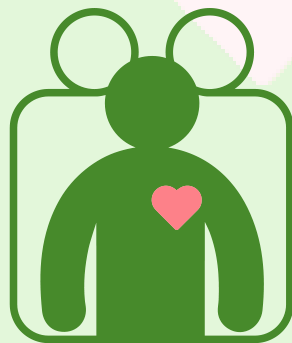


112 年度 中華民國器官捐贈協會

工作成果報告



執行期間：112 年 01 月 01 日至 112 年 12 月 31 日

中華民國器官捐贈協會

ORGAN DONOR ASSOCIATION, R.O.C. 中華民國 一 一 三 年 十 二 月 三 十 日

財務資料

113 年業務預算一經費預算

社團法人中華民國器官捐贈協會 113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	400,000	以100人預估
家屬活動-成長工作坊、個案	880,000	
家屬活動-藝術創作支持團體	130,000	
關懷陪伴讀書會	150,000	
語窩歡樂學苑	20,000	
宣導活動及用品	120,000	摺頁,小冊,信封,卡等
會刊編印、郵寄費	150,000	三期
器捐三分鐘教室	150,000	
小 計	2,000,000	

中華民國器官捐贈協會

ORGAN DONATION ASSOCIATION, R.O.C.

112 年收支表

社團法人中華民國器官捐贈協會

112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	2,732,384	
入會費收入	3,000	
常年會費收入	135,000	
捐款收入	1,722,414	
利息收入	615	
專案計劃收入	871,355	
本會經費支出		3,746,997
人事費－員工薪資		1,843,388
獎金		15,000
保險費		212,195
退休金		91,368
辦公費－文具雜誌費		74,073
印刷費		34,000
水電燃料費		20,930
旅運費		6,463
郵電費		75,756
租賦費		387,000
修繕維護費		20,000
其他辦公費		38,606
業務費－會議費		57,750
聯誼活動費		188,922
業務推廣費		533,171
會刊編印費		122,277
團體保險費		12,229
其他業務費		13,869
購置費		-
本期餘絀		-1,014,613

ORGAN DONATION ASSOCIATION, R.O.C.

112 年度工作成果報告

目錄

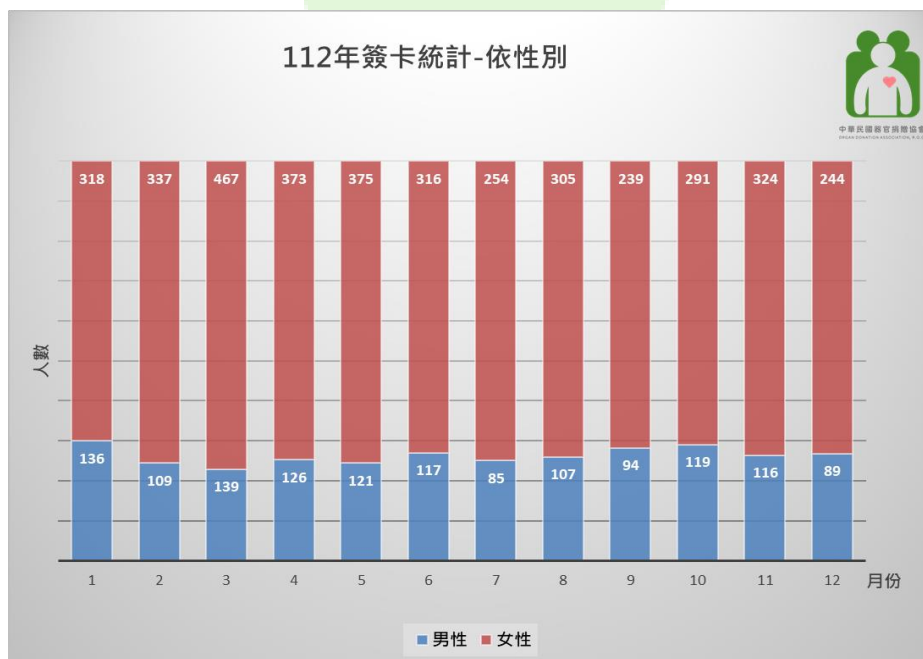
	頁碼
壹、器捐簽卡諮詢服務	p. 1
貳、捐贈者家屬支持服務方案	p. 7
一、個案服務	p. 8
二、各項方案服務	
（一）成長工作坊	p. 10
（二）藝術創作療癒團體	p. 17
（三）關懷陪伴讀書會— 「理解愛，表達愛～接納心意，接納自己」	p. 26
（四）語窩歡樂學苑	p. 46
（五）全國器官捐贈者家屬聯誼秋季營	p. 51
參、結語	p.

112 年度工作成果報告

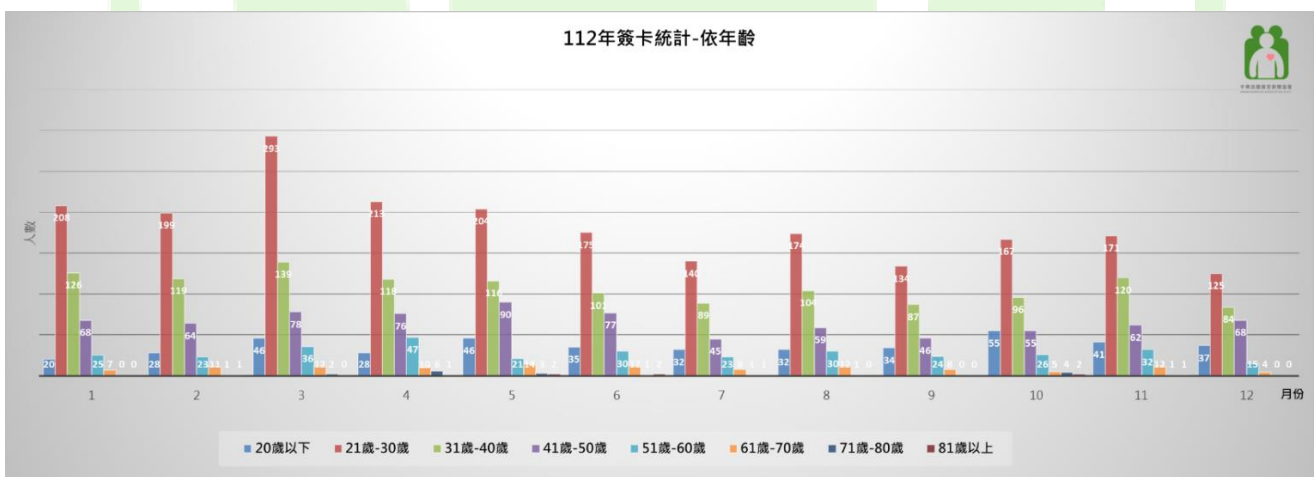
壹、 器捐簽卡諮詢服務

依據民國 112 年 1 月 1 日起至 12 月 31 日止期間，全年度藉由本會官網、郵寄及親自來會等管道，至本會受理簽署器官捐贈同意卡之民眾資料共 5,201 件，與 111 年受理之 8,058 件相較，減少了 2,857 件。經彙整統計後發現：

一、簽卡人以女性計 3,843 人(佔 74%)高於男性約 2.8 倍；男性簽卡人合計為 1,358 人。



●整體來看，簽卡件數女性約為男性 2.8 倍。



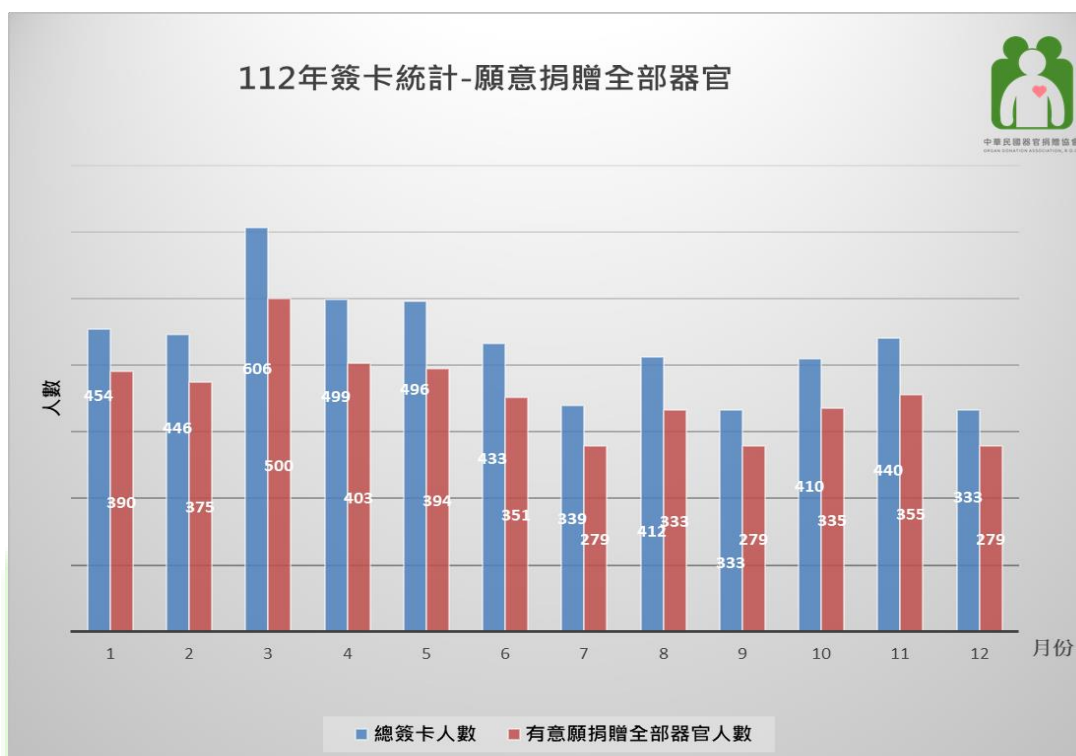
●總簽卡件數中，年齡 21~40 歲簽卡者為年度之冠；年齡 21~30 歲者佔約，年齡 31~40 歲佔約 25%，合計佔總簽卡人數之 67%。



