

身心安頓的倫理技術



蔣欣欣
陽明大學 護理學系

2006年6月28日高雄醫學大學



如何關切他人

大綱

- 醫護人員與療癒
- 醫護人員的自我覺察
- 自我鍛鍊的途徑

醫護人員的功能

- 南丁格爾「醫護人員是人尊貴生命的護衛者，...生病讓一個人的心靈得以成長，良好的醫護可以在病人的周圍培養這些空間。」(張文亮，112頁)

Facilitating environment

(Winnicott, 1971)

- 當嬰兒受到好母親(good-enough mother)寬容、保護與愛，他會由自己的世界慢慢走出來，認識自己(真實我True self)與非自己的部份；
- 在不安全情境中，隱藏自己的感受去對應外在的世界，造就了虛假我(False self)的生成。

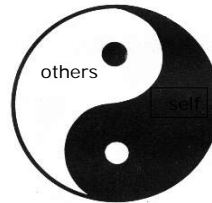
生命的成長(蔣、馬，1994)

- 豐富的園地
- 自我觀照
 - 當下的生活
 - 過去的經驗
- 生命轉化
 - 自在自得
 - 愛人的能力

自我覺察

- 互為主體性
- 鏡照
- 反思實踐

Self and others---Intersubjectivity



兩個生命間
“相涉入相磨合相融和”
“非彼無我，非我無所取。”

- 在質疑這世界與他人的同時，不妨也回顧自己。
- 災難和壓迫固然通常來自身外，而人自己的怯懦與慌亂也會加深痛苦，並給他人造成不幸。

護病間的互為主體性(蔣、余，2001)

- 生氣
 - 她為什麼騙我?
- 自責
 - 我沒有好好照顧他!
- 好奇
 - 她在說什麼?

鏡照

- 照現自己
 - Changing the self
- 照現他人
 - Changing the others

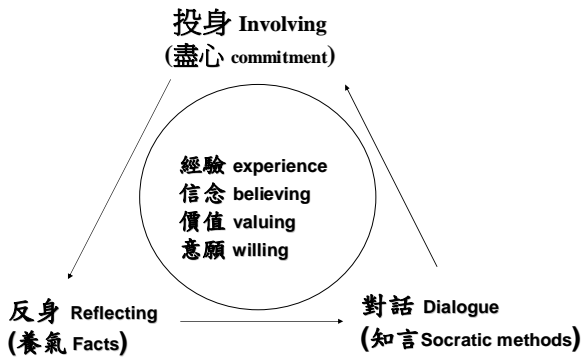
Changing the self: Reflexive involvement of the supervisor (Chiang, Tseng, & Lu, 1997)

- Mirroring from the attitude of the other
- Mirroring from the past experience

Changing the other: Inducing the mirror reaction of group members (Chiang, Tseng, & Lu, 1997)

- Reintroducing “the stored issues”
- Circular questioning
- Role playing

反思實踐 reflective practice (蔣, 2002)



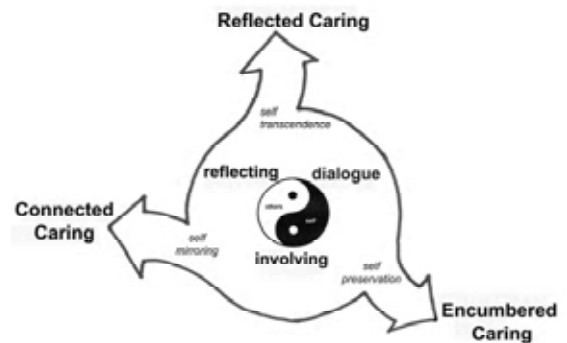
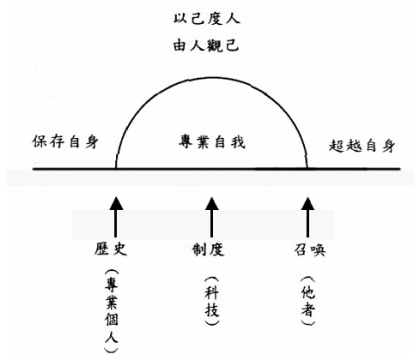
Ways of caregiving

(Chiang, Lu, & Wear, 2005)

Forms of caregiving	Intrasubjective self	Intersubjective interaction	Dasein
Encumbered caring	•Narcissistic self •Egocentric	• Fusion • Manipulate others	•To have/ Inauthentic
Connected caring	•Actualized self •Recognition of other	•Reciprocity •Co-exist	•To be and to have •Undifferentiated
Reflected caring	•Transcendent self •Mutuality	•Good to others •Commonweal	•To be /Authentic



Self---專業自我之型態(蔣、陳、蔡, 2003)



自我鍛鍊

- 美感經驗的生發
- 情緒的覺察與體知
- 團體對話
- 獨處與寫作
- 夢的賞讀

美感經驗的生發

- 進入美感空間的自由自在與對話
- 與利害無涉、物我兩忘
- 護士放下自己，凝聽病人的責罵
 - 「創造性遊戲 (Winnicott) 讓主體透過客體來發現自我及重新詮釋自己的過程」
- 「我這樣罵你們，你們還對我這麼好，我怎麼能再罵你們!...」

情緒的覺察與體知

- 情緒是發展道德能力的指標
 - 認識自己的工具
- 憤怒情緒的體察
 - 個人期望與需要的受挫(蔣, 1979)
- 護病間觀照母女衝突
 - 相互映照與體悟

團體對話

(蔣欣欣, 陳美碧, & 許樹珍, 2003)

- 培養對人我之敏感性，增加自我瞭解；
- 經由內在意識之流轉，找出存在意義；
- 經由團體對話與自我回顧，了解對方立場；
- 經由團體分享，重整自我的家庭經驗。

獨處與寫作

- 離開現場又專注的認識自己
- 觀照自我的第三者出場
 - 實習日記
 - 我迫好像不及待想替她冠上一個診斷，好表現自己的知識與能力，對這樣的自己感到害怕
 - 工作日誌
 - 李查·詹那博士的信件中提到：「由於沒有範例可循，每一天對我而言都是新的經驗以及學習，也因此更用心的注意自己的每個腳步，並將之記錄下來。沒想到這些細心踏著的脚步為臨床倫理師的發展寫下歷史。」(許敏桃)

夢的賞讀

- 透過讀夢的「感受」形成一種「體知」
- 賞夢的過程(團體對話)
 - 夢的呈現
 - 夢的感覺與隱喻
 - 夢的回應
 - 夢的分享
- 透過說夢人與團體成員間交織出的不同生活面向的對話，產生一種生活的智慧。

身心安頓的倫理技術

- 由身體經驗 體會對方的立場
- 藉著對方的反應 檢查自己
- 說對方聽懂得語言

謝謝