体重减轻、逃避特定场所或环境、容易受惊、社会孤立、梦到失去的亲人或作恶梦、随身携带遗物和象征亲人的物品、原封不动地珍藏遗物、藉宗教仪式或灵媒与逝者沟通等行为。

由上显示，相较一般的哀伤反应，车祸意外死亡的亲属较独特的哀伤反应包括对肇事者的愤怒、对车祸事故的无助(可能包含必须面对遥遥无期的诉讼与民事调解而感到无助与无奈)另外，亲人意外死亡可能粉碎丧亲者原来的生命或价值观，而意外、突发的死亡事故也可能不断闯入脑海中，成为挥之不去的创伤经验。

2.2. 华人的悲伤调适方式

Hsu 和 Kahn(2003)有关台湾丧偶妇女的悲伤因应策略包括：保持忙碌、转移注意力、宣泄表达、做些对亡夫有益的事，以及曹桂荣(2005)的研究也发现丧偶妇女的处置策略包含保持忙碌、宣泄情感、为先生甘心做、读书转移思念、规划往后的经济生活、自我成长学习独立、寻求快乐泉源、脱离影响情绪的环境。而林娟芬(2002)则发现丧偶妇女会运用认知、行为、人际关系改变、转移环境注意力和未来计划等策略来帮助自己调适悲伤。

2.3. 影响悲伤复原的因素

Worden(2008)的书中提到影响当事人哀悼的因素包括：1) 失落的对象；2) 依附关系的质量；3) 死亡的形式；4) 过去的哀伤经验；5) 哀悼者的人格变项；6) 社会因素：如可获得的支持、支持满意度、

宗教资源等；7) 伴随而来的压力：指因死亡所带来的改变或危机。

Muller 和 Thompson(2003)的研究也提到影响丧恸经验的因素很多，包括：1) 当事人与死者的关系；2) 死亡的型态；3) 当事人与死者关系的质量；4) 死者的年龄；5) 社会文化因素；6) 哀悼者个人的因素(如：个人的脆弱性、人格特质、年龄、社会行为，以及处理哀伤的模式)

上述因素中，与死者的关系、依附关系的质量、死者在家庭中的角色，以及死亡的型态(如：自然预期的、自然非预期的、意外的、他杀的或自杀的)对于当事人的哀伤反应都有显著的影响。但 Muller 和 Thompson 认为不同的丧恸阶段，上述变项的影响也不同，例如：与失落有关的变项(如：死亡的型态)在失落的早期影响很大，而与复原有关的变项(如：投入社会活动)在较后面的阶段影响较大。

3. 研究方法

本研究以一位中年丧偶妇女在九次会谈历程的逐字稿及会谈记录进行数据的分析与归类，所有数据皆由研究者分别阅读，进行内容的概念摘要、分类和命名，然后就每份数据的分析结果进行核对讨论，直到所有的类别取得共识为止，笔者从九次的会谈纪录表及逐字稿内容，共分析出当事人的哀伤转化历程、哀伤调适方式及影响哀伤复原因素等三个主题。

4. 研究结果

4.1. 当事人哀伤经验的转化

此部分主要呈现当事人从会谈初期，经历九次的会谈后在生理症状、悲伤情绪、对死亡的想法、人际关系，以及对肇事者态度等方面其内在经验的经验转化历程：

1) **生理症状方面**：当事人对于症状的陈述明显随会谈次数逐渐减少，当事人从事件发生开始出现饮食和睡眠障碍、头痛、高血压、胃痛等生理症状。“…心痛和头痛，因为高血压而住院四天。睡不好…”；“体重由 68 降至 56 kg”、“以前不会胃痛，从先生车祸后住家护病房就开始胃痛”。会谈第四次当事人表示睡眠时间增加且血压恢复正常，胃痛已服药控制。第五次之后当事人仅提到收到法院通知书及在法庭面对肇事者及其家人时会出现身体化症状，“…就是要去法官那那个时候胃又痛成那样，痛到抽筋…胃痉挛，看到他就很生气…”。