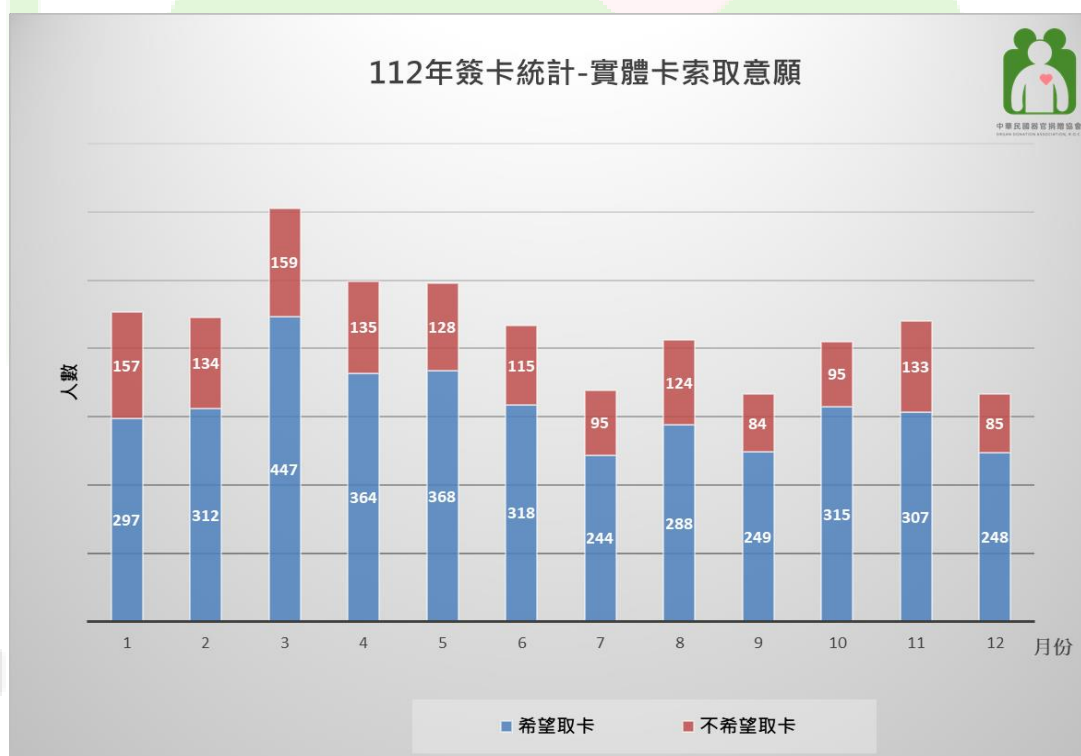
●簽卡人表達同意加註意願於健保卡者佔總簽卡件數為 2,343 件(約佔 45%)。



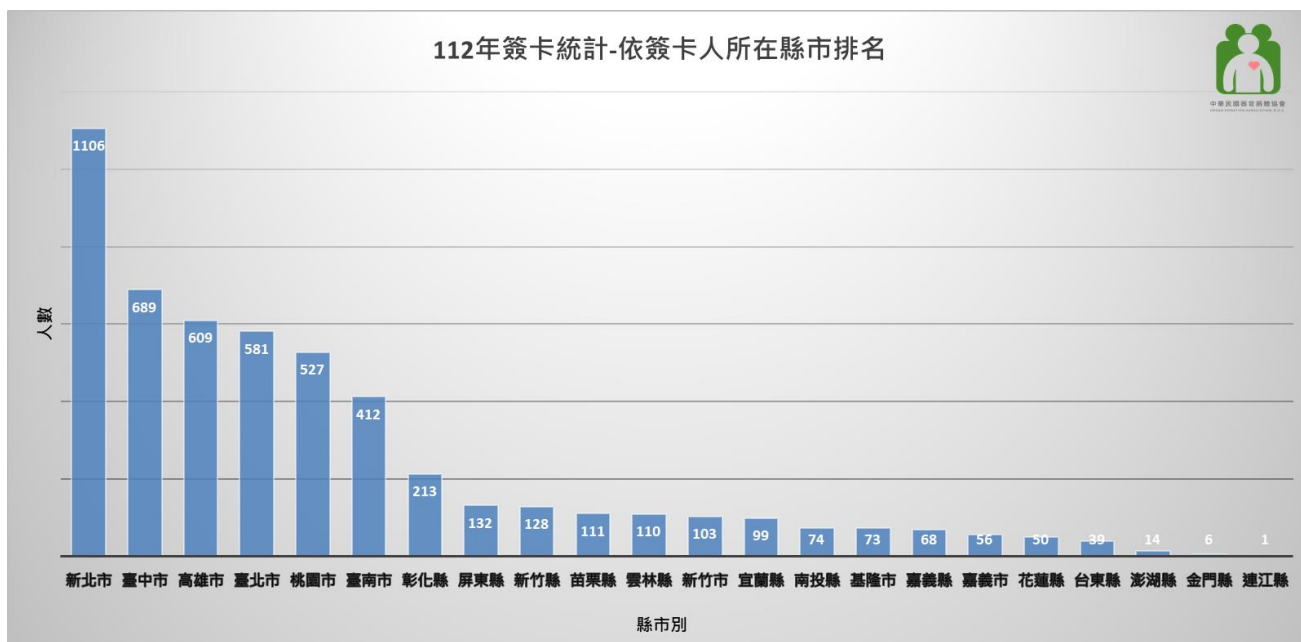
●申請撤銷器官捐贈卡人數佔總簽卡件數為 273 件(約佔 5.3%)，平均每月 23 件。



- 同意簽卡申請文件中，勾選「捐贈全部器官及組織」者佔總簽卡件數為 4,273 件(約佔 82%)。



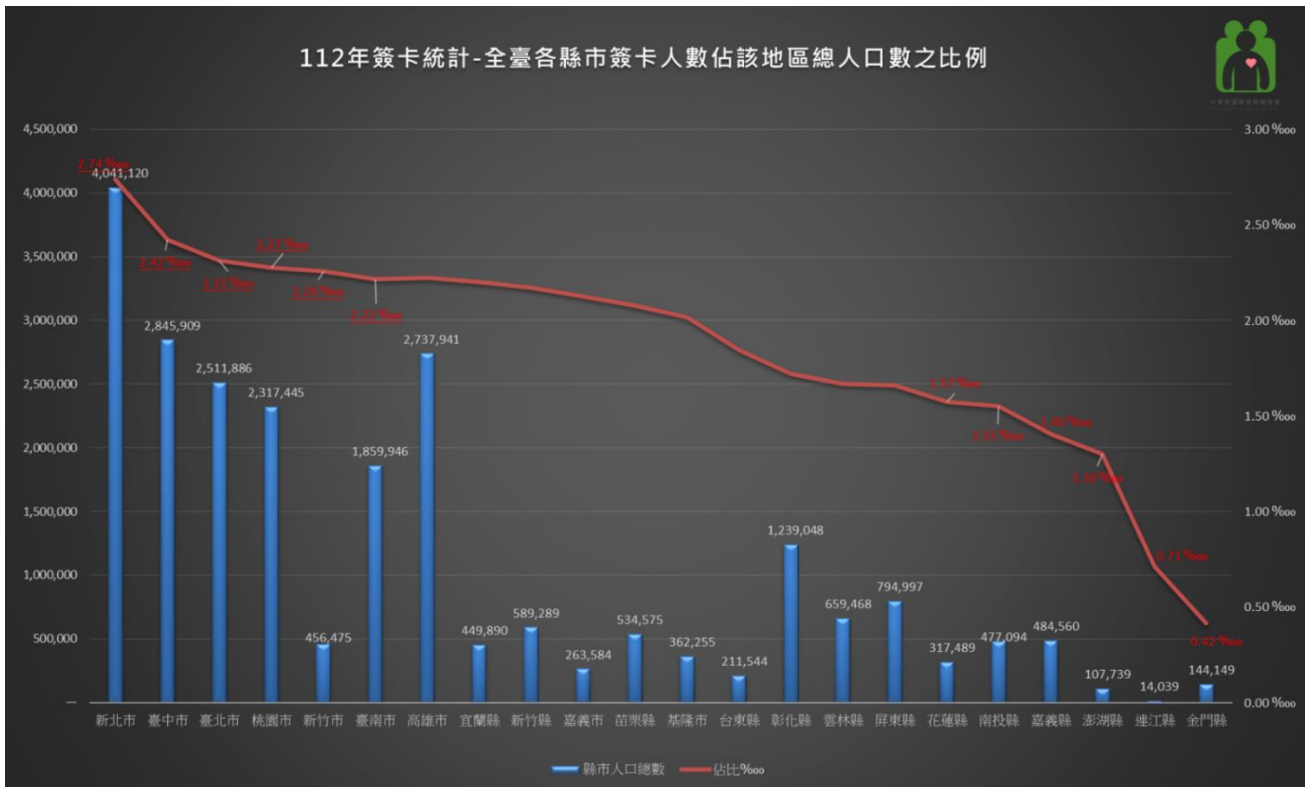
- 勾選「索取實體器官捐贈同意卡」者佔總簽卡件數為 3,757 件(約佔 72%)。



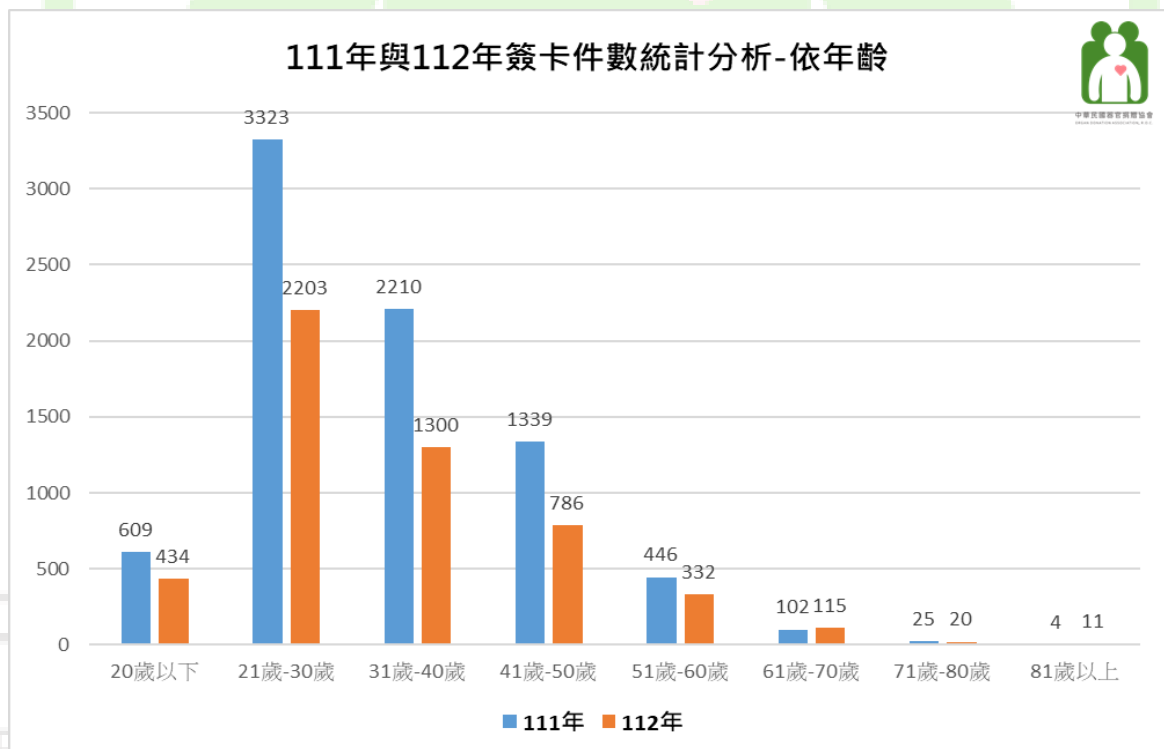
● 全台簽署器捐卡件數前六名縣市依序為：新北市、台中市、高雄市、台北市、桃園市、台南市。六都簽卡人數佔 112 年度總簽卡人數之 75%。



