114 年度

中華民國器官捐贈協會

工作成果報告

執行期間：114 年 01 月 01 日至 114 年 12 月 31 日

中華民國器官捐贈協會
ORGAN DONATION FOUNDATION, R.O.C.

中 華 民 國 一一五 年 三 月 二十 日

財務資料

115 年業務預算—經費預算

社團法人中華民國器官捐贈協會

115年業務項目-經費預算

項　目　、　內　容	預估經費	備　　註
家屬活動-秋季營	450,000	以100人預估
家屬活動-成長工作坊、個案	850,000	北.中.南.東四區,各一場; 個案12名
家屬活動-藝術創作支持團體	150,000	北.中.南.東四區,各一場
關懷陪伴讀書會	150,000	北.中.南.東四區,各三場
會刊編印、郵寄費	180,000	三期
宣導活動及用品	220,000	摺頁.小冊.小物.信封.卡等
小　　計	**2,000,000**	

中華民國器官捐贈協會
ORGAN DONATION ASSOCIATION, R.O.C.

114 年收支表

社團法人中華民國器官捐贈協會

114年度收支表

1月1日起至12月31日止

科　　目	本期收入	本期支出
本會經費收入	**5,735,953**	
入會費收入	3,000	
常年會費收入	36,000	
捐款收入	4,878,123	
利息收入	12,141	
專案計劃收入	806,689	
本會經費支出		**4,767,771**
人事費－員工薪資		1,541,450
獎金		10,000
保險費		146,477
退休金		73,480
辦公費－文具雜誌費		75,757
印刷費		16,000
水電燃料費		6,172
旅運費		43,007
郵電費		89,901
租賃費		370,000
修繕維護費		26,000
其他辦公費		33,051
業務費－會議費		23,500
聯誼活動費		267,711
業務推廣費		1,801,555
會刊編印費		90,317
團體保險費		9,240
其他業務費		29,153
提撥基金		115,000
本期餘絀		**968,182**

中華民國器官捐贈協會
ORGAN DONATION ASSOCIATION, R.O.C.

114 年度工作成果報告

目錄

	頁碼
壹、捐贈者家屬支持服務方案	
一、個案服務	p. 2
二、各項方案服務	
（一）「怡心食養」成長工作坊	p. 4
（二）「憶苦思甜」藝術創作療癒團體	p. 6
（三）持續性「拾物憶心，舊愛新象」舊物整理支持團體	p. 10
（四）關懷陪伴讀書會—「休戚相關：好好整理與經營我們的關係」	p. 17
（五）全國器官捐贈者家屬聯誼秋季營	p. 19
貳、結語	p. 21

中華民國器官捐贈協會
ORGAN DONATION ASSOCIATION, R.O.C.

114 年度工作成果報告

壹、 捐贈者家屬支持服務方案

114 年 2 月資深行政人員退休，自三月以後全年度服務本會僅兩名專職人力[1]提供全台器捐家屬七大方案服務：個案工作合計服務 33 名捐贈者家屬、提供 213 人次個別諮詢與關懷支持服務；辦理家屬支持服務方案服務計 32 場次，提供 195 人、計 286 人次之服務；年度總服務量達 228 人、499 人次。相關統計詳參下表。

服務項目	預計服務量	實際服務量	達成率
個案工作	在案量 12 名	33 名	275%
	服務 50 人次	213 人次	426%
成長工作坊 愛自己成長工作坊	分區共 4 場	4 場	100%
	服務 46 人	58 人	126%
	服務 46 人次	58 人次	126%
愛中相知 關係經營團體團體	分區共 4 場	4 場	100%
	服務 40 人	33 人	82.5%
	服務 40 人次	33 人次	82.5%
持續性支持團體 拾物憶心舊愛新象 （舊物整理支持團體）	分區共 3 場	6 場	200%
	服務 10 人	6 人	60%
	服務 30 人次	26 人次	86.7%
關懷陪伴讀書會 「理解愛，表達愛～接納心意，接納自己」	分區共 4 場、每場 3 堂，合計 12 堂。	12 堂	100%
	服務人數：46 人	34 人	57%
	服務人次：138 人次	102 人次 線上：17 人次 現場：85 人次	73.9%
讀書會： 課後陪讀個別支持		5 場	
	---	2 人	---
	---	5 人次	---
全國器捐家屬秋季營 2 天 1 夜營隊活動	1 場	1 場	100%
	65 人	62 人	95.4%
	65 人次	62 人次	95.4%

[1] 本會三位專職人力，原本會企劃人員於 111 年 1 月離職後，近五年無法增補合適人力；114 年 2 月底資深行政離職，現全會僅兩名全職人力推展會務與各項服務。

114 年度的方案，我們以「關係經營」為主軸，回應悲傷任務中生活調適及轉化情感與成長的主題，增強器捐家屬對生者關係經營與逝者關係重建與情感轉化的能力，達到自我的轉化與成長。

	操作目標	服務策略	服務成效	評估指標
一	在北中南東四區，各辦理一次成長工作坊，支持器捐家屬學習自我陪伴與照顧的方法以利生活調適之壓力紓解。	成長工作坊	學習自我照顧方法。	有 85%參與成長工作坊成員自評學習到自我照顧方法非常多或蠻多。
二	在北中南東四區，各辦理一次藝術創作支持團體，及北區辦理一梯次持續性器捐家屬支持團體，以增強器捐家屬對逝者回憶整理及關係重建與情感轉化的能力。	藝術創作支持團體	練習整理逝者回憶助於情感轉化。	2.有 80%參與團體的成員有學習到整理回憶的方法非常多或蠻多。
		拾物憶心舊愛新象遺物/舊物整理支持團體		3.有 80%參與團體的成員認為整理回憶有助於悲傷情感的轉化非常多或蠻多。
三	在北中南東四區，各辦理一梯次關懷陪伴讀書會，學習悲傷對關係的影響，及經營關係的知識與能力，以協助器捐家屬增強對生者關係經營。	關懷陪伴讀書會	學習關係經營知識與技巧。	有 85%參與成長工作坊成員自評學習到自我照顧方法非常多或蠻多。
四	服務 12 名捐贈者家屬個案，陪伴其調適悲傷歷程。	個案工作	練習整理逝者回憶助於情感轉化。	1.有 80%個案開始練習整理逝者回憶，認為整理回憶有助於悲傷情感的轉化。

一、個案服務

114 年個案工作在案服務共 33 人，服務人次共 213 人次，均達成預期計畫目標，個案級別、執行服務項目統計整理如下頁表。

	預定計畫		實際執行		達成率
個案工作	個案量	服務人次	個案量	服務人次	個案量 275%
	12 名	50 人次	33 名	213 人次	服務人次 426%

中華民國器官捐贈協會 ORGAN DONATION ASSOCIATION R.O.C.

	113 年在案人數			114 年新增人數			114 年在案人數			114 年結案人數		
	男	女	小計	男	女	小計	男	女	小計	男	女	小計
總計	0	19	19	2	11	13	2	18	20	0	2	2

級別	O	A	B	C	D	總計
個案數	14	3	4	10	2	33

服務項目	諮詢/評估	會談	追蹤關懷與問候	活動邀約	參加其他服務方案	總計
人次	2	46	49	105	11	213

在今年個案服務中，服務量及服務人次均高於預期目標，其中有 2 個結案，結案原因如下:

1. 案 6:案主在海外度假打工 2 年適應良好，暫時無回國計劃，目前暫無需求，予以結案，後續 LINE 追蹤關懷與問候即可。
2. 案 15:案主對於活動邀約及關懷訊息皆沒有回音，無法聯繫上瞭解其目前需求，予以結案。

另，我們嘗試運用在期初督導提出的個案分類分級處遇服務(如附件二)，發現社工在評估時可以發現個案的需求，但個案接受會談服務意願的差異很大，導致會談服務量有落差，因此會談服務的部分會可能需要提供更多關懷支持以穩定後續專業關係的建立，減少個案對於個別會談與過世親人的痛苦回憶的過度連結，提高接受會談服務的行動意願。

其次，我們也把已提供服務的家屬，例如於團體後追蹤，或於成長工作坊、關懷陪伴讀書會及其他捐贈者家屬活動發現潛在服務對象，並調整個案服務流程(如附件一)均列入後續追蹤評估對象，相關服務統計整理如下表。

來源	姓名	服務項目		
		諮詢/評估	追蹤關懷與問候	活動邀約
支持團體	滕 0 玲	1	1	2
	邱 0 玲	-	1	2
成長工作坊	張 0 芳	1	1	1
	連 0 女	-	1	1
	陳 0 如	-	1	1
	周 0 親	-	1	1
	倪 0 慧	-	-	1
	尤 0 陵	-	-	1
	黃 0 行	-	-	1
	傅 0 強	-	-	1
關懷陪伴	徐 0 齡	-	1	1

中華民國器官捐贈協會 ORGAN DONATION ASSOCIATION R.O.C.

來源	姓名	服務項目		
		諮詢/評估	追蹤關懷與問候	活動邀約
讀書會	鄭 0 文	-	1	1
其他活動	賴 0 臻	-	1	1
小計		2	9	15
總計		13 人，26 人次		

今年在不同的方案活動中，社工藉由器捐家屬在活動過程中的分享，或社工從旁觀察及器捐家屬參加活動的情緒狀態，透過擴大主動關懷問候、評估潛在個案，並針對潛在個案個別需求進行相關活動邀約，並經由增加活動次數來穩定關係連結，以拓展個案服務的延伸。

二、各項方案服務

114 年度各方案服務依服務策略、目標分為「成長工作坊」、「藝術療癒團體」、「遺物/舊物整理支持團體」、「關懷陪伴讀書會」、「全國器官捐贈者家屬聯誼秋季營」五大項目，服務量與各方案服務成果分別說明如下：

（一）成長工作坊

悲傷任務中有一部分很重要的是關於生活的調適，和我們朝夕相處的親人過世後，生活中的日常活動都有可能是觸發情緒的場景，而器捐家屬們經常在無法預警的情況下被情緒淹沒，而引發各種情緒壓力相關的各種身心困擾。因此，今年我們設計安排中醫及營養，透過不同專業的觀點，來協助器捐家屬學習不同的情緒照護和自我照顧的方法。上午課程中醫師說明中醫的情志理論，認識不同情緒的調節原則及方式，協助器捐家屬學習可以調節情緒的穴道按摩或放鬆經絡的活動；下午課程營養師則透過認識能夠影響情緒的營養素，並學習健康的飲食原則及家常方便準備的健康食譜及蔬果汁配方，讓器捐家屬能有體驗的過程，加深學習的效果，讓課堂的學習能夠帶回生活中持續應用，詳細「怡心食養成長工作坊」課程活動內容、各區辦理情形及服務成果如下。

	區域	預定計畫			實際執行			達成率
		場次	人次	總人次	場次	人次	總人次	
怡心食養成長工作坊	北	1	15	46	1	22	58	場次 100%
	中	1	8		1	6		
	南	1	15		1	23		人次 126%
	東	1	8		1	7		

詳細課程活動內容、各區辦理情形及服務成果如下。

(一)活動內容

1. 中醫情緒調養之道：中醫師講解中醫臟腑情志學說，五大臟腑-肝、心、脾、肺、腎，掌管著人的五大情緒-怒、喜、思、悲、恐，情緒和臟腑的運作會相互影響，

中華民國器官捐贈協會 ORGAN DONATION ASSOCIATION, R.O.C.