会谈过程，咨商师连结医疗资源，转介当事人就医服药，并引导当事人放松练习，以及将出庭时想要告诉法官的话书写下来，以减少一般民众面对法庭时过度焦虑而无法将自己真实的想法表达出来而再度自责、生气。

2) **情绪方面**：会谈初期当事人的悲伤情绪会随着想法反复、时好时坏，例如当事人表示“看到照片，有时很高兴，有时看到我先生就很难过。看到去玩的照片，又很开心”、“嗯~就有时好有时坏，有时就感觉特别的难过。像就昨天一直哭到现在啊”。当事人的哀伤情绪随着时间和会谈的进行而逐渐减缓。当生活中有些特殊事件发生就会再度干扰当事人的情绪，例如：在第三次会谈前一天，因当事人弟弟嫁女儿而触景伤情，让当事人又陷入悲伤情绪中“我就时好时坏阿就是我弟弟就嫁女儿我本来说不要去想说人家办喜事我去也没意思，我弟弟一直说要出来，看到人比较多心会比较开心，换个环境沾沾喜气但是去我也是尽量忍阿结果看我弟弟带○○阿出来我就想到很伤心(啜泣)，想到说以后如果女儿要结婚他爸爸没办法牵出来交给新郎官这样(沉默)”。

除此之外，周遭的人提供不同的观点也会左右当事人的情绪，如第五次会谈时当事人提到妹妹告诉她“当时很多慈济的医生怎么打电话大家都有空来帮忙助念就是说我先生生前人真的不错才有这种福报有很多人来帮我先生助念都是那个大人物来帮忙助念还有出殡那天还有人来帮忙助念像我们一般慈济的会员就有很多人来帮忙助念就说我先生生前他做的不错才有这样的因缘听一听我感觉心理就比较舒服”。

另外一个朋友用上下交流道的隐喻表达每个人的生命有长短，虽然当事人认同其观点，但也难过为何先生要先下交流道而难过。到了第六、七次会谈，当事人的情绪平稳许多，当事人也表示自己的心情变好，当事人说：“有啦！感觉心情比较好”、“有点比较舒缓，像你(指咨询师)跟我说记在心里就好了”、“是很想说不要再想他了啊！尽量忘掉啊！向前走这样”。但第八次会谈因与肇事者的民事调解再度失败而情绪低落不已，第九次因司法与民事调解暂告一段落而情绪再度恢复平稳，也开始可以整理一些东西，行动力增加。

从上述可以发现，当事人的哀伤情绪会随着生活事件、民事调解和司法审判过程的顺利与否而起伏。当事人身边的朋友，以及咨询师的会谈过程尝试协助当事人找寻对先生意外死亡的合理解释，以及将断裂的关系转化为象征性的内在心理表征。此外，当事人将丧礼期间宗教团体的积极协助纳入自己原先所谓“好人有福报”的意义结构而有助其哀伤情绪的正向转化。

3) **想法方面**：会谈前二、三次，当事人虽接受失落的事实“事实已造成，无法改变”，但总在想念和放下之间挣扎，当事人说：“我也是尽量学习啦，想说放他去啦，让他去逍遥自在不要再牵挂啦”，第四次会谈之后，当事人已开始思考如何重新出发，寻找经济上的独立，并且实际采取行动做一些尝试，当事人提到：“…之前不知道要做什么，最近开始想说自己来包水饺包看看有人爱吃的话再卖来谋生”。第七次会谈当事人开始转化其想法，希望自己走出哀伤让先生能够放心，因此，当事人开始学习照顾自己。当事人表示：“我跟我先生感情那么好，我相信我跟他的心和心会感应，我想说我的心情轻松他也轻松”。“…所以现在我都叫自己尽量多吃一点，不然我如果生病了，…他也放不下心”。

4) **在人际网络方面**：当事人事件发生后出现社会退缩，不愿意出门，害怕别人询问，第一次会谈时当事人提到：“…我就说我不喜欢去菜市场要是去大家都一直问我”。到了第七次会谈，当事人已逐渐走出家门，甚至有能力强关心周遭认识的人，进而愿意参加一些户外活动并主动连系过去年轻时代的朋友，当事人说：“我就透过朋友，一个问一问，找到一群人”、“…问问朋友有没有空，带我一起去找，之前的同事…”。