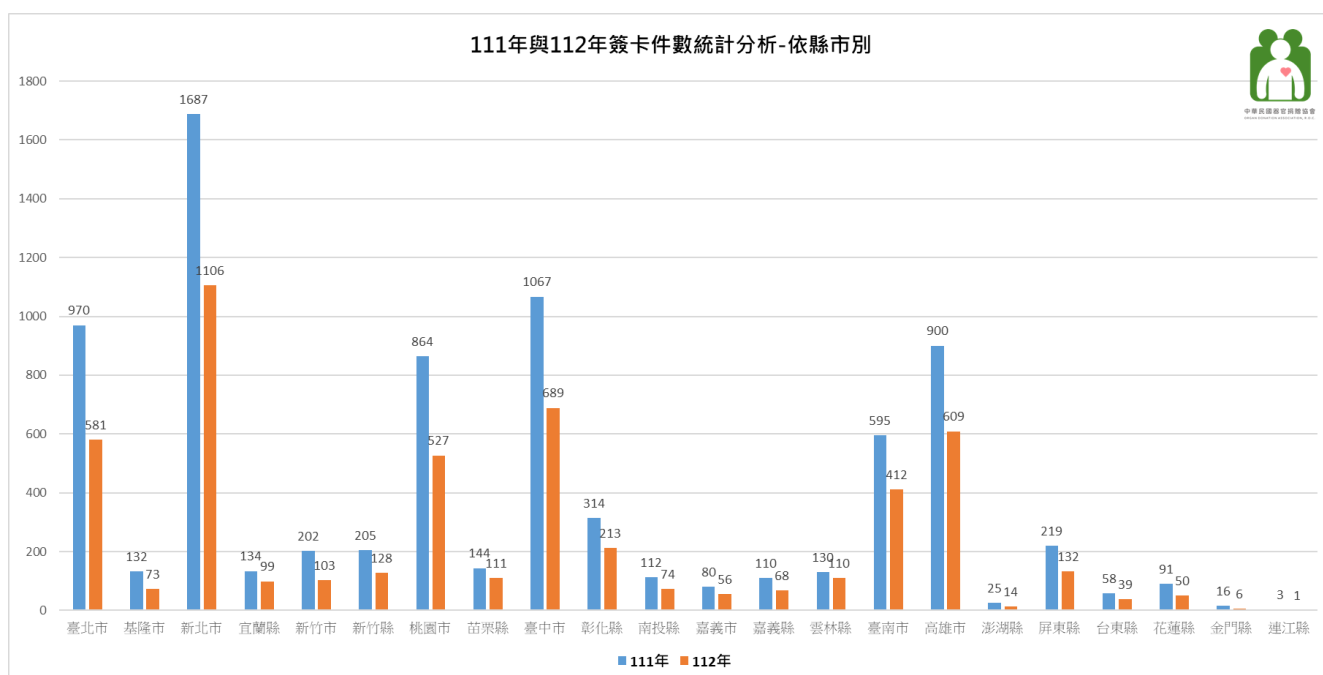
● 依簽卡人所在縣市簽署佔該縣市總人口數比例，前六名依序為：新北市、台中市、台北市、桃園市、新竹市、高雄市。



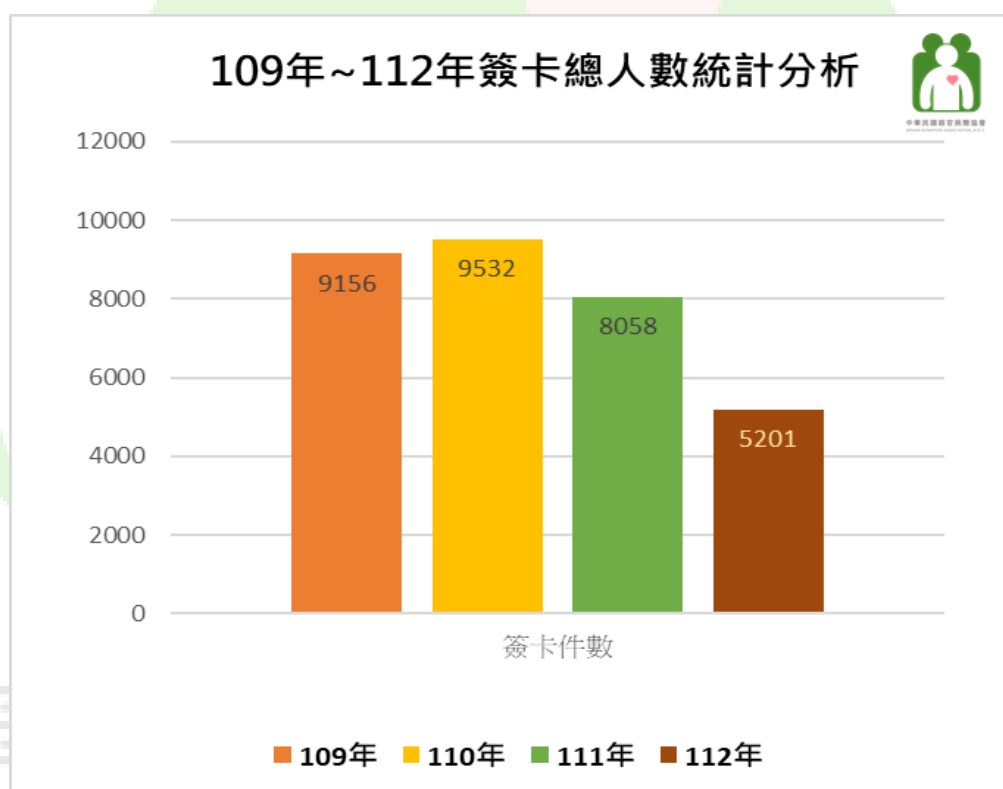
- 整合簽卡人數與簽卡比例二張圖表，發現六都簽卡人數雖在前六名，但六都之外的新竹市簽卡人口密度高於台南市和高雄市。另，彰化縣人口數雖超過百萬，但簽卡密度僅有1.72‰，俱發展潛力。



- 今年簽卡件數明顯減少，減少的年齡層落在20~50歲的青壯年，佔總減少量之90% (2,583筆)。



●相較於 111 年，今年減少的簽卡件數主要來自六都，佔 76%(合計減少 2,159 筆件數)。



●統計四年來的簽卡件數，今年相較過去三年平均總件數 8,915 件減少了 3,714 件。

貳、 捐贈者家屬支持服務方案

112 年全年度本會僅三名專職人力¹共提供七大方案服務：個案工作合計服務 19 名捐贈者家屬、提供 116 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 27 場次，提供 167 人、計 346 人之服務；年度總服務量達 186 人、462 人次。其中，捐贈者家屬運用本會服務合計 137 人、264 人次，佔總服務人數之 82%、總服務人次之 57%。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	捐者家屬運用本會服務	
					參與情形	家屬參與情形佔比（%）
個案工作	在案量 12 名		19 名	158%	19 人	100%
	服務 50 人次		116 人次	232%	116 人次	100%
成長工作坊 <u>愛自己成長工作坊</u>	分區共 4 場		4 場	100%	---	---
	服務 55 人		38 人	69%	38 人	100%
	服務 55 人次		38 人次	69%	38 人次	100%
愛中相知 <u>關係經營團體團體</u>	分區共 4 場		4 場	100%	---	---
	服務 32 人		22 人	69%	20 人	91%
	服務 32 人次		22 人次	69%	20 人次	91%
關懷陪伴讀書會 <u>「理解愛，表達愛～接納心意，接納自己」</u>	分區共 4 場、每場 3 堂，合計 12 堂。		12 堂	100%	---	---
	服務人數：60 人		34 人	57%	12 人	35%
	服務人次：159 人次	98 人次	62%	27 人次	28%	
線上：60 人次 現場：38 人次		線上：19 人次 現場：8 人次				
讀書會： 課後陪讀個別支持	---		3 人	---	---	---
	---		6 人次	---	---	---
語窩歡樂學苑	週間課程 週三、四	8 場	6 場	88%	---	---
		35 人	11 人	31%	8 人	73%
		35 人次	26 人次	66%	23 人次	88%
全國器捐家屬秋季營 2 天 1 夜營隊活動	1 場		1 場	100%	---	---
	65 人		40 人	62%	40 人	100%
	65 人次		40 人次	62%	40 人次	100%
備註	1. 112 年度因應區域家屬服務需求差異，故酌下修調整家屬支持團體方案預期服務目標。 2. 112 年本會各項服務方案共服務捐贈者家屬 137 人、264 人次；佔總服務人數 167 人之 82%、與總服務人次 462 人次之 57%。					

今年度的方案，我們規劃從「好好愛自己」的概念出發，期待提升捐贈者家屬覺察自身受哀傷影響的重視，促進自我照顧與情緒調節的能力與意願，增進採取改變行動、接受協助的意

¹ 本會三位專職人力，原本會企劃人員於 111 年 1 月離職後，近三年無法增補合適人力。全會僅以三人推展會務與各項服務。

願與動力並促進因應初階及中階哀傷階段所需之知識與能力的提升。除了一對一的個案工作之外，我們規劃成長工作坊以身體照顧及園藝治療課程，協助家屬學習自我照顧能力，來因應初階悲傷所需的安全、信任；藝術創作支持團體，設計以創作生命樹並整理生命經驗的過程，協助協助哀傷初期需求涵容、調節情緒以及中期階段所需獲得回憶整理經驗，並透過分享與他人保持連結；關懷陪伴讀書會則涵蓋認識悲傷的知識及學習調節情緒知能的主題，來協助哀傷初期家屬滿足需求涵容、調節情緒，也讓助人者能學習如何陪伴捐贈者家屬。各項服務策略之執行過程與產出，詳細說明如下。

	操作目標	服務策略	服務成效	評估指標
一	一年之內在北中南東四區，各辦理一場成長工作坊。	成長工作坊	1-1 提高因應哀傷初期所需之對自我需求的覺察能力。	80%參與工作坊成員有提昇覺察自我需求的能力。
二	一年之內在北中南東四區，各辦理一場藝術創作支持團體。	藝術創作支持團體	2. 學習因應哀傷中期所需之整理與逝者回憶的方法。	80%參與團體的成員學習到整理與逝者回憶的方法。
三	一年之內在北中南東四區，各辦理一梯次關懷陪伴讀書會，以滿足捐贈者家屬哀傷初期的任務需求。	關懷陪伴讀書會	1-2 提昇因應哀傷初期所需之情緒調節能力。	85%參與讀書會成員增加情緒調節與涵容的能力。
四	一年之內服務12名捐贈者家屬個案，以滿足捐贈者家屬哀傷初期與哀傷中期的任務需求。	個案工作	1-2 提昇因應哀傷初期所需之情緒調節能力。	8%個案有增加情緒調節與涵容的能力。