因此，可以藉由中藥、經絡穴道按摩、活動來協助臟腑平衡運作，同時可協助情緒的平衡，課堂裡中醫師帶領成員認識重要穴道按摩及練習伸展活動和站樁，可回家後持續練習。

2. 營養食聊：營養師透過生活化的方式讓成員理解，飲食與情緒的關聯及影響，那些食物裡的營養素會讓我們的情緒朝向正向或負向，並介紹健康飲食原則得舒(DASH)飲食，透過簡易準備並符合得舒飲食原則的食譜，讓成員能在回家後持續應用並示範簡易蔬果汁食譜讓成員品嘗。

(二)各區場次服務成果

區域/日期	時間	活動主題	講師	參與人次
北區 11/15(六)	09：30~12：30	中醫情緒調養之道	蘇煒騏醫師	22
	12：30~13：30	午餐時間		
	13：30~16：30	營養食聊	余璧如營養師	
中區 09/27(六)	09：00~12：00	中醫情緒調養之道	吳奐昀醫師	6
	12：00~13：00	午餐時間		
	13：00~16：00	營養食聊	余璧如營養師	
南區 10/25(六)	09：00~12：00	中醫情緒調養之道	蔡宸紘醫師	23
	12：00~13：00	午餐時間		
	13：00~16：00	營養食聊	余璧如營養師	
東區 11/08(六)	09：30~12：30	中醫情緒調養之道	王惟德醫師	7
	12：30~13：30	午餐時間		
	13：30~16：30	營養食聊	余璧如營養師	
合計	共四場			58 人次

今年怡心食養成長工作坊在北、中、南、東各舉辦一場次活動，共四場活動，服務人次共 58 人次，達成率 126%。四區活動宣傳方式均有發函公文通知各合作醫院、官網及本會 LINE 群組公告活動訊息，其中北區及南區的捐贈者家屬報名踴躍超越預期，中區及東區人數接近預期,報名時器捐家屬表示對課程內容很期待。今年從回饋問卷統計裡也發現，在成長工作坊的參加成員，最多報名的動機 78.2%是因為對活動內容有興趣，顯示今年的課程有吸引器捐家屬前來使用本會之服務，甚至在未來期待想上的課程選項，中醫仍居第一，有高達 77.4%成員想要再上中醫養生的主題,可見器捐家屬對於中醫主題相當有興趣。

從回饋問卷裡質化的資料也可以發現，參加的器捐家屬對於課程的內容覺得非常有收穫,透過器捐家屬有興趣的主題,吸引更多需要自我照顧相關課程的器捐家屬前來學習，並應用不同方法於生活中落實自我照顧。

(三)質化資料彙整

項次	內容分類	回饋問卷及悄悄話信箱質化內容摘要
1	肯定與感謝	第一節課老師棒，第二節課老師讚
2	肯定與感謝,回饋課程內容學習心得	感謝!吳醫師的愛、針灸、無限愛。余璧如營養師，我受益良多，十足的善心愛心與專業領域很讚給 100 個星星。
3	回饋課程內容學習	講師內容豐富

項次	內容分類	回饋問卷及悄悄話信箱質化內容摘要
	心得	
4	肯定與感謝	本會所有的活動都非常溫馨，都是同病相憐的夥伴，很有同理心
5	肯定與感謝	謝謝老師們的指導，受益良多
6	肯定與感謝	今天兩位老師都好棒
7	肯定與感謝	愛
8	肯定與感謝	感謝張社工、感謝吳醫師、營養師余璧如，也謝謝醫院柔佳社工非常用心，優質棒棒!
9	肯定與感謝	滿意
10	肯定與感謝	滿意
11	肯定與感謝	感恩協會的安排課程，感恩講師，工作人員
12	肯定與感謝,回饋課程內容學習心得	謝謝貴單位用心舉辦此次的課程，收穫良多，講師的授課內容豐富且生活化，執行度極高，棒棒:)
13	回饋課程內容學習心得	授課老師所講內容有道理我很認同
14	回饋課程內容學習心得	今天課程似乎為我訂制，感恩
15	肯定與感謝	謝謝你們辛苦了
16	肯定與感謝	感謝您們的用心，感恩，很優質受益的課程。讚。有您們真好!
17	肯定與感謝	謝謝真睿社工全程陪我們!謝謝兩位講師都很認真，謝謝秘書長來看看我們送點心
18	肯定與感謝	謝謝協會辦這個活動!
19	建議	冷氣太冷
20	肯定與感謝	這次我收穫滿滿，感恩
21	肯定與感謝	很感謝器捐協會所辦的項目，很好，很溫暖我們!
22	肯定與感謝	感謝協會每次的用心，安排課程讓家屬們更多收穫，將家人捐贈者的大愛更有力量支撐，走向人生的旅程，充滿希望與意義非凡

（二）藝術創作支持團體-「繪心聊憶支持團體」

今年在支持團體的服務策略上，我們規劃在四區各辦理一場單次性藝術創作支持團體-「憶苦思甜支持團體」及北區辦理一梯次持續性器捐家屬支持團體-「拾物憶心，舊愛新象支持團體」。團體將結合藝術治療媒材運用及身體經驗療癒方法，協助器捐家屬回顧與逝者過去生活點滴，整理回憶並重建新的關係連結。今年特別選用和回憶最有關聯的舊物-照片，作為整理回憶和藝術創作的素材，透過創作及分享的團體歷程，陪伴器捐家屬整理對於逝者的回憶和關係，並轉化情緒及重建關係。詳細「憶苦思甜支持團體」及「拾物憶心，舊愛新象支持團體」的活動內容、各區辦理情形及服務成果如下。

單次性藝術創作支持團體-「憶苦思甜支持團體」

	區域	預定計畫			實際執行			達成率
		場次	人次	總人次	場次	人次	總人次	
憶苦思甜支持團體	北	1	12	40	1	11	33	場次 100%
	中	1	8		1	3		
	南	1	12		1	11		人次 82.5%
	東	1	8		1	8		

1.活動內容：

（1）開場：

Leader 說明團體進行方式，邀請成員在團體前提供照片，一方面讓家屬分享照片裡的故事，另一方面，將具有紀念性的照片製作成無框畫或轉印在布上，轉印照片的布未來能再製成其他作品。

（2）上午場「家庭紀念冊」:

Leader 邀請成員挑選今日想要製作無框畫的照片二張，和要轉印在布上的照片一張，選好黏貼在畫板上及布上，靜置一旁晾乾。邀請成員分享挑選照片的心路歷程，選擇照片的原因以及照片裡的家族故事。

（3）下午場「回憶的紀念品」:

Leader 示範如何溫柔去除畫板上的紙漿，邀請成員動手去除畫板及布上的紙漿，讓照片能清晰浮現於畫板上，最後風乾畫板及布，塗上保護膠即完成。

2.各區場次服務成果

區域/日期	時間	活動主題	講師	參與人次
北區 05/24(六)	09：00~12：00	家庭紀念冊	張美茹社工師 張真睿社工專員	11
	12：00~13：00	午餐時間		
	13：00~16：00	回憶的紀念品	張美茹社工師 張真睿社工專員	
中區 05/17(六)	09：00~12：00	家庭紀念冊	張美茹社工師 張真睿社工專員	3
	12：00~13：00	午餐時間		
	13：00~16：00	回憶的紀念品	張美茹社工師 張真睿社工專員	
南區 06/07(六)	09：00~12：00	家庭紀念冊	張美茹社工師 張真睿社工專員	11
	12：00~13：00	午餐時間		
	13：00~16：00	回憶的紀念品	張美茹社工師 張真睿社工專員	
東區 04/20(日)	09：00~12：00	家庭紀念冊	張美茹社工師 張真睿社工專員	8

中華民國器官捐贈協會 ORGAN DONATION ASSOCIATION R.O.C

區域/日期	時間	活動主題	講師	參與人次
	12：00~13：00	午餐時間		
	13：00~16：00	回憶的紀念品	張美茹社工師 張真睿社工專員	
合計	共四場			33 人次

整體服務量，辦理北、中、南、東各一場次活動，共完成四場活動，服務人次共 33 人次，達成率 82.5%。四區團體中，而支持團體除了參加成員的正向回饋之外，還有其他的發現，執行過程與發現詳述如下。

3. 團體執行過程與發現

（1）團體準備期：成員招募及素材收集與整理。

藝術創作支持團體在辦理招生過程，四區活動宣傳方式均有發函公文通知各合作醫院、官網及本會 LINE 群組公告活動訊息，但四區報名情況不太一樣。北區器捐家屬對於團體參與意願較高，參加者多為主動報名參加，僅有一位成員是由家屬代為報名；中區團體有 2 位家屬主動報名參加，但其中一位活動當天沒有參與，後續了解原因家屬有帕金森氏症，記憶力減退狀況，忘記前來參加活動，另外 2 位家屬由社工邀請後參加；南區往年都在高雄辦理，今年第一次在台南辦理，方便南區不同縣市的家屬參與。南區參加的器捐家屬有主動報名、社工邀請後來參加，也有對團體感興趣但尚未準備好參加團體的器捐家屬，從未參加本會活動的器捐家屬，收到醫院活動訊息後來電諮詢，但沒有報名或報名後又告知無法參加；東區器捐家屬人數較少、活動參與較為被動，社工須每戶主動邀約器捐家屬前來參與活動。顯示本次支持團體的主題觸動家屬情緒，的確吸引家屬有意瞭解、諮詢，又因心情忐忑未準備好，最終未能嘗試參與。

在素材收集過程，也有各種不同的情緒反應，有家屬對於照片太多不知如何選擇，社工透過家訪傾聽其訴說不同照片的故事並陪伴她的情緒和挑選原因的梳理，進而能順利挑選出合適的照片；也有家屬不知如何挑選照片時，社工鼓勵家屬觀察自己看照片時的身心感受，以此方式挑選照片；也有家屬帶著整本整本的家族相簿，到協會和 Leader 和 Co-Leader 分享孩子捐贈前所留下的可愛身影。也有家屬表示家人的東西已經丟失，幾乎找不著相片；也有家屬因為家庭和工作等因素，對於自己連孩子的相片都沒有，而感到難過。成員對於再次翻開家族相簿，有人覺得開心，因為這次的團體而有機會再次打開相簿和他人介紹與分享家人的故事，也有成員覺得感傷，不捨其離世，而社工的陪伴與傾聽，都讓器捐家屬覺得有機會再次回顧家人的過去，都是重要的經驗與哀悼的歷程。

Leader 在團體前，將社工收集到的相片，不論是數位的相片或是解析度很差、尺寸很小的老照片，透過修圖軟體的協助，提升照片的解析度、放大、裁切或拼貼，把成員精選出來的照片整理成適合進行藝術創作的素材，提升作品完成後的呈現效果。

中華民國器官捐贈協會
ORGAN DONATION ASSOCIATION

（2）團體執行期：

在團體進行過程，Leader 分享自己整理家族照片並透過製作無框畫的方式，讓家人在多年後以不同的方式，重新喚起離世家人的美好回憶，邀請成員分享挑選照片過程的心情及選擇照片背後的原因及故事。過程中當成員的情緒難以負荷時，Co-leader 也會協助以身體取向的情緒調節方式，帶領團體成員練習不同的情緒安頓技巧。下午 Leader 帶領成員以海綿溫柔去除畫板紙漿讓照片浮現的過程，成員在過程中也有不同情緒感受的觸發，Leader 及 Co-leader 從旁回應協助成員情緒覺察及安頓。

北區和南區人數一樣多，因此每位成員能夠分享的時間相較其他區是較少的，雖成員分享的內容較濃縮精簡，卻深刻傳達對家人過往回憶的種種思念，其中有成員家人是自殺過世，強烈的失落及愧疚的情緒，也感染團體成員，Co-leader 適時介入協助成員緩和情緒，並帶領團體練習透過呼吸及自我碰觸調節情緒，讓成員能一起練習不同的情緒調節方法。