当事人在人际方面的转变正呼应 Worden(2008)所提人际退缩、社会孤立乃丧亲者在行为方面的哀伤反应之一，随着哀伤任务的完成，丧亲者逐渐能将注意力重新投入外在的人际关系。另一方面，当事人也努力思考如何让自己经济独立，找到自己的生活重心而能重新出发，当事人在最后一次会谈提到“你出去有自己一个工作，有一个自己的生活圈，有生活的重心”。

5) **对肇事者的态度**：当事人从一开始对肇事者外在展现的微笑解读为不在乎、没有同理到受害家属的痛而感到愤怒，当事人说：“实在的我真的听到他这样很不诚意丫那个孩子我感觉他很高兴一直微笑一直微笑我也看不出来她心里到底在想些什么”。会谈第六次，当事人开始将意外事件的发生重新诠释“车祸没有人愿意，我们不愿意，他也不愿意，…”。随着当事人与肇事者父母的互动次数增加，当事人看到其父母不负责任的态度，进而开始可以同理肇事者本身的无奈，当事人在第七次会谈时表示：“如果要当他(指肇事者父亲)的孩子不是自己选择的啦，真的啦当他孩子也很是倒霉啦，真的他爸爸真的很不负责任啦”。“我是体谅这个小孩，现在还是小孩，念○○，以后还要在社会服务，给他一个机会，真的你有污点他也找不到工作啦…”、“我看得出来那个孩子真的很怨恨他爸爸”。会谈进行到第九次时，当事人已经能够将肇事者与父亲分开，正向看待肇事者的诚意而不再受到其父亲言行而影响情绪。当事人在会谈中提到：“…总归一句，法律处罚也是处罚他，不是处罚他爸爸，我跟小孩子说没关系拉，体谅他原谅他拉”。当事人甚至在最后一次出庭时主动告诉法官自己选择原谅对方。

哭泣、反应迟钝、心不在焉、缺乏动力、社会退缩、逃避等行为反应大致与过去文献的发现一致(林斐霜, 2001; 周玲玲, 2001; 曹桂荣, 2005; 蔡文瑜, 2001; Worden, 2009)。而本文之当事人在婚姻生活中，长期以来受到先生过度的保护和照顾，生活上以先生为依归，因此，在失去先生的依靠之后，周

遭的人一夕之间为了安慰当事人，尝试从不同的角度提供不同的观点，使得当事人顿时之间失去了自我决策的能力，不论情绪、想法都会随着他人的话语而摆荡。其哀伤转化的历程如同 Stroebe 和 Schut(2001) 的双轨历程模式(The Dual Process Model)在失落导向(loss-orientation)和复原导向(restoration-orientation)两端摇摆。

4.2. 当事人哀伤调适方式

本研究之当事人除了接受咨商会谈外，当事人也透过许多策略帮助自己走出哀伤，兹将当事人使用的调适方式整理如下：

- 1) 诵经回向死者。例如：“播放佛经，用诵经来放下，让他走，…”。
- 2) 实践自己信仰的宗教教义。当事人说：“我也是在学习说慢慢给它放他走啦，既然人走了你不要一直给他挂念这样，给他放开，他才走得开”。
- 3) 刮痧抒发情绪。例如：“我心里很痛我都用刮痧板刮一刮感觉比较舒畅…心很痛我就自己刮痧刮到都破皮了”。
- 4) 走出户外转移哀伤。例如：“去外面看一看心情会很好”、“会暂时忘记家里有事情”。
- 5) 转换想法。例如“”我也在想说，不要一直钻牛角尖，一直困在里面走不出来，往后退就可以海阔天空，我也是有这样的想法“。
- 6) 同理肇事者的处境。当事人表示：“…他的阴影会停留在心里，我如果原谅他的话，他的心情就会比较开阔，我是体谅他这样啦”。