一、個案服務

112年在案服務共19人，服務人次共116人次，均達成計畫預期服務量，實際執行服務統計整理如下各表。

個案工作	預定計畫		實際執行		達成率
	個案量	服務人次	個案量	服務人次	個案量 158%
	12名	50人次	19名	116人次	服務人次 232%

	112年在案人數			112年新案人數			112年結案人數		
	男	女	小計	男	女	小計	男	女	小計
總計	1	12	13	0	6	6	1	1	2

在今年個案服務中，服務量及服務人次均高於預期目標，另，在聯勸督導的建議中，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		
		評估	追蹤關懷與問候	活動邀約
團體	葉○誠	0	0	1
	葉○政	0	1	1
	朱○容	0	0	1
	張○○文	0	1	1
	陳○照	0	0	1
	馬○屏	0	1	1
	林○蘋	1	1	1
	鍾○琴	0	1	1
	張○花	0	1	1
	陳○玲	0	0	1
	侯○生	0	1	0
	鄧○玲	0	1	0
	邱○芳	0	1	0
	吳○花	0	0	0
	薛○心	0	1	0
	薛○洋	0	0	0
	葉○科	0	1	0
	徐○玉	0	0	0
	郭○綸	1	1	0
	周○萍	1	1	0
	許○文	0	1	1
	吳○樺	0	1	0
	吳○雁	0	1	0
	陳○如	0	1	0
	侯○媚	0	1	0
工作坊	霍○芬	0	1	1
	倪○仙	0	1	1
其他家屬活動	李○茹	1	1	0
小計		4	21	13
總計		28 人，38 人次		

今年因藝術創作支持團體的招生方式，中區及南區調整與醫院社工合作開發從未

接觸過本會活動的新捐贈家屬，在團體分享的交流過程中，社工從這些個案中了解其目前情緒狀態與適應情形，有機會後續透過主動關懷問候、進行活動邀約，並發現潛在具開案服務需求之個案，以拓展個案服務及提供服務的成效良好。

二、各項方案服務

112 年度各方案服務依服務策略、目標分為「成長工作坊」、「療癒團體」、「讀書會」、「語窩歡樂學苑」、「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

在悲傷初階的捐贈者家屬，在失去重要他人的衝擊下，身心都處於脆弱的狀態，需要將重心放在自我照顧，重建安全感與跟世界連結的信任。成長工作坊我們安排上午以費登魁斯老師指導捐贈者家屬覺察身體、透過動作緩解身體不適；下午是園藝治療課程，透過視覺、觸覺、嗅覺、味覺等五感覺察來與香草植物連結，協助家屬學習自我照顧方法並能持續運用在生活中。詳細課程活動內容、各區辦理情形及服務成果如下。

1、活動內容：

（1）與身體為友：

講師從身體使用原理及造成身體疼痛原因開始說明，為何一般常見減緩身體痠痛的方式像是貼布、按摩、復健等效果難以持續，並進一步解釋如何透過身體的覺察及動作的扭轉讓身體恢復自然的彈性。講師帶領成員以身體覺察為基礎的輕緩動作做肩頸放鬆練習、眼睛放鬆練習及腰背放鬆練習。

（2）香草植物生活趣：

講師說明香草植物在生活中不同形式的運用，例如飲食、飲品、清潔用品、精油擴香嗅聞或塗抹等等，讓成員動手體驗調製不同配方的花草茶，品嚐新鮮泡製及乾燥花草茶其不同的香氣與味道；製作香草鬆餅，讓成員感受不同香草口味上的差異；最後培植香草植物帶回家持續在生活中陪伴。

（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 04/08(六)	09：00~12：00	與身體為友	蔡銘禮老師	17
	12：00~13：00	午餐時間		
	13：30~16：30	香草植物生活趣	朱益億社工師	
中區 06/03(六)	09：00~12：00	與身體為友	戴章樺老師	5
	12：00~13：00	午餐時間		

	13：00~16：00	香草植物生活趣	朱益億社工師	
南區 04/15(六)	09：30~12：30	與身體為友	蔡銘禮老師	13
	12：30~13：30	午餐時間		
	13：30~16：30	香草植物生活趣	朱益億社工師	
東區 08/12(六)	09：30~12：30	與身體為友	戴章樺老師	3
	12：30~13：30	午餐時間		
	13：30~16：30	香草植物生活趣	朱益億社工師	
合計	共四場			38 人次

成長 工作 坊	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	
	北	1	15	55	1	17	38	場次
	中	1	15		1	5		100%
	南	1	15		1	13		人次
	東	1	10		1	3		69%

今年度成長工作坊舉辦北、中、南、東各一場次活動，共四場活動，服務人次共 38 人次，達成率 69%。其中以中區及東區場次的招生情形較差，僅有預期的三成。目前招生方式除了以公文轉知醫院社工、寄發家屬活動通知、網站公告、本會 LINE 群組宣傳，還有個別電話邀約家屬，有家屬因搬家、健康狀況不佳、已安排旅遊行程，也有因伴侶不願出席等原因未報名參加活動。參加活動人數不足的原因雖有個別因素，也有共同因素這兩年疫情影響下，實體追思活動多半取消，因此，無法接觸到新捐贈家屬，原本中區及東區的捐贈人數就少於北區及南區，因此影響參與人數降低的情況就更為顯著。

從回饋問卷裡質化資料的回饋，參加的捐贈者家屬對於安排的活動內容有非常多肯定，未來可以透過 LINE 群組請參加過本會活動的捐贈者家屬，為本會介紹及推廣，擴大服務觸及的廣度，讓更多需要的捐贈者家屬受惠。

(三)質化資料彙整

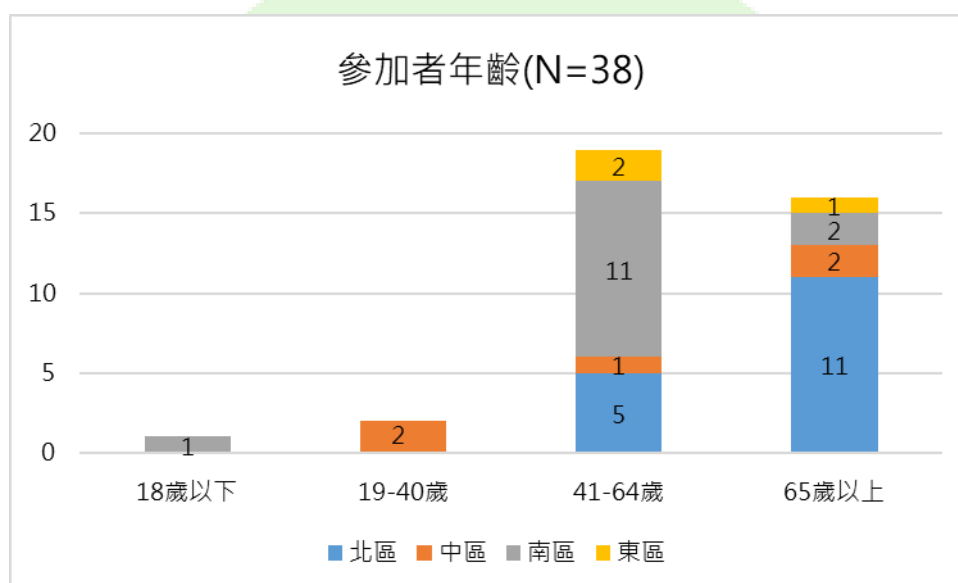
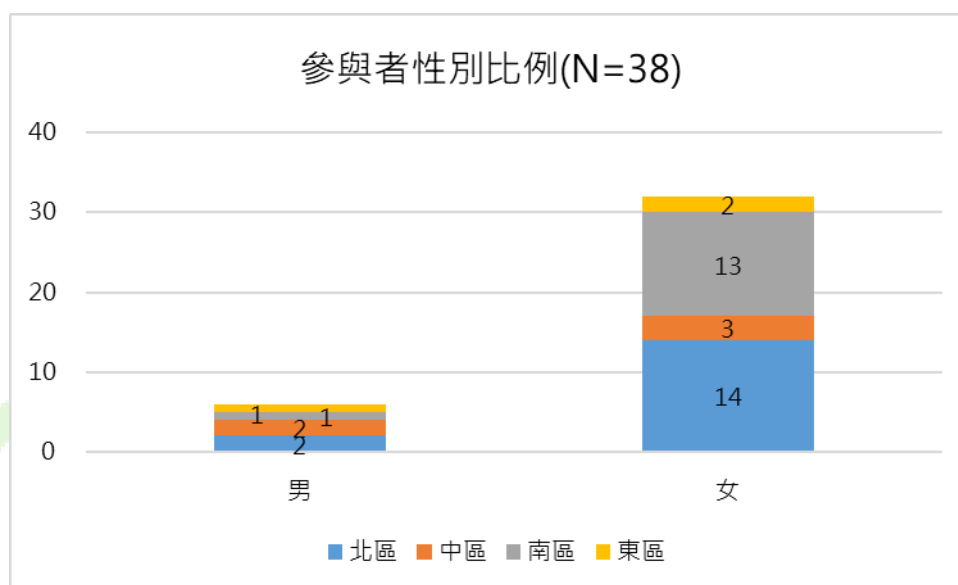
項次	內容分類	回饋問卷及悄悄話信箱質化內容摘要
1	肯定與感謝	很好玩
2	肯定與感謝	本活動非常療癒
3	肯定與感謝	感恩一切!好用心!
4	肯定與感謝	非常好，非常感謝!
5	肯定與感謝	非常開心舒壓的一天，感恩
6	肯定與感謝	今天的課程及活動辦得非常精采，使我們感到收穫良多
7	肯定與感謝, 回饋	今天的課程很實用，上午體感課真的緩解了我昨天運動過度的拉傷不適，

	課程內容學習心得	請繼續大力辦類似的活動，我們很喜歡!謝謝協會及老師您們辛苦了!感恩
8	肯定與感謝	真的真的很不錯
9	回饋課程內容學習心得	蔡老師所教的覺察動作緩解身體痠痛真是太神奇了。還要在上他網站了解更多，希望對自己預防痠痛真有幫助。謝謝安排此課程。
10	肯定與感謝,回饋課程內容學習心得	每次參加活動一直期待與歡喜，謝謝協會對大家的照顧和陪伴，每次參加都很快樂，可以看到老朋友，有您們真好!請繼續辦活動，我會繼續來!
11	肯定與感謝	感恩協會，感謝今日授課的老師，有您們真好
12	肯定與感謝,回饋課程內容學習心得	香草植物教學，學到很多東西，能認識許多食用植物的很多功能及食物法，希望瞭解更多香草植物，謝謝老師辛苦了!
13	肯定與感謝	謝謝真睿這麼暖心地幫我們安排此次如此棒的活動~
14	回饋課程內容學習心得	第一次接觸與植物相關的活動，竟然還有得吃跟喝，自己動手做很有趣!
15	肯定與感謝	很棒的課程
16	肯定與感謝	今天的活動真的太棒了，讚
17	回饋課程內容學習心得	活動內容意義不同，有趣、認識新朋友
18	分享個人經驗感受	心情愉快
19	肯定與感謝,回饋課程內容學習心得	安排課程很用心、很實用受益，感恩
20	肯定與感謝	活動都能接觸生活上有助益的事項
21	回饋課程內容學習心得	內容及接觸人群
22	分享個人經驗感受	去年瑜珈的體驗非常滿意，想再來參加活動
23	分享個人經驗感受	熱衷舒壓(紓壓)