中區團體是四場中人數最少，成員有 3 位，有一位是第一次參加協會的活動，也是剛捐贈的新家屬，在分享照片的過程中提到過世的先生過去有軍職的背景，剛好團體中的另一成員也是軍人退伍，另一位也是軍眷，因此有許多共同回憶與共鳴，即使人數少但彼此互動討論卻是非常熱烈。

南區團體六年來第一次在台南舉辦，吸引較多台南的器捐家屬參加，但也因為成員對於場地位置不熟悉，加上有成員知道活動訊息未報名即主動前來，還有已報名但又臨時沒有來參加的家屬，因此在團體開始時有些混亂，在確認團體參加成員人數後，Leader 刻意帶領成員透過呼吸及輕柔音樂，安穩參加成員的狀態後，才正式開始進入團體。前來參加團體的成員，很有意願分享過世家人的故事，也透過珍藏的老照片回憶起年輕時的過往，在製作無框畫的過程，成員也都很投入給予彼此很多正向鼓勵及回饋。

東區團體成員多半為經常參加協會活動的成員，其中有成員雖參加過很多次協會活動，這次卻是第一次談到與過世父親之間的關係，自己仍有的遺憾與心結。Leader 也回應成員對於過世家人的情感，從不會因為死亡而中斷，只是我們要找到不同的方式和他們重新連結，這也讓成員獲得新的觀點能以不同心態，連結與思念親人。

（3）團體執行後：

整理參與者的質性回饋，發現許多參加家屬對於團體都有獲得正向的支持感受，足見團體的設計與帶領，可貼近其需求，內容詳列如下表。

【質化資料彙整】

項次	內容分類	回饋問卷及悄悄話信箱質化內容摘要
1	肯定與感謝，分享個人經驗感受	協會的活動都很棒，參加過 2 次活動，都很新奇，有不同的體驗，和收獲。
2	肯定與感謝,分享	活動設計很棒，辛苦 2 位老師用心籌備

項次	內容分類	回饋問卷及悄悄話信箱質化內容摘要
	個人經驗感受	
3	分享個人經驗感受	來自彼此的祝福，有一種快樂
4	肯定與感謝	愛要傳遞出去，走出來給自己一個機會，參與各次活動感恩協會
5	分享個人經驗感受	孩子:媽媽會永遠懷念你，所以每個有關你的活動，媽媽都會參加，若你天上有靈，願你能保佑你的受捐者，能因你的捐贈而走得更長遠。
6	對活動的建議	此種活動如果能夠每隔 1-2 個月辦一次活動，可以趁著這些活動老朋友趁此機會相聚，否則大年紀愈來愈大，相聚的時間也會漸漸減少
7	肯定與感謝	太感動了!謝謝秘書長、真睿、雅惠及所有工作人員，愛心用心的付出
8	肯定與感謝，分享個人經驗感受	感謝器捐協會，療癒了我的心靈
9	肯定與感謝，分享個人經驗感受	:)思璇，生日快樂!謝謝大家的生命故事，謝謝美茹、真睿、思璇開啟我生命不一樣的風景
10	肯定與感謝	非常謝謝你們辦這個活動，感恩
11	分享個人經驗感受	在團體活動中，家屬透過照片，回憶過往的甜蜜時光，或許現在的時空背景不同了，家人的離別帶來的傷痛，轉個念，送上真摯祝福。
12	分享個人經驗感受	故事的延續，等待後續再聚!
13	分享個人經驗感受	每次參加活動，都會悄悄回憶一下往事，不過也有活潑快樂的笑聲。
14	肯定與感謝	謝謝

每區團體結束後，Leader 與 Co-leader 會回顧進行討論，並針對參與者的後續服務需求評估，如下表列。

	參加人數	後續服務評估				
		提供諮詢	已開案	可開案	後續關懷	活動邀約
北	11	1	2	3	2	3
中	3	1	0	0	1	2
南	11	2	1	0	2	6
東	8	1	0	0	1	7
合計	33	5	3	3	6	18

(三)持續性藝術創作支持團體-「拾物憶心，舊愛新象支持團體」

今年在北區我們規劃在單次性藝術創作支持團體之後，安排一場次持續性藝術創作團體，延續對遺物整理的想法，擴展整理遺物的歷程，也因為在團體中部份成員主動表示想要有更多陪伴整理遺物的時間，因此增加了團體後的陪伴時光，讓需要更多時間走完歷程的成員，能安心完成創作。

拾物憶心，舊愛新象支持團體	區域	預定計畫			實際執行			達成率
		場次	人次/場	總人次	場次	人次/場	總人次	
	北	3	10	30	6	3-6	26	場次 200% 人次 86.6%

1. 活動內容

（1）物之告別：

Leader 開場說明三次團體的進行架構，第一次會邀請成員分享想要整理的物品及原因，透過照片訴說舊物的故事及成員對整理舊物的挑戰與期待。

（2）拾憶拼貼手札：

Leader 帶領成員製作回憶手札，挑選想要放入手札中的照片，並轉貼在布上，去除紙漿後再縫製或黏貼於手札中。

（3）舊物新象：

Leader 邀請成員選擇一個具有特殊回憶的照片，透過轉印方式放在回憶盒、帆布包或抱枕上，讓回憶可以在生活裡陪伴。

（4）團體後陪伴時光：

有成員反應還有許多想要整理並放入手札的照片，主動提出希望團體後還能繼續，故在團體後，增加了三次的陪伴時光，陪伴成員慢慢挑選照片，完成回憶拼貼手札。

2. 各場次服務成果

日期/時間	主　題	講　師	內　容	參與人次
7/02(三)13:30~16:30	物之告別	張美茹社工師 張真睿社工專員	整理家人舊物及分享故事。	5
7/09(三)13:30~16:30	拾憶拼貼手札	張美茹社工師 張真睿社工專員	藝術拼貼舊物的畫面圖像，梳理心情。	6
7/16(三)13:30~16:30	舊物新象	張美茹社工師 張真睿社工專員	讓舊物以新的形式來陪伴與連結。	6
7/25(五)13:30~17:00	團體後- 陪伴時光	張真睿社工專員	持續整理照片，拼貼畫面圖像，梳理心情。	3
8/06(三)13:30~17:00	團體後- 陪伴時光	張美茹社工師 張真睿社工專員	持續整理照片，拼貼畫面圖像，梳理心情。	3
8/20(三)13:30~17:00	團體後- 陪伴時光	張美茹社工師 張真睿社工專員	將手札做最後裝飾並分享心情。	3
合計	共六場			26 人次

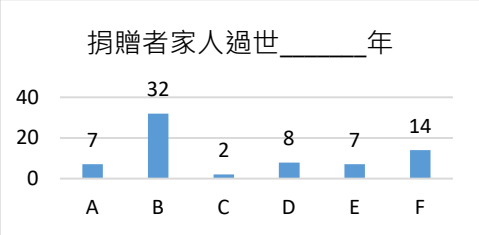
中華民國器官捐贈協會 ORGAN DONATION ASSOCIATION, R.O.C.

今年在北區辦理「拾物憶心，舊愛新象支持團體」，共舉辦六次，服務 6 人，共 26 人次，服務人次達成率 86.6%。團體執行過程與發現詳述如下。

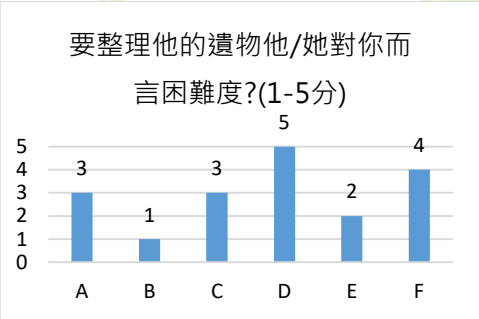
3. 團體執行過程與發現

（1）團體準備期：成員招募。

此團體招募過程，其中 5 位成員為主動報名。社工也主動邀約 3 位曾參加「憶苦思甜支持團體」的家屬，有一位因意外受傷骨折無法參加，另一位沒有回應，僅有一位家屬報名參加。這次團體報名會請六位成員(A-F)填寫團體前問卷，了解成員對舊物整理的想法及團體的期待。整理統計如下圖表：



讓你感到困難的原因?	A	B	C	D	E	F
東西太多，不知從何開始	✓			✓	✓	
看到東西就難過，難以開始	✓		✓			✓
想保留所有與他有關的一切						
想捐出去，不知道怎麼做						
家人對遺物處理的想法不同，難有共識	✓					
其他		✓				



對你而言，哪些遺物整理起來特別困難?	A	B	C	D	E	F
私人文書(信件、日記、卡片)	✓		✓		✓	
社交平台(LIN賴、臉書FB、IG、部落格blog)						
影音記錄(照片、錄影、錄音)						
正式文件(證書、成績單、徽章、獎盃、獎狀、得獎作品)						
衣物(衣服、包包、鞋子、飾品配件)	✓			✓	✓	
生活用品(杯碗瓢盆、寢具家電)				✓	✓	
書				✓		
玩具(或興趣嗜好相關用品)						
專業工具(相機、美術用品、各類球具)						✓
寵物						
其他		✓				

報名參與這次活動的原因

1	父母雙親已過世數年，家中還有殘留父母親的一些東西，想在整理時，輕鬆簡單，因為弟弟還有一些放不開，放不下的能量，想疏通弟弟對雙親的情緒情感能量，讓我們整理家會有更多的共心和共識的能力。
2	感謝有妳們陪伴，抓住機會讓自己更有能力面對。
3	學會放下
4	身心俱疲，需要再反覆溝通。
5	可以與老朋友敘敘舊。
6	有療癒感

從團體前問卷，可以看到參加成員親人離世 5 年以內的只有一位，其餘從 7 年到 32 年皆有；主觀認為整理遺物的難度平均為 3 分；而難以整理遺物的原因，主要有「東西太多，不知從何開始」和「看到東西就難過，不知從何開始」；對於難以整理的遺物類別最多是「私人文書」及「衣物」。從報名活動原因，可以看出多數參加成員對於面對遺物整理，皆有很強的內在動機和意願。社工在收到報名表單後，會聯繫參加成員，請成員提供 2-3 張想要整理的遺物照片，作為第一次團體進行的素材。

（2）團體執行期：

團體成員 6 人中有 5 人先前有參加過單次性藝術創作支持團體，成員間彼此多為熟識，因此在團體開始成員很快就能進入狀況。Leader 在第一次團體邀請成員分享想要整理的遺物照片，有成員拍了丈夫生前的隨身物品，像是串珠、眼鏡等，分享自己已經丟了絕大多數丈夫的東西，剩下都是很珍惜的物品，也都好好收藏著；有成員因為先生的忌諱妹妹的東西都丟光了，連照片都難以找到；有成員則分享兒子生前嗜好用品例如:球拍、樂器等，這些他很愛玩的東西很多，但想到他很喜愛的樣子，就難以割捨，最引起大家討論的是，有成員拍了家中的神明廳及祖先牌位，成員表示這個神明廳及祖先牌位是父親過世後，母親聽了家族長輩的建議才設立的，母親過世後只剩兄弟倆生活，但兩人並未從小就有信仰，過去也沒有常常在拜拜，現在也不知道該怎麼辦才好?成員中有身為媳婦的人，也對於拜拜的麻煩和家族長輩意見的困擾深有共鳴。Leader 回應成員整理遺物的思考可以不只有丟和留，更重要的是當我們在掙扎這些物品的去留時的情感，我們能好好珍視、面對遺物的情感是很關鍵的過程。完成情感的梳理之後，我們可以從新選擇物品的去留，去可以是送人、捐贈或丟棄，留可以留實體、照片或是透過重新創作的物品來保留那份情感，都是可能的選擇。Leader 說明第二次及第三次團體，會帶領大家做不同的藝術創作，同時邀請成員回去整理第二次及第三次想要放進創作裡的照片。