上述有关当事人哀伤调适方式与过去有关丧偶的研究(曹桂荣, 2005; 林娟芬, 2002; Hsu & Kahn, 2003) 发现有其相似之处，较为特殊的部分在于本研究之当事人因车祸丧偶，使得其哀伤过程涉及到法律的诉讼与民事的调解，当事人对民事调解过程从愤怒到放下，整个哀伤复原的历程，当事人对肇事者经常出现反复的矛盾情绪，对其夺走先生的生命，使原本美满幸福的家庭一夕间全毁而感到愤怒，但也逐渐可以同理肇事者，甚至最后选择原谅对方，放下心中的怨怼。

4.3. 影响哀伤复原的因素

本研究共发现下列影响当事人哀伤复原的正负向因子如下：

1) 司法诉讼和民事调解过程顺利与否

会谈开始，笔者原先拟邀请当事人至咨商室会谈，但当事人担心外出没有接到法院的信件而不愿意离开家中，因此整个司法和民事调解的过程都牵动着当事人的情绪。显示司法正义和民事赔偿确实是影响犯罪被害人家属哀伤复原的关键因素。目前台湾法律对于车祸肇事者的惩处似乎让受害遗属认为不符合比例原则，因此，很难修复其心理的伤痛。虽然当事人理智上了解车祸事件并非故意，没有人希望事故发生，而能同理对方的心情。但如同张平吾的研究中指出，被害人面对被害事件时会希望加害者得到适度的惩罚，可能包括法律上的制裁或金额上的赔偿，以弥补其、错误行为所导致生命，工作或精神上的损失(丁荣轰, 2006)。

另外，张艺馨的研究中也提到(引自李玉婵, 2009)，正义/复仇常变成车祸意外丧亲者的悲伤调适议题之一，相较于恶意重大犯罪，车祸意外致死变成过失责任较轻的犯罪，经常透过认罪协商机制而使得肇事者得到较轻的判决，而忽略了被害人的损害赔偿，使得受害家属陷在愤怒/悲伤，正义/复仇的矛盾挣扎中难以平复。

2) 肇事者及其家属缺乏诚意的态度

此部分的因素包括案件发生后肇事者不闻不问的态度、肇事者及其父母没有诚意解决赔偿问题、肇

事者及其父母缺乏忏悔和致歉的诚意。例如：本研究之当事人表示：“就会一直想他爸爸讲话理直气壮，好像是我们被他们撞到是我们不对的样子，我感觉他爸爸在调解委员会那边也都是一样理直气壮，都没像一般人，会跟人家道歉，但他都没有”。

虽然车祸事件并非一方的故意，但无意造成一方的死亡相信对双方都是一种精神上的折磨，如果肇事的一方能够在事故发生后诚恳的向死者的家属致歉，表达慰问之意，都能有效的抚慰丧亲者的心灵。

在张艺馨(2007)针对三位车祸丧子母亲的访谈研究中也发现，丧亲者渴望看见肇事者的忏悔诚意，如同本文的当事人一样，当肇事者真诚的致歉就会让他平复许多，但看到肇事者有说有笑的态度，痛苦、愤怒就会油然而生。谢昕倬(2011)的研究也有相似的发现，显示肇事者及其家属事后的态度也是影响丧亲者悲伤复原的重要因素之一。

3) 当事人的个人特质

本研究知当事人原先的特质较为压抑而无法表达其想法感受，导致无法有效能的与肇事者及其家属面对面解决民事赔偿等问题，事后当事人又会不断的反刍、自责而干扰其情绪，当事人说：“…我就是气在心底就是没有办法表达出来”。另外，当事人事后对自己无法面对加害者表达自己的想法感受而自责，例如当事人说：“…他妈妈说我没办法，…，我那时才想说，那是你的问题，又不是我的问题，我那时怎么不会这样回答他，回来我也对自己很生气、我一直很自责，为什么我自己这么没有用”。此因素也呼应 Muller 和 Thompson(2003)，以及 Worden(2008)提到哀悼者的个人特质对哀伤复原的影响。