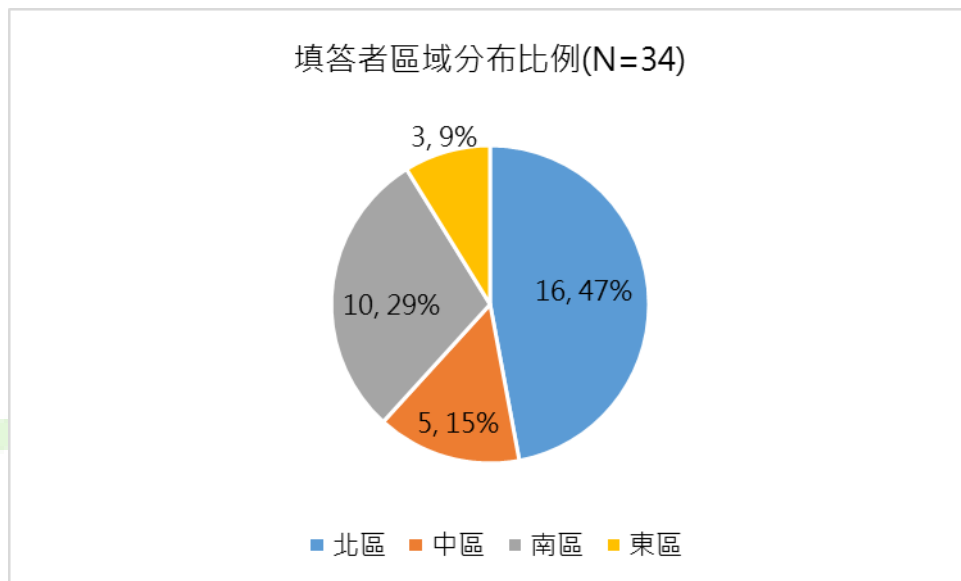
2. 參與成員分析：

全台北中南東四區共辦理四場工作坊活動、提供 38 位捐贈者家屬服務。其中，性別及年齡分布，以女性為多數共 32 位佔 84.2%，男性共 6 位佔 15.7%；年齡分布很廣從 8 歲-89 歲，平均年齡為 59.2 歲，其中北區是 65 歲以上長者比例最多，南區則以 41-65 歲的中年最多，18 歲以下的人數最少，四區僅有一位。詳如以下圖表：

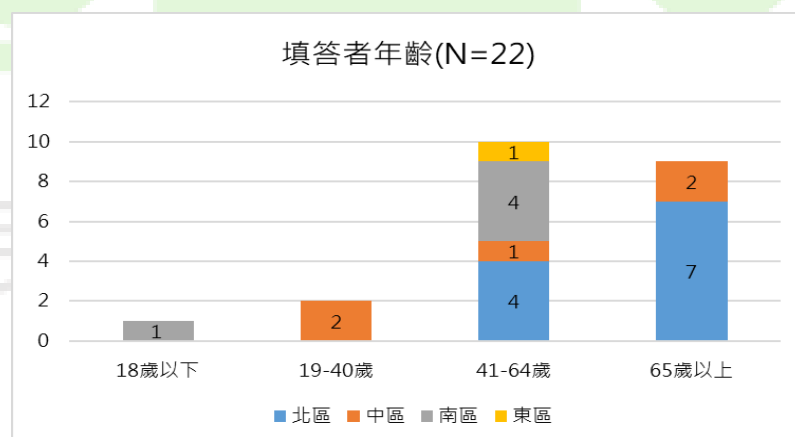
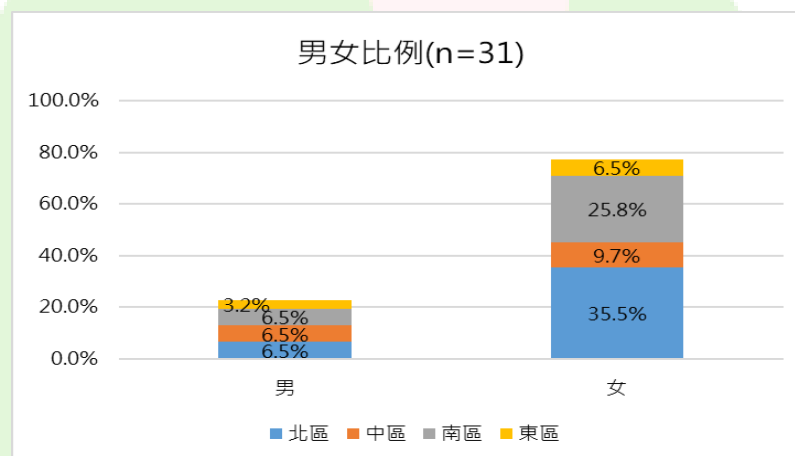
工作坊	參與人數	參與者性別		問卷回收	
		女性 (人)	男性 (人)	份數(份)	回收率 (%)
北區	16	14	2	16	100%
中區	5	3	2	5	100%
南區	14	13	1	10	71.4%
東區	3	2	1	3	100%
總計/平均	38 人	32 人 (78.4%)	6 人 (21.6%)	34	89.5%



3. 問卷回饋整理：

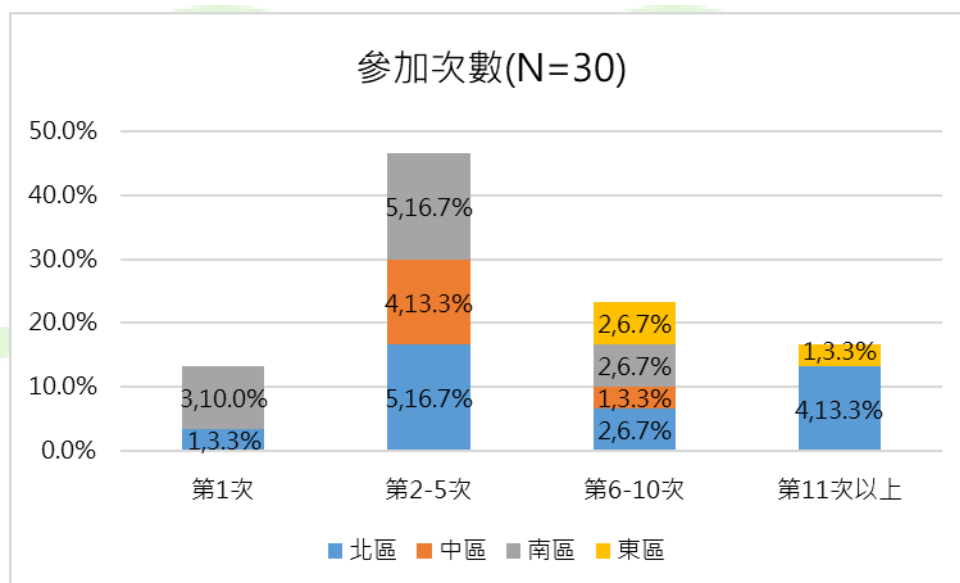


四場活動回饋問卷共發出 38 份，回收 34 份，回收率 89.5%，回收份數以北區最多，佔 47%，其次為南區，佔 29%。填答者男性占 22.7%(7 位)，女性占 77.5%(24 位)，年齡分布甚廣，從 8 歲至 80 歲不等，平均年齡為 55.8 歲，而相較於其他區域，北區明顯以 65 歲以上高齡參與者最多，僅有南區有 18 歲以下的填答者。

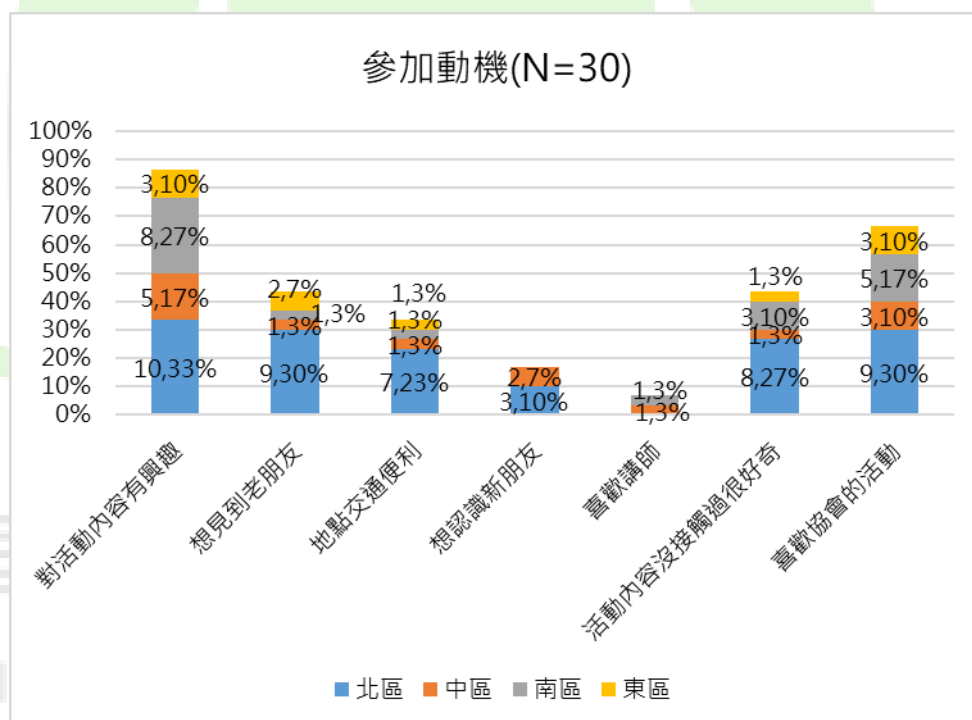


今年工作坊參與本會活動第 2~5 次以上為最多，佔 46.7%(14 位)，其次為第 6-

10 次以上，佔 23.3%(7 位)。另外，中區及東區完全沒有第一次參加的學員，東區則是集中在第 6~10 次以及第 11 次以上的資深家屬為主。

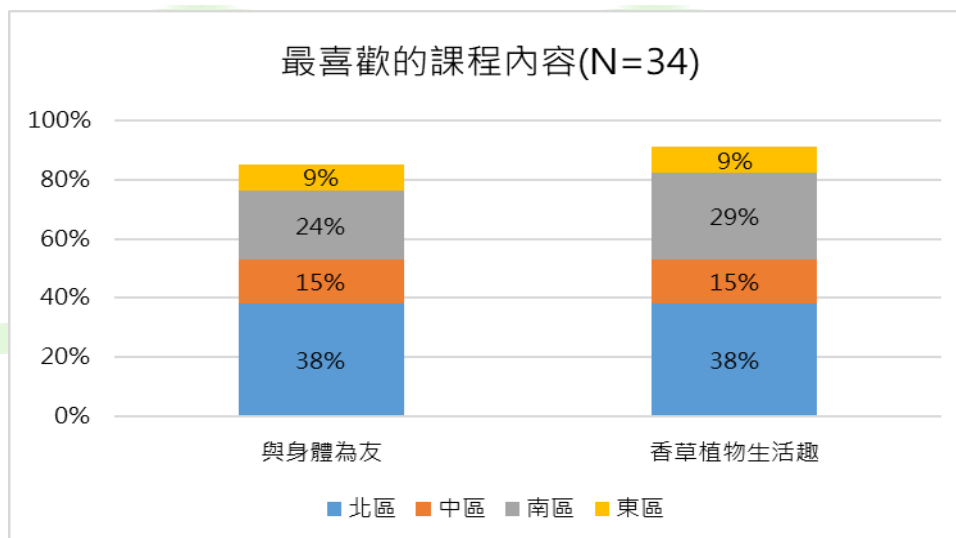


在參與動機上，87%(26 位)的成員選擇「對於課程內容有興趣」為最高，其次為「喜歡協會的活動」有 67%(20 位)的成員選擇此項，反之最低的動機是因「喜歡講師」。進一步從區域上看，前兩項選擇四區均相同，足見活動內容是主要吸引捐贈者家屬參加活動的動力之一，其次則是捐贈者家屬對於協會的認同，進而願意前來參加活動。