第二次團體,Leader 帶領成員創作紀念手札,Leader 設計手札約護照大小，讓成員可以把想要經常看見的小物件，或家人照片經由轉印方式放進手札裡方便隨身攜帶。礙於時間的關係，在團體時間裡能完成的轉印照片數量有限，Leader 邀請成員先挑選 3-5 張學習並熟悉製作過程，其他照片轉印可以在第三次團體繼續完成。在製作手札的過程，成員非常專心及投入，手作過程總有小差錯的發生，Leader 及 Co-Leader 在一旁協助成員能順利製作出手扎基礎後。Leader 邀請成員進行照片轉印過程，有成員一開始就陷入挑選困難的挑戰，Co-Leader 陪同其討論與安排優先順序，決定後即非常認真投入照片轉印製作中，最後因為時間的關係，Leader 邀請成員先進行轉印過程的第一步，待第三次團體再完成後面的工序。

第三次團體，有成員非常期待投入手札的製作及紀念品的完成，早早就抵達，也有成員因事耽擱姍姍來遲，Leader 及 Co-Leader 則依照不同成員的需求和進度，協助其個別進行手札及紀念品的製作的工序。當有成員有階段性的完成，Leader 及 Co-Leader 就會鼓勵成員和其他成員分享成品，並拍照留念。在製作紀念品過程中，有成員不願意放家人的照片，而是選擇靈性圖片，Leader 探詢後成員才提到，與過世的父母之間有太多負面情感的糾葛，現在只想找回自己的平靜，Co-Leader 邀請成員透過身體經驗的調節方式，流動負面情緒，成員嘗試後覺得很有幫助，進而同意與 Co-Leader 後續進行一對一個案工作。有成員則主動提起，這幾周又整理出許多照片想要放進手札裡，希望團體能夠繼續,Leader 邀請有意願繼續製作手札的成員,和 Co-Leader 預約團體後的時間。

第四到六次的團體，有 3 位成員想要繼續完成手札，進行方式是以團體成員需求為主，Leader 及 Co-Leader 則是陪伴、提供材料與技術指導，3 位成員

中華民國器官捐贈協會 ORGAN DONATION ASSOCIATION, R.O.C.

在沒有時間架構的壓力之下，更能放鬆進行照片的整理和情緒的分享。有成員在第五次團體進行時，才分享之前以為妹妹的照片和東西都丟光了，後來有找到一個她的小錢包和少數一起出遊的照片，也想起來曾經和妹妹一起出遊的回憶，這也勾起另一位成員談起，過往先生總答應她以後要和她一起去哪裡玩，但說著以後以後，就沒有以後了，想起來還有些生氣，但現在她想要做好手札，帶著手札一起出國圓自己的夢。在陪伴的時光裡，成員更多的時間，一邊相互討論動手製作手札，同時又像是好姊妹之間聊天一樣，說著自己過世的孩子、丈夫和妹妹如何如何，現在生活的家人又如何如何，鼓勵彼此珍惜現在，過好生活。最後，3 位成員都完成了自己專屬回憶手札，不僅透過創作也和透過彼此分享與陪伴，重新梳理和過世家人之間的情感與回憶。

（3）團體執行後：

整理參與者的質性回饋，發現參加家屬對於團體都有回饋正向的感受，也有首次參加的家屬對於支持團體的經驗給予感謝與肯定，內容詳列如下表。

項次	內容分類	回饋問卷及悄悄話信箱質化內容摘要
1	肯定與感謝	感謝美茹老師、真睿老師用心陪伴我們，感恩
2	肯定與感謝,分享個人經驗感受	非常感謝協會讓我把兒子的思念，轉化成自製的照片
3	肯定與感謝,分享個人經驗感受	非常感恩，讓我有機會和大伙分享，讓我很療癒，我好喜歡
4	分享個人經驗感受	透過這種活動可以和老朋友敘舊並且學習新的功課開拓不同的視野又有新的作品和成就感
5	肯定與感謝	嗨!太棒了的課程

（四）關懷陪伴讀書會-「休戚相關：好好整理與經營我們的關係」關懷陪伴讀書會」

關懷陪伴讀書會	區域	預定計畫				實際執行				達成率
		梯次	堂	人次	總人次	梯次	堂	人次	總人次	
	北	1	3	45	159	1	3	53	147	堂 100%
	中	1	3	45		1	3	18		
	南	1	3	45		1	3	65		人次 92.4%
	東	1	3	24		1	3	11		

114 年的關懷陪伴讀書會，我們著重關注『關係轉化與經營』議題，正視喪親哀悼歷程中關係轉變、重新連結的情緒感受與回應，學習面對關係連結與轉變、與自我覺察情緒感受的課題。本會透過與各區域之合作醫院辦理讀書會課程，講師以開放性團體方式，藉由書籍內容導讀為素材，引導學員進行討論、自我覺察與情緒調節技巧練習如何應用在關係經營中、遺物整理經驗分享交流等，學習關照悲傷與失落的歷程，並提昇關係經營的能力。今年的讀書會，除了實體課程與線上課程同時進行外，我們在三堂主題課程之後再增列課後選讀書籍，以『陪你一起閱讀』的方式，回應學員的個別需求與後續交流。

今年關懷陪伴讀書會的合作醫院，包括：北區-亞東紀念醫院、中區-臺中榮民總醫院、南區-奇美醫院、東區-國立陽明交通大學附設醫院合作。詳細課程活動內容、各區辦理情形及服務成果詳述如下。

(一)活動內容

1.第一堂課

(1)「關係的刻意練習」：我們每個人在群體社會裡，都有著不同的關係，有些是血緣的關係，有些是我們想要努力建立的新的關係與連結，但不論是何種關係，都需要我們刻意的經營與維繫，透過書裡每個章節不同的練習，一起創造帶來幸福的關係吧。

(2)繪本-「寧靜又美麗的回憶國度」：小俊和允兒寫了封信，要給去到寧靜又美麗國度的爸爸，隨著信件的飛翔進了畫裡，小俊和允兒也一起踏上了一段神秘的旅程。

2.第二堂課

(1)「情緒覺察：情緒要上來了，怎麼辦？從觸發到平靜，轉化關係衝突，找回內在安全感」：當情緒總是以一種無法控制的狀態爆發，不只傷己更傷害關係，而情緒觸發的背後，是隱藏著創傷的過去，當我們透過處理觸發五步驟的練習，一次次協助自己與過去和解，促進關係的修復。

(2)繪本-「貓房子」：愛貓的老爺爺過世後，討厭貓的老奶奶獨自一人生活，但漸漸忘記好多事的老奶奶，連自己討厭貓咪也都忘記了，卻始終沒有忘記老爺爺最愛貓咪了。

3.第三堂課

(1)「如何清空父母的家：走過喪親之痛」：作者透過文字描繪身為獨生女，在父母接連過世後，整理滿屋子遺物的心路歷程，在整理遺物的過程中，整理的不只是物品，更多是發現不曾認識的父母或家族的故事，梳理與父母過往的關係和回憶。

(2)繪本-「思念之屋」：奶奶過世後，思念奶奶的男孩，親手打造了一個巨大的建築物，這份思念所凝聚的一股力量，帶領著男孩前往奶奶最後想留給男孩的禮物。

4.課後-陪你一起讀

(1)躲在蚊子後面的大象—那些隱藏在生活小事背後的深層情緒。

(2)你離開之後：一個女兒失去母親後的生存旅程。

(3)我也不想一直當好人：把痛苦、走偏的關係，勇敢退貨，只留下對的人。

(4)給總是因為那句話而受傷的你：不再因為相處而痛苦難過，經營讓彼此都自在的人際關係。

(二)各區場次服務成果

區域	日期/時間	活動內容	講師	參與人次		
				實體	線上	小計
北區/亞東紀念	09/03(三) 09:00-12:00	1.關係的刻意練習。 2.繪本-寧靜又美麗的回憶國度。	張美茹 社工師	10	0	10
	09/10(三) 09:00-12:00	1.情緒覺察：情緒要上來了，怎麼辦？從觸發到平靜，轉化關係衝突，找回內在安全感。 2.繪本-貓房子。	張真睿 社工專員	10	0	10

中華民國自殺防治協會 TAIWAN SUICIDE PREVENTION ASSOCIATION, R.O.C.

區域	日期/時間	活動內容	講師	參與人次		
				實體	線上	小計
醫院	09/17(三) 09:00-12:00	1.如何清空父母的家：走過喪親之痛。 2.繪本-思念之屋。	張美茹 社工師	10	0	10
中區/臺中榮民總醫院	07/26(六) 09:00-12:00	1.情緒覺察：情緒要上來了，怎麼辦？從觸發到平靜，轉化關係衝突，找回內在安全感。 2.繪本-貓房子。	張真睿 社工專員	4	2	6
	08/02(六) 09:00-12:00	1.關係的刻意練習。 2.繪本-寧靜又美麗的回憶國度。	張美茹 社工師	7	2	9
	08/09(六) 09:00-12:00	1.如何清空父母的家：走過喪親之痛。 2.繪本-思念之屋。	張美茹 社工師	6	2	8
南區/奇美醫院	09/06(六) 09:00-12:00	1.關係的刻意練習。 2.繪本-寧靜又美麗的回憶國度。	張美茹 社工師	3	1	4
	09/13(六) 09:00-12:00	1.情緒覺察：情緒要上來了，怎麼辦？從觸發到平靜，轉化關係衝突，找回內在安全感。 2.繪本-貓房子。	張真睿 社工專員	5	2	7
	09/20(六) 09:00-12:00	1.如何清空父母的家：走過喪親之痛。 2.繪本-思念之屋。	張美茹 社工師	7	2	9
東區/陽交大附醫	06/28(六) 14:00-17:00	1.關係的刻意練習。 2.繪本-寧靜又美麗的回憶國度。	張美茹 社工師	10	2	12
	07/12(六) 14:00-17:00	1.情緒覺察：情緒要上來了，怎麼辦？從觸發到平靜，轉化關係衝突，找回內在安全感。 2.繪本-貓房子。	張真睿 社工專員	7	3	10
	07/19(六) 14:00-17:00	1.如何清空父母的家：走過喪親之痛。 2.繪本-思念之屋。	張美茹 社工師	6	1	7
合計		共四場，12 堂課		85	17	102

關懷陪伴讀書會	區域	預定計畫				實際執行				達成率
		梯次	堂	人次	總人次	梯次	堂	人次	總人次	
	北	1	3	45	138	1	3	30	102	堂 100%
	中	1	3	24		1	3	23		
	南	1	3	45		1	3	20		人次 73.9%
	東	1	3	24		1	3	29		

今年關懷陪伴讀書會採取實體與線上同步的方式進行，舉辦北、中、南、東各一梯次活動，每梯次有 3 堂課，共四梯次 12 堂課，每堂課 3 小時，總時數 36 小時，共服務 102 人次，服務量達成率為 73.9%。今年北區及南區場次的人數較往年少，皆未達預期人數的七成。北區因為參加成員今年以器捐家屬為主佔 9 成，未特別向醫護及志工宣傳課程，因此參加人數沒有往年多；南區則因為其中有課程和成大醫院追思活動撞期，影響家屬報名意願。今年成員參加方式以實體居多約佔八成，線上參加人次僅佔不到二成，相較於前幾年有逐年減少的趨勢，顯示疫情後大家選擇參與活動的方式仍會以實體為優先。未來會考量服務需求再評估，線上課程的持續與否。

陪你一起讀	課後閱讀書目	陪讀者	服務量
學習理解不同喪親經驗與心理調適歷程。	1.躲在蚊子後面的大象—那些隱藏在生活小事背後的深層情緒。 2.你離開之後：一個女兒失去母親後的生存旅程。 3.我也不想一直當好人：把痛苦、走偏的關係，勇敢退貨，只留下對的人！。 4.給總是因為那句話而受傷的你:不再因為相處而痛苦難過，經營讓彼此都自在的人際關係。	張真睿社工專員	共 2 人，5 人次，5 小時