4) 失去重要的社会支持

当事人虽然有三个贴心的子女，但因担心自己的情绪影响他们的工作，因此选择独自悲伤。另外，当事人与娘家母亲的关系亲密，平日除了先生之外，母亲也是其重要的支持来源，但母亲年迈又有中风，手足担心母亲无法承受女婿意外死亡的讯息，因此选择隐瞒事实，但当事人每周都会回家陪伴母亲，除了要隐藏自己的悲伤之外，还要面对母亲询问女婿时需要用善意谎言欺骗，让当事人相当痛苦。在九次的会谈中，当事人每次都提到：“每个星期回家帮妈妈洗澡，都要骗妈妈，无法告诉她先生已过世的事，内心很痛苦。”

5) 死亡的形式-突然、无预期导致未竟事宜

先生突然车祸死亡，死前没有任何交代，当事人也没有任何机会跟死者讲话，没有交代后事成为当事人的遗憾，当事人表示：“到医院，我先生已经被插管，在医院急救三天都没有醒过来，没有交代任何一句话…”。

6) 死者在家庭中扮演的角色

死者原先扮演者家庭精神与经济的支柱，死者意外死亡后，案子被迫天天外出找工作，外在大环境加上其内向特质导致求职不顺利让当事人更加怀念死者，当事人说：“我先生是一家之主，我感觉我无法解决的事情都是我先生在处理的，感觉他是我的靠山，我叫他帮我做什么事情，他从来没有拒绝。感觉我嫁给我先生，靠得很稳。所以突然失去他，我很没有办法接受。”

7) 与死者生前关系紧密

当事人是一位传统的妇女，婚后一切以先生为主，先生相当的贴心照顾与过度的保护，虽然让当事人感受到婚姻生活的幸福美满，但相对的，也使得自己失去某些生活或处事的能力。当先生突然过世，当事人在毫无心理准备下被迫承担起“家长”的角色，让当事人觉得相当痛苦，当事人说：“要学做家长。先生在时，我都不用烦恼。他做师父，我当徒弟，却没有出师。他什么都帮我处理，反而让我这么痛苦。”。

8) 车祸后先生的样貌

死者的安详往生对生者具有很大的安慰作用，因此，死者死后的样貌会影响丧亲者的哀伤表现，本

研究中的当事人提到先生车祸后容貌改变(舌头外吐),加上死前先生没有机会表达,因此,当事人无法释怀,认定先生有话想说。当事人说:“…尤其是把我先生撞成这样本来人好好的整个舌头都跑出来一大团想到那幕心里就很难过喔舌头跑出来好像他有话要讲的样子”。

9) 宗教信仰

佛教教义提到语言可能导致因果,因次劝人不要口出恶言,避免为自己带来不好的结果,本研究的当事人深受此宗教的影响,即使对肇事者及其父母的言行感到愤怒,仍压抑其情绪,不愿表达负面的情绪。当事人表示:“…现在来说不知道要怎么骂他们大家都说如果骂他们会造口业”。过去的研究都支持宗教信仰有助于当事人面对重大的压力,如本研究当事人认为先生丧礼时有许多慈济委员的助念是其福报,但也受到佛教教义的影响,而抑制其愤怒情绪的抒发。

10) 特殊节庆

当事人的哀伤情绪会随着重要节庆起伏,在会谈过程中遇到重阳节、中元普渡等节日都让当事人再度掉入想念亡夫的哀伤情绪中。例如:“A: 嗯~, 妳看起来比上次来还是一样悲伤,上次好像有听到妳说有会让他走,啊今天好像比较明显情绪比较差? B: 可能是重阳节的。”

11) 华人文化对寡妇的禁锢

“寡妇门前是非多”常导致当事人的人际压抑—不敢太热心助人、不方便外出参与娱乐活动。当事人说:“…我现在是寡妇,因为我先生不在了,也不能太热心,像有的人说寡妇门前是非多所以我们要比较保守这样”、“我是想说尽量避免不要去跟别人出去这样对孩子是比较好啦, …因为小孩都大了要留些给小孩在社会上站的起,不要让社会上的人说那些闲话”,以及从一而终的婚姻观,当事人曾经表示:“我是想说我先生对我这么好我是绝对不能再有心理想着别人,我先生是我的唯一,心中只有一个他这样容不下别人”。