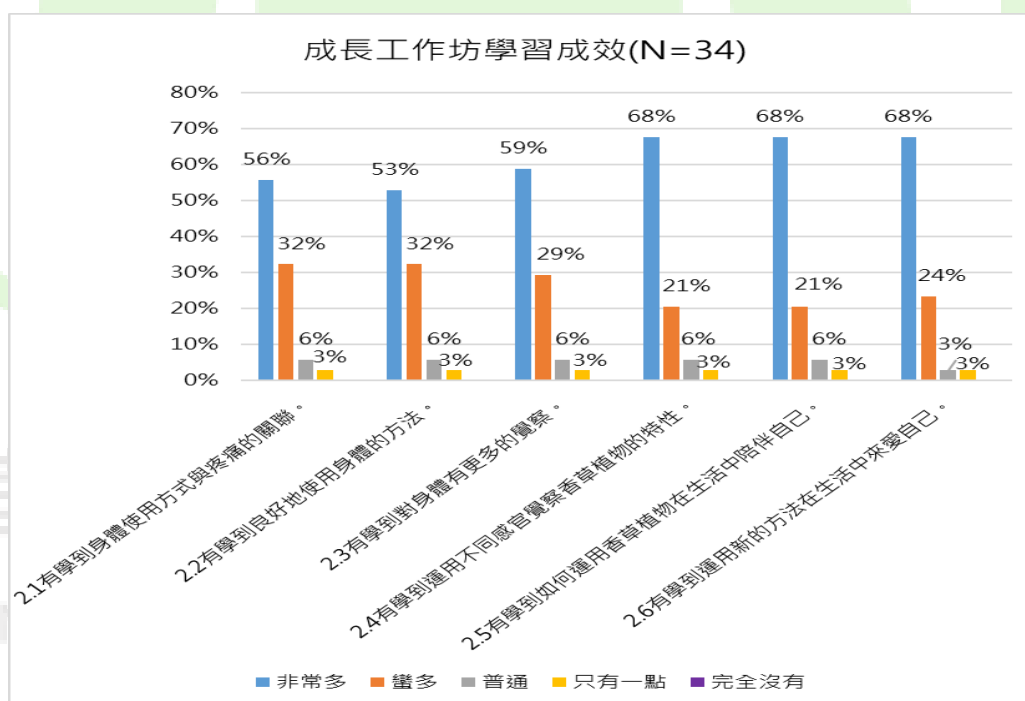


今年課程中，參與家屬最喜歡的課程部分：9 成(31 位)的填答者喜歡是「香

草植物生活趣」課程，而亦有 8 成(29 位)的填答者喜歡「與身體為友」課程，顯示該兩項課程皆獲得填答者的高度青睞。



當我們進一步了解參與者實際課程學習，以學習到「身體使用方式與疼痛的關聯」、「良好地使用身體的方法」、「對身體有更多的覺察」、「運用不同感官覺察香草植物的特性」、「如何運用香草植物在生活中陪伴自己」、「運用新的方法在生活中來愛自己」等六項學習狀況來看，其中「運用不同感官覺察香草植物的特性」、「如何運用香草植物在生活中陪伴自己」、「運用新的方法在生活中來愛自己」三項有近 9 成以上的填答者表示學習到「非常多」或「蠻多」，極少數不到 1 成的填答者在六項的學習程度普通或是只有一點學習到之外，其他各項皆有超過 8 成 5 以上的填答者認為有蠻多及非常多的收穫，顯示所有的參與者在經過此次成長工作坊後都學習成效良好。



(二) 藝術創作支持團體-「繪心聊憶支持團體」

關係 經營 團體	區 域	預定計畫			修訂計畫			實際執行			達成率
		場次	人次	總人次	場次	人次	總人次	場次	人次	總人次	
關係 經營 團體	北	1	12	44	1	8	32	1	8	22	場次
	中	1	12		1	8		1	4		100%
	南	1	12		1	8		1	2		人次
	東	1	8		1	8		1	8		69%

今年藝術創作支持團體，由社工師帶領設計上午運用粉彩於圖畫紙彩繪、拼貼複合創作「生命樹」，藉粉彩顏色自視覺、手指塗畫觸覺刺激至拼貼，從無到有的創作過程，藉對媒材作品的掌控感、獲得創作的成就感，並引導成員練習專注與沈澱心情，享受與自己相處的時間。下午社工師引導成員藉彩繪創作內容，連結並分享自己的生命經驗故事，感受內在情緒流動，成員或帶領者回應其生命故事與情緒進而協助疏導情緒，進而增強其調節與涵容情緒的能力。經由支持團體的藝術治療體驗歷程，協助捐贈者家屬獲得整理回憶與情緒的方法及調節情緒的能力，今年詳細團體活動內容、各區辦理情形及服務成果如下。

(一)活動內容

1. 開場，講師先介紹本次媒材粉彩繪圖方式，並帶領與會成員練習運用。
2. 「彩藝繪心」：由講師帶領成員以粉彩彩繪方式繪製個人之「生命樹」，從樹根、樹幹、樹枝、樹葉、果實、花。創作過程中，講師引導說明樹的各個部位代表著個人特質、優勢、與家庭關係、與重要他人之餽贈與傳承等。
3. 「聊憶寄情」：講師邀請每位成員分享自己的生命樹，從生命樹中引導成員看見自我價值與優勢、重新檢視家庭與重要他人間的關係。

(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 07/29(六)	09：00~12：00	彩藝繪心	張美茹社工師	11
	12：00~13：00	午餐時間		
	13：00~17：00	聊憶寄情	張美茹社工師	
中區 08/26(六) 11/18(六)	09：00~12：00	彩藝繪心	張美茹社工師	12
	12：00~13：00	午餐時間		
	13：00~16：00	聊憶寄情	張美茹社工師	
南區 10/07(六)	09：00~12：00	彩藝繪心	張美茹社工師	12
	12：00~13：00	午餐時間		
	13：00~16：00	聊憶寄情	張美茹社工師	
東區	09：00~12：00	彩藝繪心	張美茹社工師	5

區域/日期	時間	活動主題	講師	參與人次
11/11(六)	12:00~13:00	午餐時間		
	13:00~16:00	聊憶寄情	張美茹社工師	
合計	共四場			40 人次

藝術 創作 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	
	北	1	12	44	1	11	40	場次
	中	1	12		2	12		100%
	南	1	12		1	12		人次
	東	1	8		1	5		91%

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 40 人次，達成率 91%。

(三)團體執行過程與發現

1. 團體準備期：成員招募。

藝術創作支持團體在辦理招生過程，各區狀況差異很大，北區的捐贈者家屬對於團體參與度很高，參加者均為主動報名參加，還有第一次報名的家屬，在來電報名的過程仔細詢問團體內容，在與社工對談的過程確認自己的狀態是否合適參加，在社工的鼓勵之下鼓起勇氣報名參加團體。而南區有三分之二的家屬是有參加本會活動的經驗，而再次前來，另外則有三分之一成員是社工主動連繫醫院社工，請醫院社工協助推薦有需求或適合的捐贈者家屬報名，為首次參加本會活動的捐贈者家屬提供安全感，南區醫院社工也陪同一起參加團體。東區家屬則是社工以電話一一邀約，招募到 5 位參加者。

而中區共辦理二次團體，為積極招募捐贈者家屬參與，第二次採取不同的招募方式。第一次辦理 08/26(六)時因無人主動來電報名，社工以電話一一電訪邀約，招募到一對夫妻報名，活動當天因其臨時就醫需要無法前來參加活動，活動因此無法順利舉辦。社工主動與中部各移植醫院社工聯繫，瞭解中區捐贈者家屬參與相關活動情形，藉由醫院社工進一步了解，中部地區捐贈者家屬獨有的特殊情況是，部分捐贈者家屬與捐贈者過去關係不佳，同意捐贈的原因是為了幫捐贈者累積功德，但在捐贈後不願意接到器捐相關訊息或參加器捐相關活動，在某些醫院不願意接到器捐相關訊息的捐贈者家屬比例甚至高達 8 成，也有醫院因應捐贈者家屬普遍不願意前來參加器捐相關追思活動，而改以個別家訪方式，在聖誕節前夕以報佳音的緣由訪視關懷捐贈者家屬。在訪談中區各醫院後，台中榮民總醫院社工表示醫院過去舉辦均為大型追思活動，無心力能額外舉辦小型支持團體，故第二次團體嘗試與醫院合辦支持團體，因此 11/18 團體由醫院負責招生及場地安排，經由醫院社工安排本身為捐贈者家屬的熱心志工，電話聯繫邀約捐贈者家屬參加，招生成效良好共有 12 位家屬參加團體，並且均為第一次參加本會團體，醫院社工也全程陪伴參加團體過程，更瞭解本會團體服務的情況，及參與的捐贈者家屬的狀態以利後續的陪伴服務。

2. 團體執行期：

在團體進行過程，Leader 引導團體歷程的進行與團體動力和氛圍的掌控，包括上午的繪製生命樹和下午成員的分享討論，而 Co-leader 則觀察團體成員有個別需求或狀況時，提供適時的引導與協助，讓團體歷程可順利推展也兼顧成員個別需要。

各區團體展現出不同的特質及動力。北區團體成員有彼此之間是舊識，也有首次參加團體的家屬，多數成員展現投入團體的意願及參與程度都相當高，在 Leader 引導之下，能夠靜下心來投入創作之中，下午的分享也很願意敞開分享自己的生命故事，以至於最後團體時間超出一個小時，成員們還依依不捨團體的結束。