日期/時間	陪讀書籍	讀者身分	區域	陪讀人
08/01/16:30-17:30	躲在蚊子後面的大象—那些隱藏在生活小事背後的深層情緒	醫護人員	東區	張真睿社工專員
08/7/15:30-16:30	給總是因為那句話而受傷的你:不再因為相處而痛苦難過,經營讓彼此都自在的人際關係	醫院志工	中區	
08/12/14:30-15:30				

今年『陪你一起閱讀』，回應學員的個別需求與後續交流。今年有二人預約共 3 人次的陪讀服務，登記陪讀者有醫護人員及醫院志工，選擇的陪讀書籍也都不同。在陪讀過程中，社工依照學員閱讀的心得或生活上的困擾來聚焦討論的重點，例如醫護人員因為自己在伴侶關係互動中遇到很多的挑戰，透過書籍的內容及社工引導，看到自己在關係經營上的盲點，回映到臨床工作以往對於不夠細心的照顧者特別是先生，會容易有情緒，發現是自己有投射，有了這份看見與理解，對於男性照顧者也能有更多的耐心來引導及鼓勵。而醫院志工則在陪讀過程，更關注自己與家人互動的困擾，從書本的案例中去回看自己與家人互動的情境，藉由書本的方法協助志工了解自己的情緒狀態，以及練習如何陪伴自己的情緒梳理與調節。『陪你一起閱讀』雖服務人次少，但從陪讀過程中，能夠更細緻了解成員個別狀況，並回應其需求，這的確補足在讀書會課程中無法做到的部分。

為了能收集更多質化的評估資料，我們在每堂下課都會請大家填寫悄悄話信箱，今年所收到的質化資料包括從回饋問卷及悄悄話信箱裡，填寫的內容除了單純感謝、回饋課程內容學習心得及提問等，不同面向的回饋內容，讓我們知道參與者的學習成效。整理質化回饋內容摘要如下表。

(三)質化資料彙整

1.回饋問卷質化內容：

項次	內容分類	回饋問卷質化內容摘要(對課程印象深刻的部分、想說的話及悄悄話信箱)
1	分享個人經驗感受	總是被觸發而無法收拾夫妻關係
2	課程建議	可以增加對護理師教導與喪親家屬、自我調適的課程
3	回饋課程內容學習心得	常說斷捨離，但無認真思考三個字的真意及自己的感受，這堂課讓我重新思索這三個字最強烈的部分及意義。
4	分享個人經驗感受	第一次接觸談遺物的議題，聽的過程也有很多反思，辛苦了!
5	回饋課程內容學習心得	刻意練習，很多在乎的關係，可以、必須，刻意去練習!!
6	回饋課程內容學習心得	情緒覺察，覺察時能如何處理自己的情緒
7	分享個人經驗感受	喜歡如此互動的讀書會
8	回饋課程內容學習心得	因為所選之書很能契合家屬的需要
9	分享個人經驗感受	有朋友相聚在一起談談內心的感受是一個難得的機會
10	分享個人經驗感受	重新找回自信心，找回生活的重心，了解自己需要做什麼事情。
11	肯定與感謝,回饋課程內容學習心得	非常希望可以繼續參加活動，學習到舊物整理很重要，謝謝老師
12	回饋課程內容學習心得	協會秘書長和社工師真睿一直很用心在規劃器捐家屬陪伴的課程，希望協會的訊息能有更多的人知道，並一同參與!!:)
13	肯定與感謝,分享個人經驗感受	謝謝主講老師及亞東醫院的負責人員，有你們的付出，讓我能更快樂的活每一天
14	肯定與感謝	助益良多
15	肯定與感謝	精采生動
16	回饋課程內容學習心得	觸發五步驟，可經由觸發了解自己情緒的緣由，找到答案
17	回饋課程內容學習心得	繪本，以及書本的內容介紹，配合講師說明和舉例，像遺物整理的包包製作
18	回饋課程內容學習心得	遺物整理，具體化，可快速嘗試
19	回饋課程內容學習心得	要常常整理自己的心之物，對境才能覺察
20	回饋課程內容學習心得,分享個人經驗感受	1、第一堂課的課程中，老師帶著我們回顧自己過去的經歷，並從中灌入觸發五步驟進行練習，對我來說很多過去難解的情緒，都能依靠這個方式解開並修復，未來我也會多善用此方法。 2、第三堂課老師分享遺物整理的部分，讓我不禁流下眼淚～因為父親因病早逝，所以年幼的我有參與到整理遺物的部分～真的很揪心呀～
21	回饋課程內容學習心得	內容安排豐富!!
22	回饋課程內容學習心得	老師投入的心境很棒，很實際
23	肯定與感謝,回饋課程內容學習心得	活動很棒，很有收穫，雖然還需不斷練習練功，但有醍醐灌頂之感，感謝協會與老師們
24	課程建議	希望課程次數可增加
25	肯定與感謝,回饋課程內容學習心得	謝謝老師們辦理本場讀書會，充實的三堂課，收穫滿滿！
26	回饋課程內容學習心得	東西就是要流動，我們擁有它只是暫時的，讓東西在人世間
27	回饋課程內容學習心得	遺物整理，更加了解到清空不代表消失，而是帶著新事物(換個方式)一起生活。
28	回饋課程內容學習心得	實際物品整理重新設計手作包，觸動人心
29	肯定與感謝	很謝謝協會長期辦理讀書會課程

中華民國器官捐贈協會 ORGAN DONATION ASSOCIATION, R.O.C.

項次	內容分類	回饋問卷質化內容摘要(對課程印象深刻的部分、想說的話及悄悄話信箱)
30	肯定與感謝,回饋課程內容學習心得	老師很棒，語速及內容容易讓人吸收，很多收穫
31	肯定與感謝	很喜歡上課的內容
32	肯定與感謝,回饋課程內容學習心得	感謝講師用心分享書的內容，讓我可輕鬆掌握書籍重點
33	肯定與感謝	謝謝用心準備，辛苦了!
34	肯定與感謝	非常感謝團隊人員用心規劃，不遠千里南下辦讀書會，帶給我滿滿的收穫
35	回饋課程內容學習心得	講師分享實務經驗，繪本影片
36	回饋課程內容學習心得	實際練習
37	回饋課程內容學習心得	能詳細逐一導讀
38	回饋課程內容學習心得	暫停的練習
39	回饋課程內容學習心得	手作物影片分享

（五）全國器官捐贈者家屬聯誼秋季營

1. 辦理日期：114 年 11 月 01 日(週六)至 11 月 02 日(週日)。
2. 辦理地點：南投日月潭青年活動中心。
3. 成員參與情形：

區域	戶數	人數
北區	11 戶	20 人
中區	6 戶	10 人
南區	14 戶	32 人
東區	0 戶	0 人
合計	31 戶	62 人

4. 活動內容摘要：

(1)【香草紓壓】:

講師講解香草植物在日常生活中的各項運用，邀請成員可以動手調製香草茶飲品嘗，並帶領成員製作艾草香草槌，完成後邀請成員一起練習使用香草槌敲打身體經絡，緩解身體緊繃與酸痛。

(2)【活力有氧】:

講師第一階段帶成員在椅子上進行有氧活動，壞身體有機會暖身及活動起來，第二階段則運用遊戲方式,讓全身動起來,也讓成員之間有更多互動與歡笑。

(3)【晚會】:

晚會邀請理事長太太羅姊上台致詞，並讓成員可以點唱喜愛的歌曲，開心同樂。

(4)【水之呼吸】:

講師帶領成員透過呼吸及動作，練習身體覺察及神經系統調節方法。

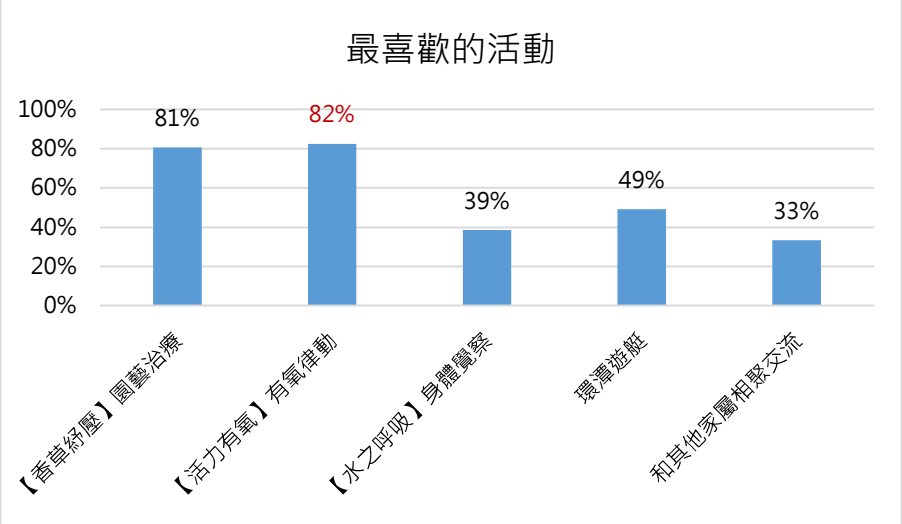
(5)【環潭遊艇】:搭乘日月潭環潭遊艇，欣賞美麗的湖光山色。

中華民國器官捐贈協會 ORGAN DONATION ASSOCIATION, R.O.C.

