安心調御師

大林慈濟醫院臨床心理中心

有不少人在身體生病，或是生活壓力大時，
容易失去調整駕御自我情緒的能力。
正念減壓、健心房、清心減壓、臨床心理門診……
大林慈濟醫院臨床心理中心的臨床心理師群，
在院內提供適切課程或心理諮商，
支援各科轉介心理評估、回饋，
引導病人找回自我的安心之道；
走出院外，
主導兒童聯合發展評估中心助偏鄉孩童早期療育；
也提供社區職場心理介入、校園心理健康三級預防、長照服務等，
助病人、社區、醫院同仁皆能安身、安心……

文／黃小娟

「外婆，我很愛妳！我真的很捨不得，但是我不知道該怎麼辦，希望妳可以到上帝那裡去。」在大林慈濟醫院心蓮（安寧）病房的菩提居中，七歲的倩倩在臨床心理師和醫療團隊的陪伴下，克服了對外婆往生的未知和恐懼，勇敢地和外婆道別。

引導四道人生
臨終的靈性陪伴

倩倩外婆的娘家是基督教家庭，但夫家沒有人是基督徒，外婆想回歸她原生家庭的宗教信仰，但是家人不知道該怎麼以基督信仰來進行臨終陪伴。大林慈院臨床心理中心的陳可家主任，從小在基督教環境成長，認真查詢一些有關的聖經經文，與他們家人分享聖經中面對生病、死亡以及靈性受苦的道理。對於他們的困惑，陪伴著一起去找答案，讓他們知道在這個階段怎麼去陪伴病人，怎麼運用禱告和吟唱聖詩去完成道謝、道愛、道歉、道別的「四道人生」。

倩倩是外婆唯一的孫女，也是外婆最疼愛的孫女，祖孫感情很好。倩倩之前來醫院探望外婆時，外婆都還能講話，可以摸摸她，和她說說話。但外婆狀況逐漸變差，這一天家人帶倩倩來到醫院時，外婆已經往生，她看到時不敢接近，全身癱軟無力，舅舅將她帶到祈禱室，倩倩在祈禱室內放聲大哭，哭到聲嘶力竭，哭到沒有力氣走路，後來舅舅將她背出來找臨床心理師陳可家。

倩倩哭著問：「為什麼會這樣？外婆死了嗎？那外婆到哪裡去了？為什麼她不會再醒來了？」可家請倩倩坐下來，運用繪本講故事，藉由繪本引導她思考死亡到底是怎麼一回事，並且告訴孩子，外婆到上帝那裡去了，用小孩能夠理解的方式，跟她解釋聖經裡講述的死亡概念，幫助孩子的情緒慢慢回穩，慢慢地可以下來走路，陪著她一步步走向外婆。倩倩不再害怕像睡著一樣的外婆，她說出了對外婆的愛和不捨，說出「我不知道該怎麼辦，希望妳可以到上帝那裡去。」回想至此，可家仍是含淚感動！

陳可家分享，在面對疾病與死亡時，醫療人員大多數會把焦點放在病人或是與病人身邊的家屬，往往忽略了在一旁的孩子，孩子會因為不了解而害怕，其實是很受傷的，因為孩子往往不了解發生什麼事，此時有臨床心理師的陪伴是很重要的。

「我是心理師，除了心理學的運用，有時候宗教也是我接近臨終病人的方法。」陳可家說，靈性是非常重要的，我們醫院沒有限制只服務佛教徒，我們不限何種宗教，我看待臨終這件事情，不是以宗教來區分，而是看到病人的需要！對心理師來說，這就是一個心願的完成和臨終的陪伴，如何在最後的這段期間能更圓滿。