南區團體中除了一戶媽媽帶三位小朋友，因孩子需求而無法全程專心投入團體歷程，下午提早離開沒有參與分享之外，其他成員都能專心投入創作，在分享時，也都很願意分享，其中有兩位家屬是第一次來參加團體且家人捐贈不到半年的新家屬，一位已經能夠侃侃而談關於家人捐贈自己的心路歷程，另一位則是光聽別人的分享，就已經情緒澎湃身體緊繃，並不想分享家人捐贈的事，Co-leader 主動到其身旁陪伴呼吸、調節情緒給予支持，Leader 也給予成員不分享的空間，同時也邀請其可以分享關於自己讓團體成員認識，保有與團體成員的連結。東區團體成員人數較少且均為多次參加團體的舊識，因此團體氛圍很輕鬆融洽，不論是在創作或分享成員都能自在投入。

中區團體的狀況則又完全不同，因為醫院場地成員均不熟悉且假日有管制，導致大家無法準時抵達，團體分為上午、下午兩個半場主題進行，少數成員因個人行程部份時間與團體時間重疊，進出團體時間不同，對團體歷程、團體動力有些影響，在創作的階段，成員均能安靜投入其中，但在中午前就有成員完成創作，為了下午缺席而提前分享導致團體突然加速，有成員提早離開，影響其他成員陸續提早離開，也讓團體動力出現中斷情況，最後半數的成員有完整參加團體。在團體接近結束時，有一位成員，在其他成員的催化下，突然情緒潰堤超出身體負荷而出現呼吸困難，Co-leader 陪伴一旁給予支持及引導，協助其調節呼吸與情緒，並與成員有一些個別的情緒調節練習。整體來說，中區團體較其他場次出現更多個別的狀況，間接導致團體的節奏較難掌控。

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，足見團體的設計與帶領，可貼近其需求，內容詳列如下表。

(1) 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	謝謝您能聽我的心聲，給予我美好的一天
2	肯定與感謝,回饋課程內容學習心得	有很多經驗(過程)分享，讓人可以抒發壓抑的情緒，謝謝
3	肯定與感謝	謝謝老師、社工
4	肯定與感謝	謝謝工作人員
5	回饋課程內容學習心得	內容輕鬆，紓壓分享不同人的際遇更能了解自己
6	分享個人經驗感受	有助於我認識自己，協會人員很溫暖
7	回饋課程內容學習心得	協會工作人員的幽默風趣及主題議題棒
8	回饋課程內容學習心得	協會秘書長和真睿的用心規畫課程

9	回饋課程內容學習心得	活動用心策畫
10	分享個人經驗感受	第一次來很暖、很驚艷，很高興認識大家
11	分享個人經驗感受	認識新朋友，對活動有興趣
12	分享個人經驗感受	調整身心靈
13	分享個人經驗感受	學習、成長、療癒
14	分享個人經驗感受	思念
15	分享個人經驗感受	活動吸引
16	分享個人經驗感受	粉彩畫
17	分享個人經驗感受	將會多次前來參加活動
18	分享個人經驗感受	想認識

團體後回顧雙領導者進行討論，整理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	0	2	4	5
中	12	2	0	3	4	5
南	12	1	0	4	1	7
東	5	0	0	0	2	3
合計	40	6	0	9	11	20

今年支持團體在中區場次重新調整招募成員的策略後，最後總服務人次從 28 人上升至 40 人，達成率從 64% 上升至 91%。團體的結構安排讓成員有更多的分享討論，催化團體動力的發展，成員有機會表露哀傷的情緒與狀態，讓社工有更多機會可以主動發掘潛在個案服務的機會，更讓參與的捐贈者家屬連結彼此及練習情緒調節的方法。

4. 問卷回饋與分析：

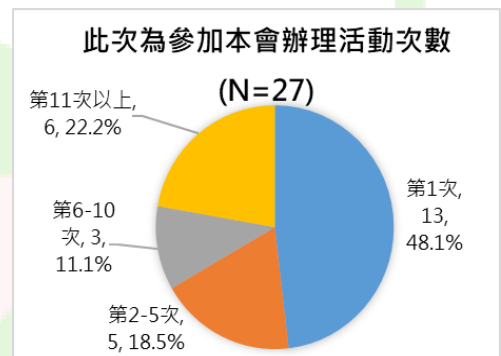
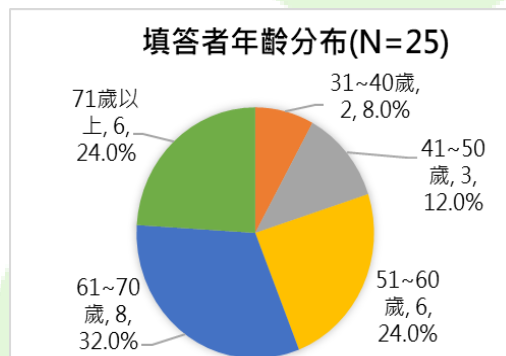
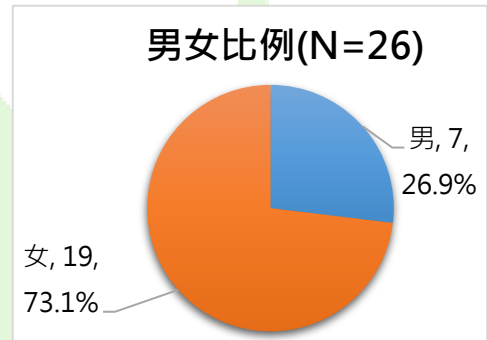
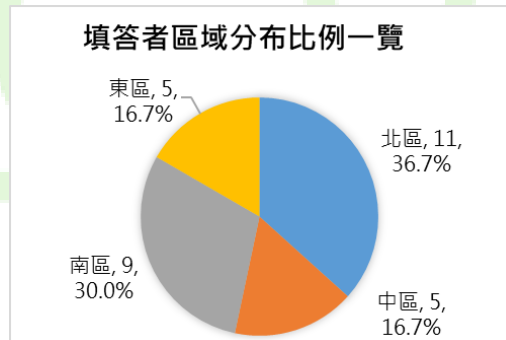
(1) 問卷回收情形：

四區團體參加人數共 40 人，問卷回收共 30 份，回收率 75%，其中南區及中區回收率較低。南區因其中一戶家屬媽媽帶三個小孩，小孩身體不適提前離開，小孩均未填寫問卷；中區則因團體當天工作人員忘記施作問卷，而是在團體後電訪或簡訊傳送電子問卷，因此回收率甚至不到五成。

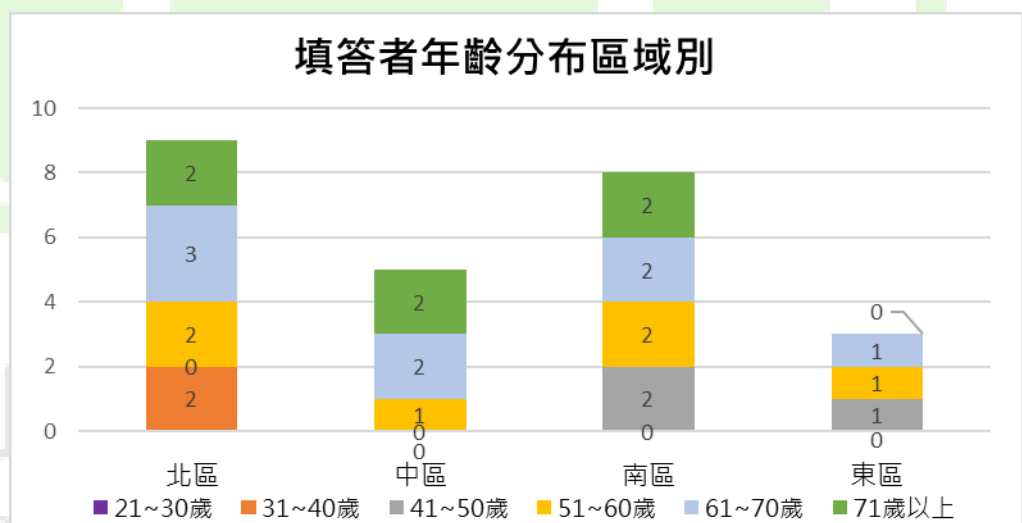
	參加人數	回收問卷	回收率
北區	11	11	100%
中區	12	5	41.6%
南區	12	9	75%
東區	5	5	100%
合計	40 人	30 份	75%

(2) 成員基本資料整理：

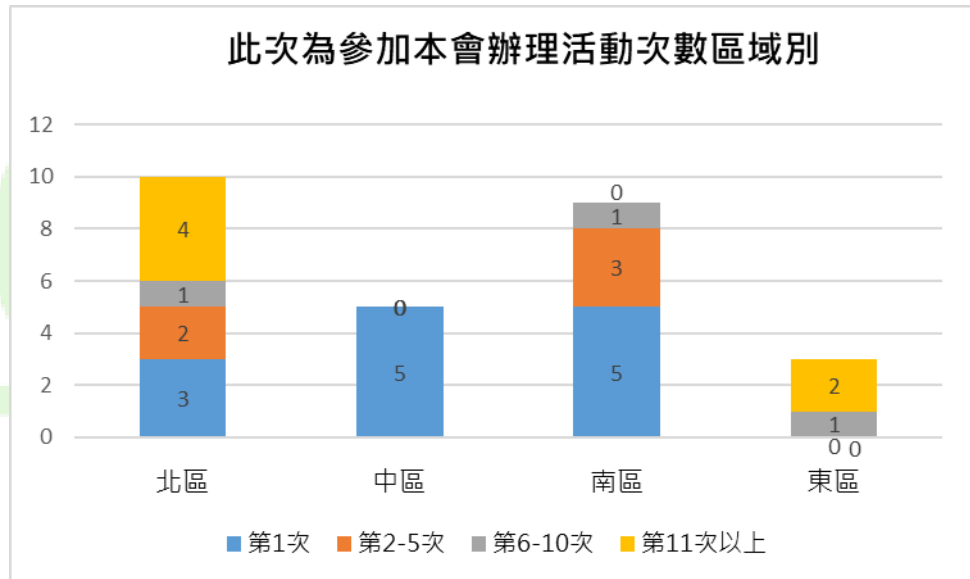
繪心聊憶支持團體四區總計 30 位填答，以北區人數比例最高，佔 36.7%，其次為南區，佔 30%。其中男性佔 26.9%(7 位)，女性佔 73.1%(19 位)，年齡分布甚廣，從 32 歲至 83 歲不等，平均年齡為 61.72 歲。參與者中以首次參與本會活動者為最多，佔 48.1%(13 位)，其次為第 11 次以上，佔 22.2%(6 位)。