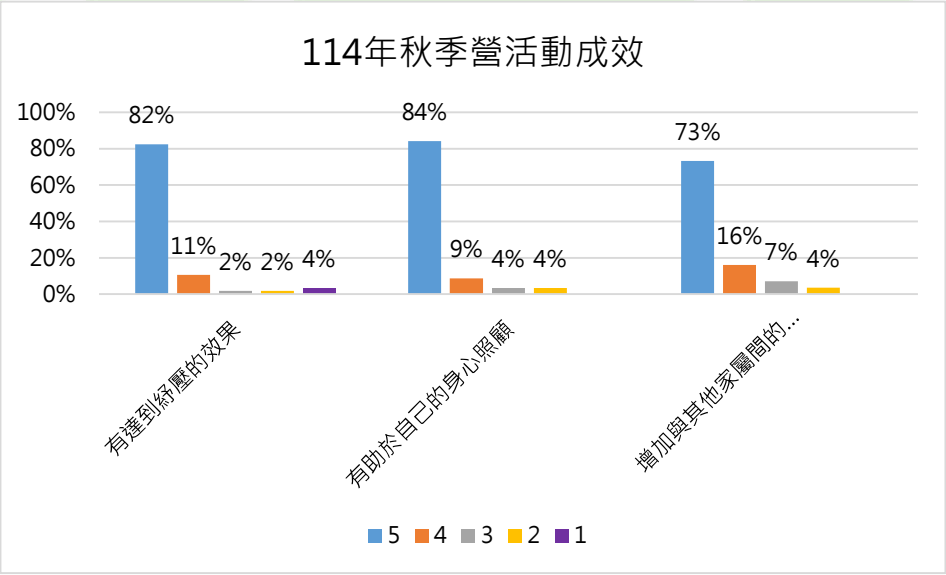
5.問卷回饋：

參加家屬共 62 位，共發放 62 份問卷，回收 58 份，回收率 93.5%。回收的問卷中部分題目家屬有漏答情形，則以有實際填答的份數做統計。

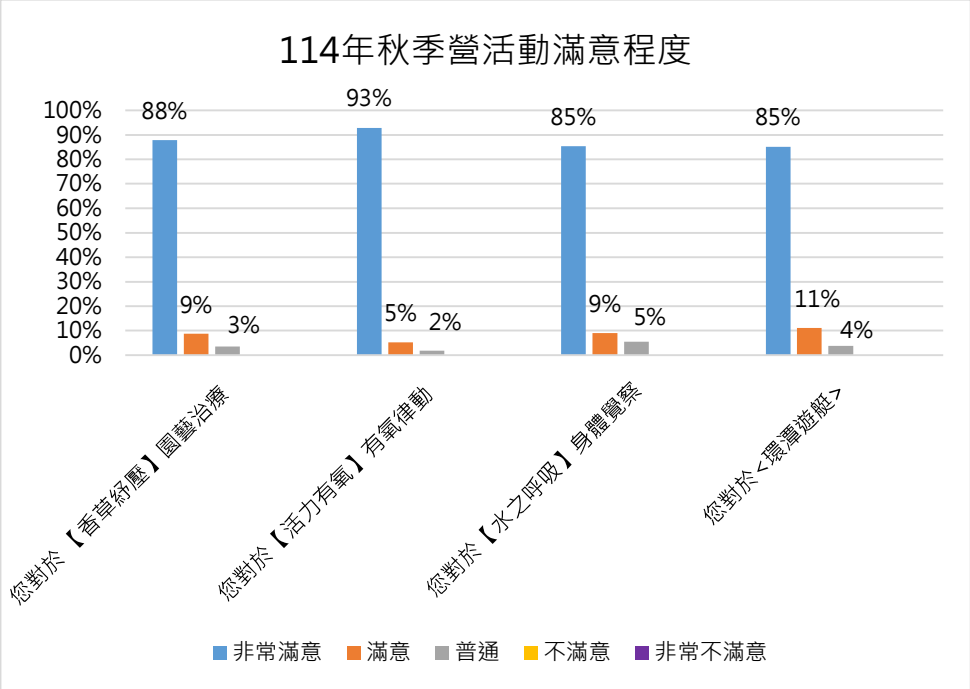
今年的活動安排中，「活力有氧」及「香草紓壓」這兩堂課排第一及第二受到高達八成以上的成員喜愛，獲得極大的迴響。



這兩天活動，成員回饋紓壓的效果五分者高達 82%；有助於自己身心照顧回饋五分高達 84%；有增加與其他家屬間的交流互動回饋五分者較少仍有 73%。顯示活動對於參加成員身心紓壓及增進家屬間交流，有著顯著成效。

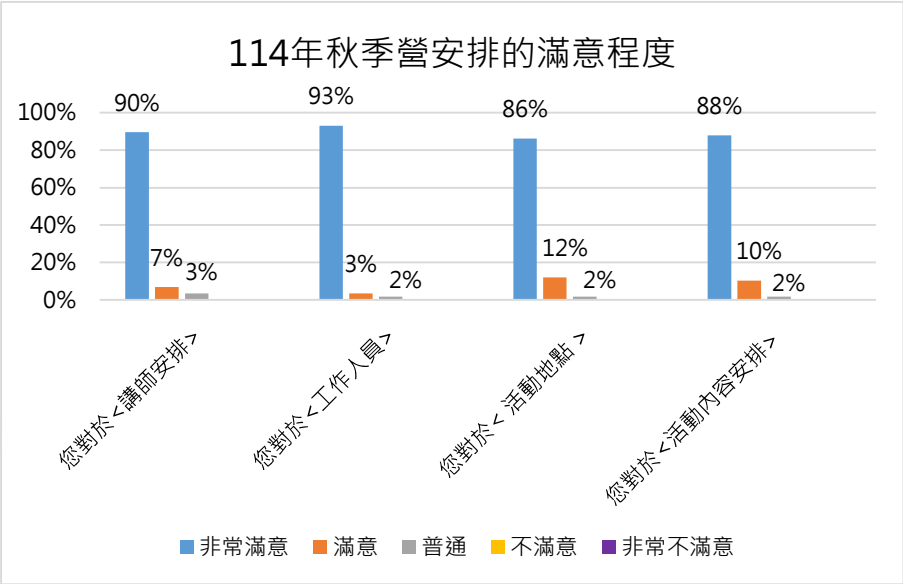


今年秋季營的各項活動中，「活力有氧」有高達 93%家屬回饋非常滿意，而「香草紓壓」獲得 88%家屬回饋非常滿意，「水之呼吸」和「環潭遊艇」則並列有 85%家屬回饋非常滿意。整體而言，家屬對於各項安排活動滿意度都蠻高的，仍有少數 2-5%表達不滿意。

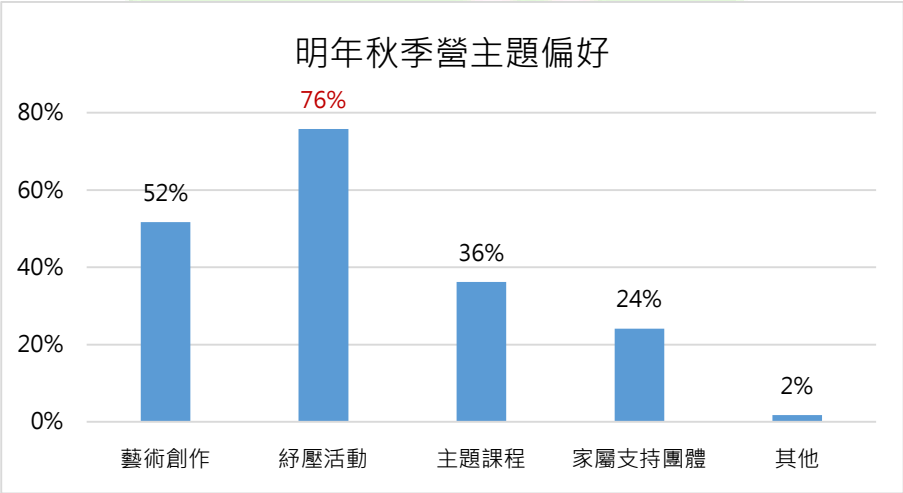


成員對於講師及工作人員的安排有高達九成回饋非常滿意，對於活動地點和活動內容有八成五以上回饋感到非常滿意，對於活動安排則有少數 2-3%成員回饋表示不滿意。

中華民國器官捐贈協會
ORGAN DONATION ASSOCIATION, R.O.C.



成員對明年課程有興趣的主題，第一名為「紓壓活動」有高達 76%，遠超過第二名「藝術創作」的 52%，可參考此調查結果安排明年活動主題。



部分成員在問卷留言或悄悄話信箱回饋活動感受：

項次	內容分類	回饋問卷及悄悄話信箱質化內容摘要
1	肯定與感謝	感謝有您!心中有愛!用心策劃，收穫滿滿，祝福協會越來越優
2	肯定與感謝	真心感恩，謝謝您們
3	肯定與感謝	講師的用心，工作人員的服務都是每次活動想參與的動力
4	肯定與感謝，建議	"1.感謝協會及其同仁的用心舉辦，辛苦了! 2.期盼可擴大舉辦，讓想參加的家屬可以不受人數的限制，無法同行(可自費參加)"
5	肯定與感謝	"1.感謝服務人員的辛勞! 2.餐食很棒，極優!"
6	肯定與感謝	非常感謝!此回活動非常受用，在紓壓成長、親情連結上都很成功。

中華民國器官捐贈協會 ORGAN DONATION ASSOCIATION, R.O.C.

項次	內容分類	回饋問卷及悄悄話信箱質化內容摘要
7	肯定與感謝,建議	感謝貴協會用心安排療癒課程，感謝。
8	肯定與感謝	辛苦了!衷心感謝!
9	肯定與感謝	非常感謝這次的活動
10	建議	菜色有點少
11	肯定與感謝	很棒棒了!可以更多的經驗探討與互動，謝謝!工作人員小張、大張、老師們的用心與愛心!
12	建議	通知單上煩留志工的行動電話號碼
13	建議	PS:集合地點可否明確一些
14	肯定與感謝	很快樂的一家人
15	肯定與感謝	很好，很舒壓
16	肯定與感謝，分享個人經驗感受	真的很感謝舉辦此次如此療癒的活動。也很感謝所有對此次活動的老師們，讓我忘卻失去親人的傷痛，得到無比的舒壓，難以用言語表達，除了感動還是感動，謝謝
17	肯定與感謝	此次辦的很棒，活動安排很棒
18	肯定與感謝，分享個人經驗感受	很感謝器協，讓我找到更好的自己
19	肯定與感謝	日月潭之旅安排很好，空氣新鮮，環山翠綠，非常棒的行程
20	肯定與感謝	非常感謝您們用心的安排活動，辛苦了
21	肯定與感謝	謝謝協會的用心，非常感謝，希望以後還能堅持下去，我們將盡全力支持和參與
22	肯定與感謝	感謝協會用心關懷，照顧器捐家屬，讓家屬有家的感覺
23	肯定與感謝	感恩協會，盡心力辦活動，很開心彼此家眷相見歡
24	建議	我們一起進步，雖然不是旅遊專業性質，可以進步的空間非常大，我們一起攜手、前進一起努力。
25	肯定與感謝	謝謝你們，愛你們哦....!
26	肯定與感謝	非常好
27	肯定與感謝	很好
28	建議	辛苦了!這是我的小小建議!希望主辦單位能利用難得聚集相聚之時光，不僅吃喝玩樂，更可借機宣導器捐及自主權的差異及可宣導介紹我們特殊的身分、見證分享
29	肯定與感謝	感謝再感謝
30	肯定與感謝	非常滿意
31	肯定與感謝	您們都很 Nice!
32	肯定與感謝	讓器捐家屬可以交流的管道，感謝協會人員
33	肯定與感謝	餐點好吃，好好睡哦!
34	肯定與感謝	增進家屬團體間認識，大家超有愛，餐點好吃好飽哦!:)
35	肯定與感謝，分享個人經驗感受	每一次參加活動都感動不已，謝謝每次的安排，你們的用心和服務都是參與活動的動力。
36	肯定與感謝	真心感謝!
37	肯定與感謝	優質的協會，優質的活動，優質的協會服務，同仁，謝謝
38	肯定與感謝	很開心可以參加活動，感覺變年輕了
39	肯定與感謝	感謝協會安排各種課程內容豐富，我很滿意

整體而言，成員對於主要課程及各項安排，滿意度幾乎高達八成，成員回饋各項活動成效五分以上者也達七成以上，顯示活動對於參與成員有很大的助益。

中華民國器官捐贈協會
ORGAN DONATION ASSOCIATION, R.O.C.

【秋季營活動花絮】

中華民國器官捐贈協會
ORGAN DONATION ASSOCIATION, R.O.C.