4.4. 综合讨论

上述研究发现与 Worden(2008); Muller 和 Thompson(2003)的研究结果部分相似,但有部分因素乃受到华人特殊文化宗教的影响,例如:死者死亡时吐舌的样貌让当事人一直耿耿于怀,认为亡夫有话要交待而没有机会说;佛教的教义中提到丧亲者不要在死者面前哭泣以免让亡魂牵挂而无法离开使得当事人面对亡夫必须压抑自己的悲伤情绪;本研究当事人也深受佛教教义的影响,即便对肇事者及其父母相当的愤怒,面对对方时却无法口出恶言表达其愤怒,因为不希望自己造“口业”。显示宗教虽然有助于哀伤的复原,但许多宗教的教规也影响了当事人哀伤情绪的表达。此外,台湾传统文化对于寡妇有诸多的禁忌,当事人内化这些传统的价值观念,而在会谈中谈到自己不敢过于热心助人,不敢参与一些娱乐活动,亦因为“寡妇门前是非多”华人对于寡妇的生活、交友有许多的禁锢,让丧偶妇女更难走出悲伤,重新建立人际网络。另外,“从一而终”的婚姻观也让当事人认为自己心中只有一个“他”,不可能再容下别人,甚至在先生死后,仍然希望研究者称呼其〇太太,会谈中皆以“我先生”代替亡夫。

林耀盛(2005)的研究发现丧偶者在悲伤调适历程会面临“夫系钩连”或“角色更替”的现实困题,寡妇处境尤其艰辛。当丧偶者伴随着家园重建的断裂处境时,往往参渗着构思何谓“家庭”的意义。如同本研究中当事人提到“先生被他撞一下,这样一家散喷喷(台语,指不完整)”似乎先生过世这个家也就不完整了。当事人觉得“没有父亲,没有依靠”,也因而对于子女充满担心与遗憾。

许敏桃、余德慧和利瓦伊伦(2005)根据 52 位寡妇及 30 位丧父青少年的研究中提到华人丧偶妇女在台湾独特的文化脉落下有其死亡的适应模式,此研究结果发现华人哀伤复愈过程与西方哀伤理论所强调的切断关系为主轴的适应模式不同,华人在哀伤历程中努力与死者建立连结,将死者以某种形式重置于生活中,回复象征性的家庭完整感。本文中的当事人也表示自己在先生临终后掷筊询问亡魂是否有未竟事

宜、出庭前也会询问亡夫意见、烧香告知亡夫有关司法判决等等决定都是一种与死者建立象征性的连结，维持死者在家庭中的角色与地位，以建构家庭象征性的完整。

根据许敏桃、余德慧和利瓦伊伦(2005)的研究发现寡妇对于丈夫死亡的因应策略有许多和西方社会相近，但也有其特殊的文化内涵显现在其因应过程，例如“从一而终，夫死从子”、“为死者做些事”。另外“重新缔结与死者的关系”则是华人哀悼伤逝最主要的因应策略，例如：透过灵媒“牵亡”搭起了过去与现在的时空(余德慧，2006)，使得生者与死者的关系得以传衍，延续着因死亡而停止的故事线。其他沟通方式包括：对着照片、骨灰坛子及祖先牌位说话，膜拜讨论每天家里所发生的事件或掷筊询问重大决策等等都是一再承认死者在家庭中存有的关系和位置，如同西方的自我对谈(self-talk)，某种程度也缓解了寡妇对死亡的焦虑。

5. 结论

虽然车祸事件并非一方的故意，但无意造成一方的死亡相信对双方都是一种精神上的折磨，如果肇事的一方能够在事故发生后诚恳的向死者的家属致歉，表达慰问之意，都能有效的抚慰丧亲者的心灵。就如同当事人所言：“只要对方能诚心道歉，就算无力赔偿，也会让受害家属舒服一些”，有此显示肇事者在面对受害家属，如果更能够感同身受而有悲怜之心，相信能够让受害者家属释怀，而有助其哀伤复原。