所有科心理評估與諮商
同仁心健康也兼顧

「臨床心理師主要負責認知、情緒、

大林慈院臨床心理中心，由心理師為民眾進行「生理回饋檢查」，有如心情溫度計，可量測民眾的情緒壓力。攝影／張菊芬

大林慈濟醫院臨床心理中心，除了協助院內各科的臨床心理服務，也提供社區、校園、長照等院外心理服務，更早在中心成立前，就到各社區協助早期失智篩檢。攝影／黃小娟

行為的評估與治療，除了接受院內任何科別轉介心理評估，回饋、如何處理，也開設自費門診，並接受其他機構（如學校）轉診。目前在醫院內主要協助腫瘤中心、身心醫學科、神經內科、心臟內科、家醫科、小兒科、復健科的臨床心理服務。」大林慈院臨床心理中心陳可家主任簡單敘述了臨床心理師的角色功能與中心的業務範圍。

大林慈院臨床心理中心成立於二〇一四年，一手促成的林名男副院長回想，當年中南部地區尚未有醫院設立臨床心理中心，而大林慈院因與鄰近的國立中正大學心理系翁嘉英教授有密切合作，在翁教授的引薦下，一些學生也陸續加入大林慈院的臨床心理師行列，臨床心理師人力日漸充實。

林名男副院長提到，「臨床心理師的服務方向，首先是病人，例如身心醫學科、神經科，近年來安寧、腫瘤以及小朋友的早期療育，也開始受到重視。第二個受到重視的是醫院同仁，早期在醫院的健康促進同仁組中，人資室承擔了很多同仁健康促進的推動工作，在同仁的健康促進需求調查中，發現很多人有肩頸痠痛問題，顯示同仁壓力極大，亟需協助，此時若是有臨床心理師介入，可以協助同仁們進行身心壓力的調整。」綜合種種需求，決定效法臺大醫院設立臨床心理中心，在賴寧生院長的

支持下，成立臺灣第二家一級單位的臨床心理中心，藉此統整不同醫療科的臨床心理服務需求，並加強對同仁的服務，例如針對新進同仁進行心理健康評估，開辦衛教式的講座課程以及一般同仁免費的心理諮商服務，全方位照顧同仁的心理健康。

早期療育評估到院外 失智篩檢進社區

在臨床心理中心成立之後，除了提供原有的神經科、身心醫學科患者服務之外，更加入許多不同科別的臨床心理服務。有愈來愈多的病人，除了身體健康方面的需要之外，也需要心理方面的照顧，林名男副院長指出，疾病本身就是一個衝擊，病人的心理照顧愈來愈重要，因此先針對安寧、腫瘤病人提供心理照顧服務，接下來也將小兒科加入服務範圍，如今臨床心理中心整合復健科、小兒科、社工等單位，成立「兒童發展聯合評估中心」，除了在院內提供服務以外，團隊上山下海，山線以大埔圖書館、海線以朴子聖心早療中心為評估據點，把臨近地區需要做早期發展評估的孩子找出來，進行早期介入，早期治療。

而早在臨床心理中心成立之前，臨床

二〇一八年南臺灣發生八二三水患時，陳可家至災民安置所與長輩談心，引導長輩們說出心中的擔憂。攝影／黃小娟

大林慈濟醫院於二〇一四年成立「臨床心理中心」，團隊合影，前排左起：石世明、黃怡嘉、蕭妙慧、陳可家主任、李于欣、蔡宜潔、吳明穎；後排兩位左起：黃昱翔、徐士閎。攝影／林惠萍

心理師們就開始為失智症長者做早期篩檢服務，參與雲嘉地區大型的社區複合式篩檢，臨床心理師協助找出初期退化的長輩，協助轉介回到醫院，確診是否罹患失智症，得以及早確診接受治療。

開立臨床心理門診
減壓與親子團體多元課程

在臨床心理中心成立之後，將所有臨床心理師集合在一起，提供跨科合作，支援各科需求，並開立臨床心理門診、提供民眾與同仁心理服務，推動正念減壓、清心減壓、親子團體等課程，提高服務品質與多元需求。

此外，臨床心理中心也提供社區職場心理介入、校園心理健康三級預防、長照服務等，未來將持續擴大服務範圍與需求。安身、安心，為病人、社區、同仁做更好、更精緻的服務，共同朝向身心健康、更有生活品質的未來。