貳、 結語：

114 年度的方案我們以「關係經營」為主軸，藉由四個不同服務策略，包括個案工作、成長工作坊、支持團體及關懷陪伴讀書會所設計的操作目標，來回應器捐家屬在悲傷歷程中，其中悲傷任務裡生活調適及轉化情感與成長的主題，增強器捐家屬對生者關係經營與逝者關係重建與情感轉化的能力，達到自我的轉化與成長。我們將服務成效、預期指標、評估工具、分析結果之間的邏輯關係，整理如下表格，並於相關統計圖表之後詳述各項成效綜合說明。

一、服務成效一：練習整理逝者回憶助於情感轉化。

整體目的	114 年度的方案，我們以「關係經營」為主軸，回應悲傷任務中生活調適及轉化情感與成長的主題，增強器捐家屬對生者關係經營與逝者關係重建與情感轉化的能力，達到自我的轉化與成長。		
服務成效	成效一：練習整理逝者回憶助於情感轉化。		
預期指標	1.有 80%個案開始練習整理逝者回憶，認為整理回憶有助於悲傷情感的轉化。	2.有 80%參與團體的成員有學習到整理回憶的方法非常多或蠻多。	3.有 80%參與團體的成員認為整理回憶有助於悲傷情感的轉化非常多或蠻多。
工具	1.個案處遇紀錄表。	1.114 年憶苦思甜支持團體回饋問卷。 2.114 年拾物憶新，舊愛新象支持團體回饋問卷。 3.團體活動紀錄表。 4.悄悄話信箱問卷。	1.114 年憶苦思甜支持團體回饋問卷。 2.114 年拾物憶新，舊愛新象支持團體回饋問卷。 3.團體活動紀錄表 4.悄悄話信箱問卷。
分析結果	1.有 51.5%個案開始練習整理逝者回憶，認為整理回憶有助於悲傷情感的轉化。	2.有 69.7%參與團體的成員有學習到整理回憶的方法非常多或蠻多。	3.有 62.1%參與團體的成員認為整理回憶有助於悲傷情感的轉化非常多或蠻多。

(一)服務成效一：練習整理逝者回憶助於情感轉化。

(1)**成效評估指標 1-1**：有 80%個案開始練習整理逝者回憶，認為整理回憶有助於悲傷情感的轉化。

「個案工作」的部分，我們以參加支持團體、成長工作坊、關懷陪伴讀書會的活動紀錄，及個案處遇紀錄中，評估今年 33 名個案是否開始練習整理逝者回憶、辨別悲傷相關的情緒類型及悲傷情感轉化的發生與否。相關資料整理如下表：

評估項目	練習整理逝者回憶	辨別悲傷相關的情緒	悲傷情感的轉化
案	17	11	7

從上表可以看到已經有 17 案(佔 51.5%)個案可以開始練習整理逝者的回憶，其中 11 案(佔 31.4%)可以進一步辨別各種悲傷相關的情緒，7 案(佔 20%)自評能夠轉化悲傷情感。社工從會談裡發現個案對於回憶所引發的悲傷相關情緒多半感到情緒太多難以消化，故盡量避免碰觸情緒，回到過去壓抑情緒的模式中，而較難進展到轉化悲傷的歷程，但個案若願意持續穩定會談，對於協助悲傷情感的轉化會很有幫助，因為個案通常認知的情感轉化會以全有或全無來認定有效或無效，但透過會談讓個案學習情感轉化過程有時候是一點點小小的轉變慢慢累積而來，需要一些耐心重複練習轉化的情感的過程，如何讓個案能願意持續穩定會談，則仍是很大的挑戰。以下擷取部分會談內容說明。

1. 個案在會談時談到「我想到過去爸媽的記憶就覺得很恐怖，上次在社工老師的引導之下覺得好一點了，但怎麼這次想到又還是一樣很害怕。」。「社工老師我想跟你分享，我覺得妳教我的方法真的讓我進步很多，我雖然想到爸媽的過去還是會不舒服，但程度降低很多，也比較知道怎麼穩定自己」。
2. 案主表示「我總覺得妹妹走了四年了還是這麼痛，就很難受，跟你一起練習比較有效，自己練就沒什麼用，就很想要有一顆藥吃下去就都好了，那多好。」。

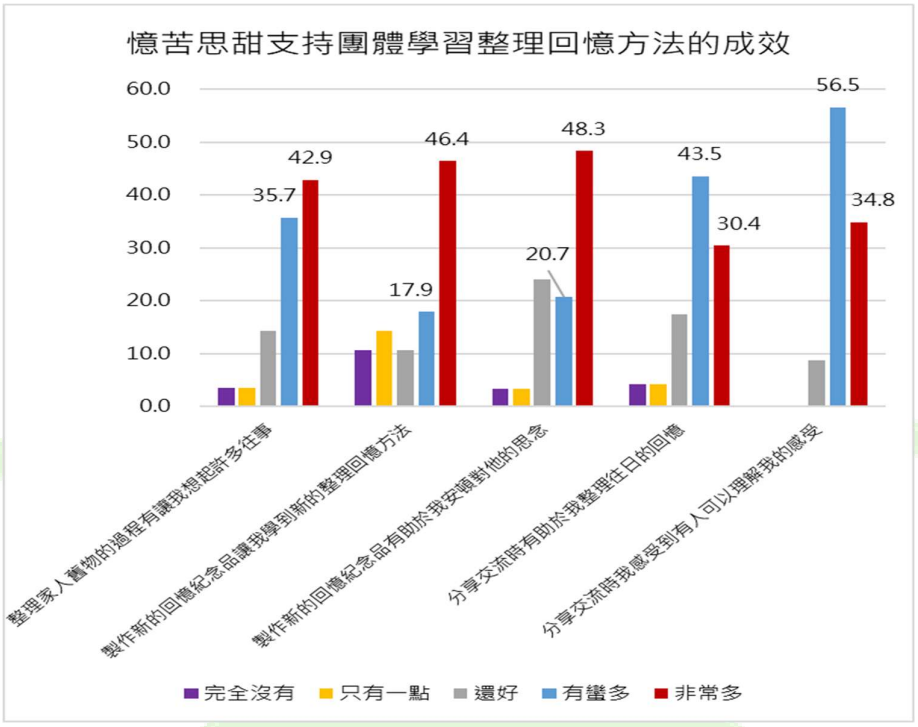
對於多數個案而言，開啟回憶不是一件容易的事，持續在悲傷情緒上工作更需要投注心力與耐心，因此，也有個案寧可逃避不想談起過去，整體成效雖不如預期，但卻是非常切合個案需求的工作，未來也會需要在這個主題上發展更多能夠協助個案的策略與方法。

(2)**成效評估指標 1-2**:有 80%參與團體的成員有學習到整理回憶的方法非常多或蠻多。

我們透過設計單次性藝術創作支持團體「憶苦思甜支持團體」及持續性藝術創作支持團體「拾物憶心，舊愛新象支持團體」的服務策略來達成提升器捐家屬學習到整理回憶的方法，**前者實際成效為 75.4%，後者實際成效為 64%，均未達到 80%的預期成效**。以下將詳細分述兩個不同服務策略的成效內容。

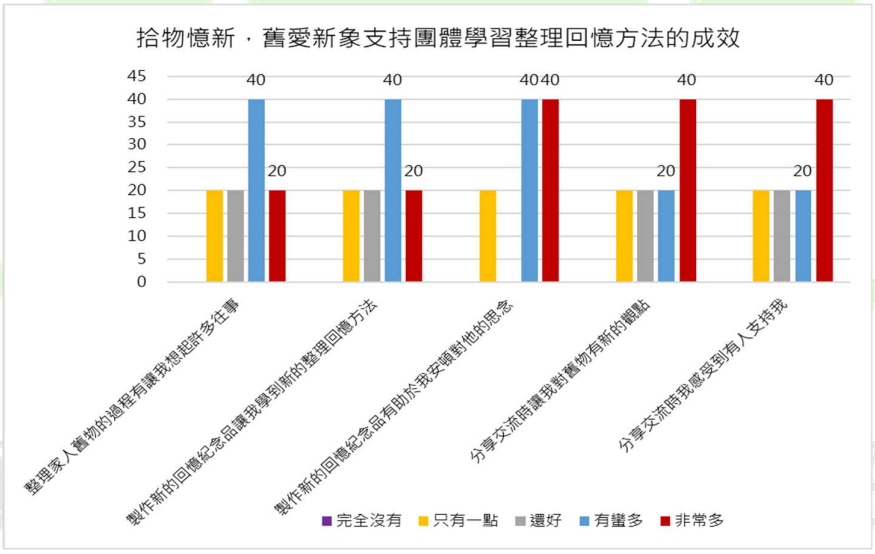
1.單次性藝術創作支持團體：「憶苦思甜支持團體」

中華民國器官捐贈協會
ORGAN DONATION ASSOCIATION, R.O.C.



從上圖參加成員的回饋問卷統計可以發現，約有 6-7 成的成員認為透過藝術創作及分享交流，是有助於整理回憶和安頓對逝者的思念非常多或有蠻多，雖未達原預期成效，但團體中分享交流有助成員感受被同理是很重要的支持，讓成員能夠持續梳理回憶與感受而不被淹沒。

2. 持續性藝術創作支持團體：「拾物憶心，舊愛新象支持團體」



從上圖參加成員的回饋問卷統計可以發現，約有 6-8 成的成員認為透過藝術創作及分享交流，是有助於整理回憶和安頓對逝者的思念非常多或有蠻多，雖未達原預期成效，有半數成員對於持續性的支持團體主動要求希望團體可以繼續，可見團體有契

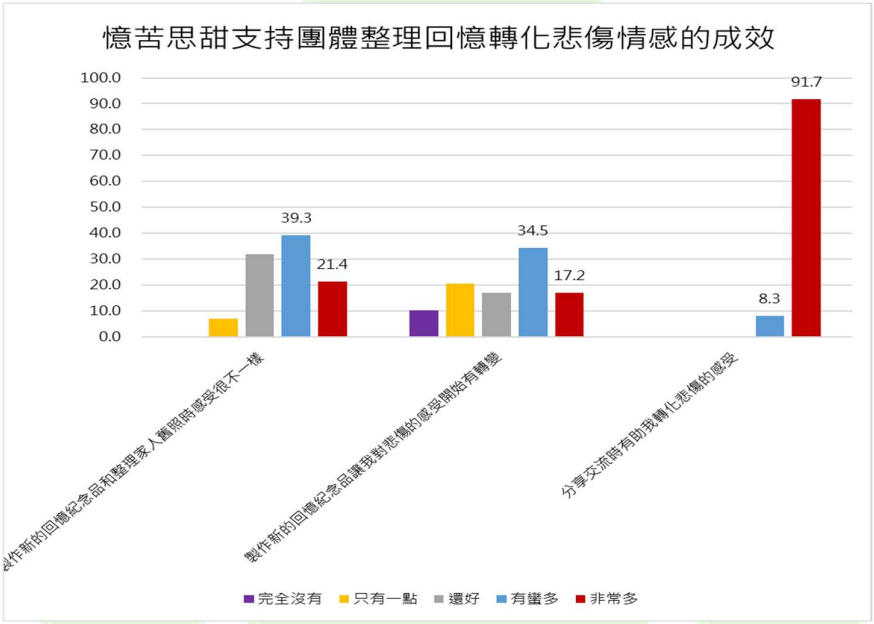
中華民國器官捐贈協會 ORGAN DONATION ASSOCIATION R.O.C.