张艺馨(2007)和谢昕倬(2011)的研究都发现肇事者及其家属事后的态度也是影响丧亲者悲伤复原的重要因素之一。但从研究者的实务经验中发现，肇事者通常没有机会听到受害者的心声，因此如能在公正第三者的专业协助下让受害者与肇事者在后续的互动中(包括出庭、民事调解)有机会展开对话，让捍卫正义与以宽恕放开纠葛、修复关系中找到一个平衡，即台湾目前正在推动的修复式司法(Restorative Justice)，将会是未来针对犯罪被害人及其家属之悲伤辅导工作值得开拓的途径。

此外，从本研究也发现，哀伤的复原历程会受到特殊节庆以及司法审理过程而反复影响其哀伤表现。因此，研究者建议，哀伤会谈的过程宜在事件发生后立即介入并持续给提供陪伴和关怀，以降低司法诉讼过程的无助与二度伤害。另外，在特殊节日更应给予适当的支持与陪伴。除此之外，台湾的民间习俗与宗教信仰提到不要哭、不要挂念死者，以免亡魂牵绊不忍离去，相较于西方的哀伤咨商理论鼓励当事人充分表达哀伤情绪有所差异，因此，实务工作者介入时亦应考虑当事人所处的文化背景与宗教信仰。

致 谢

本文系部分摘录自 2009 年“犯罪被害人家属—家庭会谈方案”之结案报告，感谢台湾台中市亚洲大学(Asia University)“司法保护暨小区关怀中心”之经费补助。

参考文献 (References)

- Hsu, M.T., & Kahn, D. L. (2003). Adaptation as meaning construction: A cultural analysis of spousal death among Taiwanese Women. *Omega: Journal of Death and Dying*, 47, 169-182.
- Muller, E. D., & Thompson, C. L. (2003). The experience of grief after bereavement: A phenomenological study with implications for mental health counseling. *Journal of Mental Health Counseling*, 25, 183-203.
- Stroebe, M. S., & Schut, H. (2001). Meaning making in the Dual Process Model of coping with bereavement. In R. A. Neimeyer (Ed.), *Meaning Reconstruction and the Experience of Loss* (pp. 55-73). Washington, DC: American Psychological Association.
- Worden, W. (2009). *Grief counseling and grief therapy: A handbook for the mental health practitioner*. 4th Edition, New York: Springer.
- 丁荣姒(2006). 我国现行犯罪被害保护制度相关问题之探讨. *中央警察大学医学丛刊*, 6 期, 121-136.
- 李玉婵, 张艺馨(2006). 车祸遗族的生死教育与悲伤辅导. *咨商与辅导*, 245 期, 26-31.

- 李玉婵(2009). 如何协助车祸丧生者亲属——亲人骤逝的悲伤辅导. **咨商与辅导**, 277 期, 51-58.
- 林耀盛(2005). 说是一物即不中: 从伦理性转向疗愈观点反思震灾存活者的悲悼历程. **本土心理学研究**, 23 期, 259-317.
- 林娟芬(2002). 妇女晚年丧偶适应历程与策略. **神学与教会**, 1 期, 150-175.
- 余德慧(2006). **台湾巫宗教的心灵疗愈**. 台北: 心灵工坊.
- 林斐霜(2001). **中年丧偶妇女生活经验之研究**. 国立嘉义大学家庭教育研究所硕士论文, 嘉义市, 未出版.
- 周玲玲(2001). **癌症病逝者其中年配偶悲伤适应之研究**. 东海大学社会研究所博士论文, 台中, 未出版.
- 张艺馨(2007). **车祸遗族的悲伤反应与调适历程之研究——以丧子母亲为例**. 国立台湾护理学院生死教育与辅导研究所硕士论文, 台北, 未出版.
- 曹桂荣(2005). **丧偶妇女悲伤反应与复原历程之研究**. 南华大学生死学研究所硕士论文, 衡阳, 未出版.
- 蔡文瑜(2001). **女性丧偶者的悲伤调适历程研究**. 国立台湾师范大学社会教育研究所硕士论文, 台北, 未出版.
- 许敏桃, 余德慧, 利瓦伊伦(2005). 哀悼伤逝的文化模式: 由连结到疗愈. **本土心理学研究**, 24 期, 49-84.
- 谢昕倬(2011). **犯罪被害遗属之复原历程**. 台北大学犯罪学研究所硕士论文, 台北, 未出版.