合成員的需求，為滿足成員時間的需要，因此在團體結束後又增加了 3 次陪伴時光。但可惜的是在 3 次陪伴時光之後的成效並未再次施測，而無法評估成員在陪伴時光後的轉變。

(3)**成效評估指標 1-3**：有 80%參與團體的成員認為整理回憶有助於悲傷情感的轉化非常多或蠻多。

我們透過設計單次性藝術創作支持團體「憶苦思甜支持團體」及持續性藝術創作支持團體「拾物憶心，舊愛新象支持團體」的服務策略來協助器捐家屬學到整理回憶悲傷情感的轉化的方法，**前者實際成效為 70.8%，後者實際成效為 53.3%**，均未達到80%的預期成效。以下將詳細分述兩個不同服務策略的成效內容。

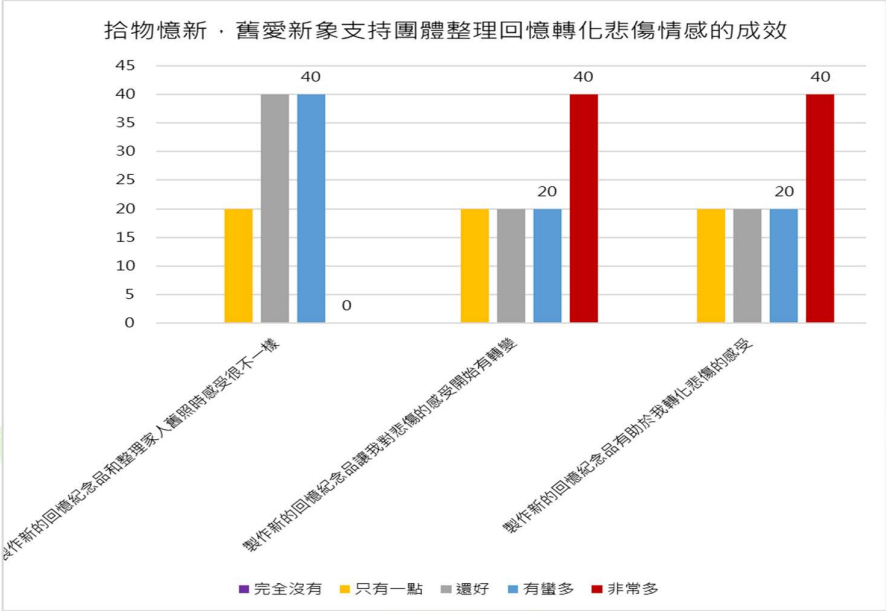
1. 單次性藝術創作支持團體：「憶苦思甜支持團體」



從上圖參加成員的回饋問卷統計可以發現，約 5-6 成的成員認為透過藝術創作流，是有助於轉化情感非常多或有蠻多，而所有成員皆認為分享交流有助於轉化悲傷的感受。由此可知在團體中分享交流是對於轉化悲傷情感的重要管道。

2. 持續性藝術創作支持團體：「拾物憶心，舊愛新象支持團體」

中華民國器官捐贈協會
ORGAN DONATION ASSOCIATION, R.O.C.



從上圖參加成員的回饋問卷統計可以發現，約 4-6 成的成員認為透過藝術創作流，是有助於轉化情感非常多或有蠻多，而有 6 成員認為分享交流有助於轉化悲傷的感受。但可惜的是在 3 次陪伴時光之後的成效並未再次施測，而無法評估成員在陪伴時光後的轉變。故「練習」確實有助於情感轉化，然探索、覺察、轉化，每個人所需要的歷程時間不一，未來服務成效指標可再調整評值內容與方式，以更精確瞭解實際服務成效。

二、服務成效二及服務成效三

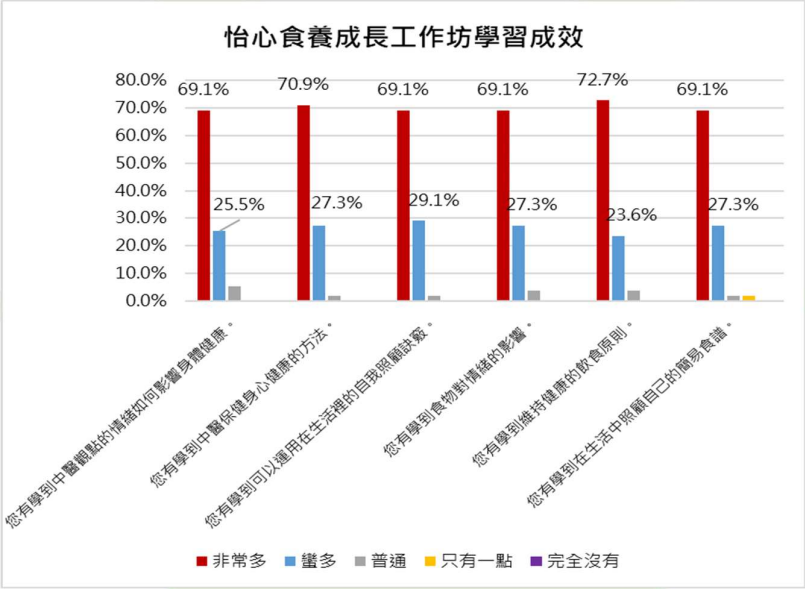
整體目的	114 年度的方案，我們以「關係經營」為主軸，回應悲傷任務中生活調適及轉化情感與成長的主題，增強器捐家屬對生者關係經營與逝者關係重建與情感轉化的能力，達到自我的轉化與成長。	
服務成效	成效二：學習自我照顧方法。	成效三：學習關係經營知識與技巧。
預期指標	有 85%參與成長工作坊成員自評學習到自我照顧方法非常多或蠻多。	有 85%參與成長工作坊成員自評學習到自我照顧方法非常多或蠻多。
工具	1.114 年怡心食養成長工作坊回饋問卷。 2.團體活動紀錄表。 3.悄悄話信箱問卷。	1.114 年關懷陪伴讀書會問卷二：課後問卷。 2.團體活動紀錄表。 3.悄悄話信箱問卷。
分析結果	有 96%參與成長工作坊成員自評學習到自我照顧方法非常多或蠻多。	有 66.7%參與讀書會的成員自評學習到關係經營的相關知識非常多或蠻多。

(二)服務成效二：學習自我照顧方法。

(1)成效指標：有 85%參與成長工作坊成員自評學習到自我照顧方法非常多或蠻多。

中華民國器官捐贈協會 ORGAN DONATION ASSOCIATION, R.O.C.

成效指標我們設計透過「成長工作坊」的服務策略來達成協助捐贈者家屬學習到自我照顧的方法。**透過課後回饋問卷評估成效指標為 96%，有超過 85%的預期成效。**



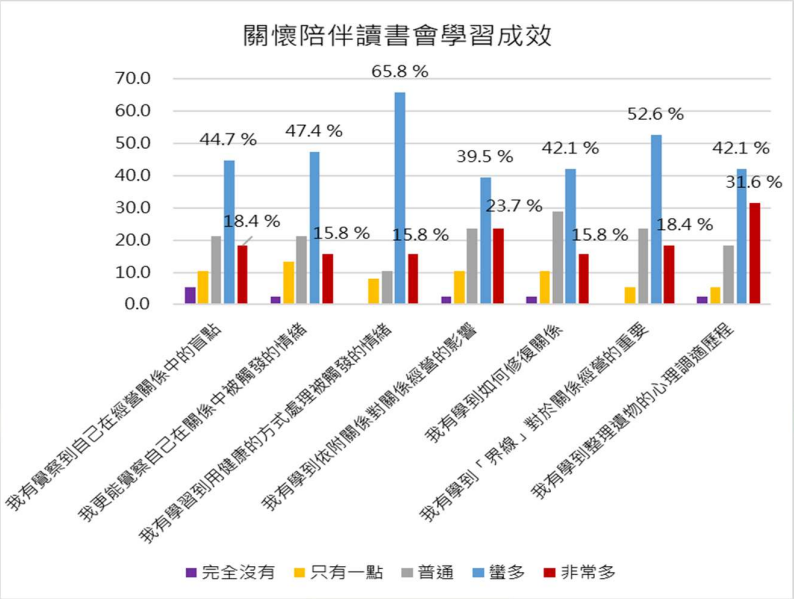
從上圖可以發現參加怡心食養成長工作坊有高達 9 成的成員，回饋不論是在中醫或是營養的課程，皆有學習到非常多或蠻多可以運用在生活中的自我照顧方法，像是中醫觀點的情緒影響身體的理論、中醫保健身心健康的方法、食物對情緒的影響、維持健康的飲食原則及生活裡自我照顧的訣竅等。顯示在今年的課程安排，對捐贈者家屬而言非常有助益的。

(三)服務成效三：學習關係經營知識與技巧。

(1)成效評估指標：有 80%參與讀書會的成員自評學習到關係經營的相關知識非常多或蠻多。

成效指標我們設計透過「關懷陪伴讀書會」的服務策略來達成學習到關係經營的相關知識。**透過課後回饋問卷評估成效指標為 67.7%，未達到 80%的預期成效。**

中華民國器官捐贈協會
ORGAN DONATION ASSOCIATION, R.O.C.



從上圖可以發現參加關懷陪伴讀書會的成員，有超過 8 成 5 的成員反饋對他人的情緒變化更加敏銳、對自己的情緒變化有更多的覺察和更懂得如何與自己的情緒相處非常多或蠻多。顯示在關懷陪伴讀書會課程裡的練習，確實是有助於成員增強覺察情的能力。而成效低於原預期目標，可能來自課後回饋問卷，以完整三場均參與的成員較容易回饋意見。今年有較高比例成員未完整參與三場，故部分回饋較無法呈現具體意見。

二、整體方案執行之檢視，及未來改善計畫

整體而言，今年服務計畫，在整體服務量各項服務策略均有達到預期，但其中各區實際服務量差異仍大。而在服務成效方面，今年成長工作坊參加成員回饋服務成效和其他服務策略相比是最高，其他服務策略不論是支持團體或關懷陪伴讀書會成效皆未完全達預期。而從成員的回饋可以看到，我們所提供的服務內容，器捐家屬認為確實有獲得改變及正向支持的助益，當然，我們也從檢視執行過程細節中發現未來服務可努力的空間，分析如下：

(一)團體歷程需要足夠的時間醞釀發酵

北區器捐家屬對於支持團體的參與度是北中南東四區中最高的，今年的持續性支持團體，成員在最後一次團體結束前，主動表達想要有更多時間陪伴其走的更深入，也因此延伸了團體後的陪伴時光，透過陪伴時光讓成員有足夠的時間依照自己的步調，慢慢整理回憶和梳理情緒，讓成員的內在歷程和創作過程都可以走完。有參加陪伴時光的成員表示在團體後的聚會，感覺更自在、從容，能在伙伴、Leader 和 Co-leader 的陪伴下按照自己的步調慢慢整理與分享情緒並完成創作，完成後看著作品中的照片感覺都不一樣了。未來我們也將會規畫團體後的陪伴時光，讓準備好的家屬能夠獲得足夠的時間完成其內在整理、轉化與安頓的歷程。

(二)整理回憶與轉化悲傷情感，質性回饋很正向但服務量成果未達預期

對於喪親的器捐家屬而言，與過世親人之間的關係，因為悲傷情緒的籠罩，而陷於其中而無法轉化與重建和過世親人的關係。今年服務主軸為關係經營，透過支持團體及關懷陪伴讀書會，我們陪伴器捐家屬經由整理遺物來碰觸這個重要的議題。對於跨出這一步來參加此活動主題的器捐家屬，這個議題非常重要，卻也非常難，即使勇於來參加的支持團體的器捐家屬，雖有在團體過程中感受到變化，也很難在短短的活動中走完所有的歷程。關於悲傷每位器捐家屬的轉化歷程不同，透過支持團體有一正向經驗的開啟，讓器捐家屬知道本會有相關資源可陪伴協助其穿越。在支持團體中，陪伴家屬透過整理遺物和回憶來轉化悲傷情感的經驗，今年也在「2025 第七屆華人地區醫務社會工作國際研討會」發表分享實務經驗，獲得社工領域夥伴的肯定與好評，期盼未來在這個議題上，本會也能發展出更多的方式陪伴器捐家屬在悲傷與失落的歷程中穩步前行。

(三)自我照顧課程回饋熱烈

今年成長工作坊課程參加成員給予高度肯定，認為從中醫及營養兩種不同觀點的情緒照顧方法的學習，很實用也很能夠落實在生活中應用，讓器捐家屬在喪親後的生活適應過程，有更多知識和方法可以照顧自己與家人。透過非直接碰觸悲傷議題的課程，吸引器捐家屬來接觸本會的服務方案，進而有機會嘗試或使用本會的其他服務方案探索其喪親需求議題。

中華民國器官捐贈協會
ORGAN DONATION ASSOCIATION, R.O.C.

地址:10683 台北市大安區信義路四段 24 號 6 樓

電話：02-27025150　　傳真：02-27025393

聯絡信箱：office@organ.org.tw

本會網址：https://www.organ.org.tw/

臉書粉專：https://www.facebook.com/organassociation/

中華民國器官捐贈協會
ORGAN DONATION ASSOCIATION, R.O.C.