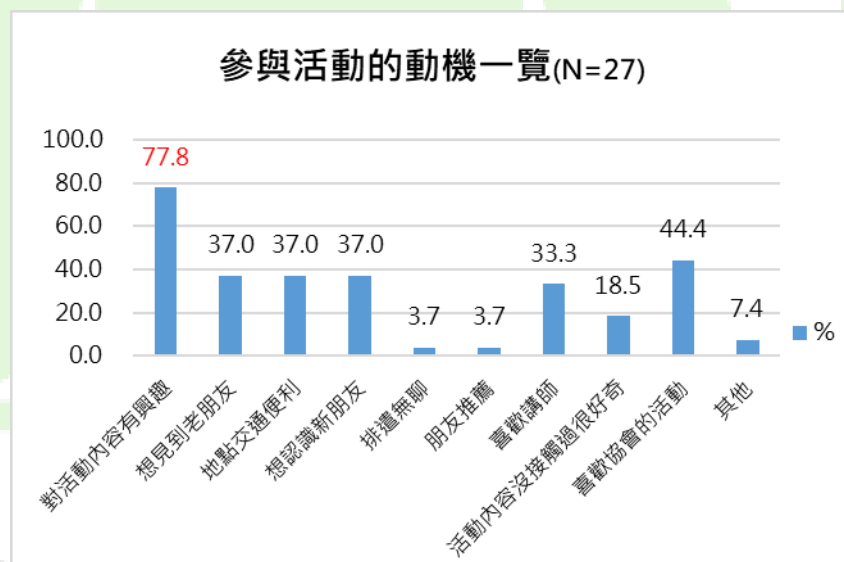
而在區域上發現，以各區參與者年齡分布上以北區年齡涵蓋範圍最廣，且除東區以外，其他三區皆有 71 歲以上高齡參與者；又中區參與者年齡層明顯偏高，並無 50 歲以下的參與者。



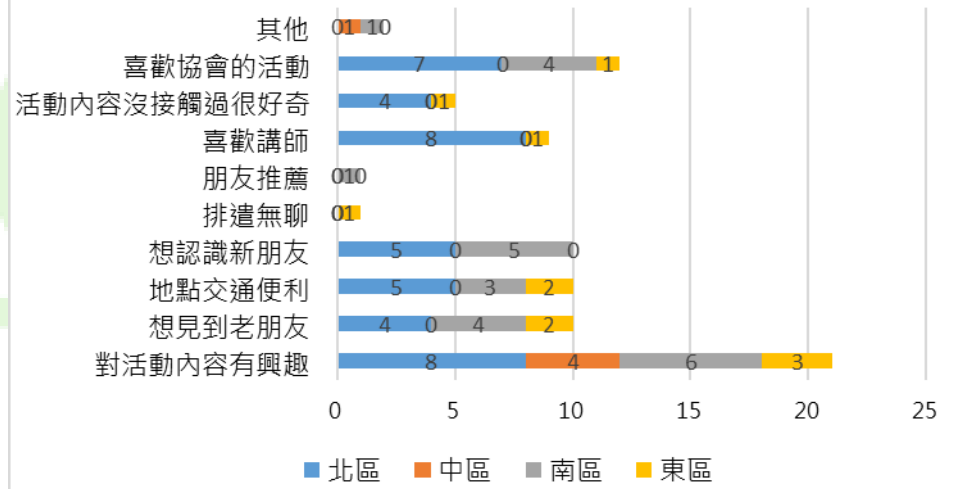
其次在參與次數上，中區及南區最高皆落在第一次參與，東區則明顯集中在第 6~10 次以及 11 次以上的學員。



在參與動機上，有近 8 成(77.8%)的參與者選擇「對於課程內容有興趣」為最高，其次為「喜歡協會的活動」(44.4%)；反之最低的動機是因「排遣無聊」及「朋友推薦」，各佔 3.7%。進一步從區域上來看，各區參與者不約而同皆以選擇「對於課程內容有興趣」為最高，而中區參與者明顯與其他區不同，未有異於課程內容有興趣外的其他動機；東區則並無「想認識新朋友」以及「朋友推薦」。

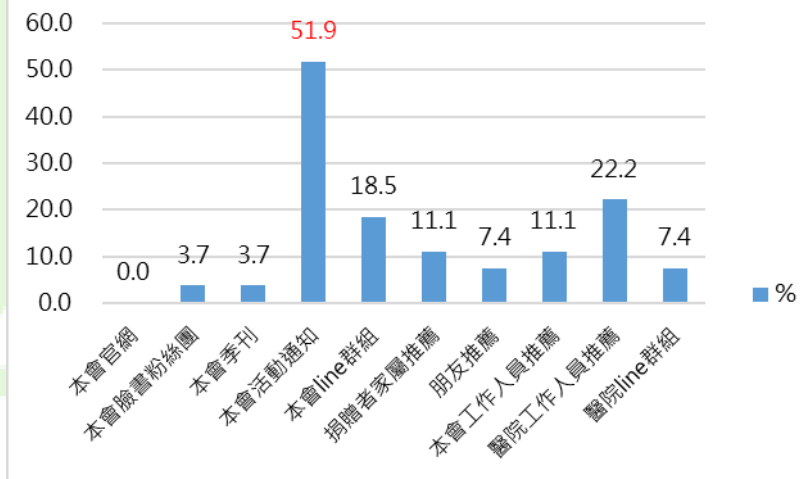


參加活動的動機一覽區域別

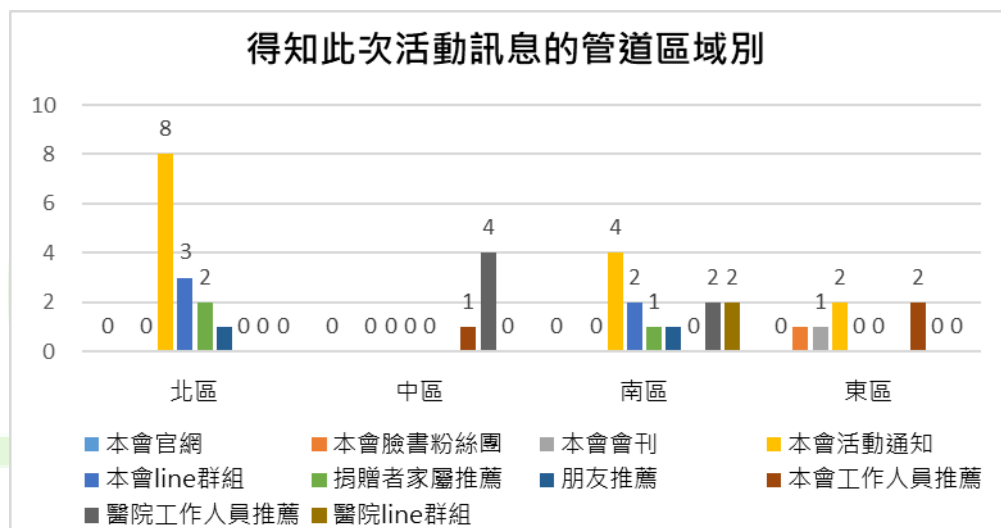


另外在獲知活動訊息的管道上，5 成以上(51.9%)的參與者表示是透過「本會活動通知」獲知，其次為「醫院工作人員推薦」(22.2%)、「本會 line 群組」(18.5%)，而透過其他無論是本會臉書粉絲團、捐贈者家屬、本會工作人員或朋友推薦…等各式管道者則多僅落在 1 成左右甚至更低，且完全沒從本會官網獲知活動資訊者。

得知此次活動資訊之管道(N=27)

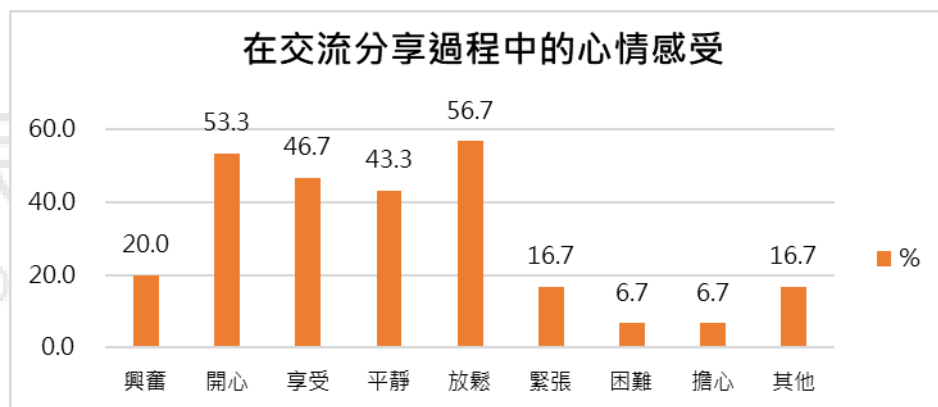
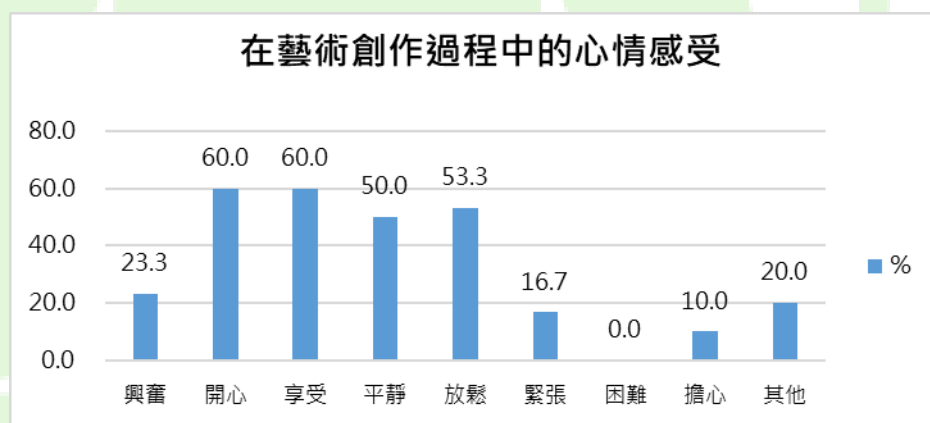


當進一步檢視區域的差異時，發現除中區外，其他三區皆有透過本會活動通知的方式且人數皆為最高，而除此之外各區的資訊獲得管道則並無其他共通性而互有消長。

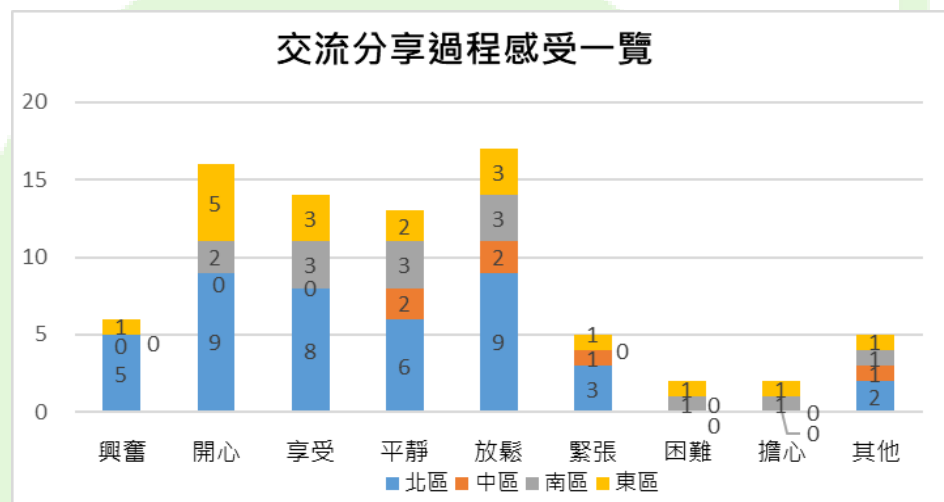
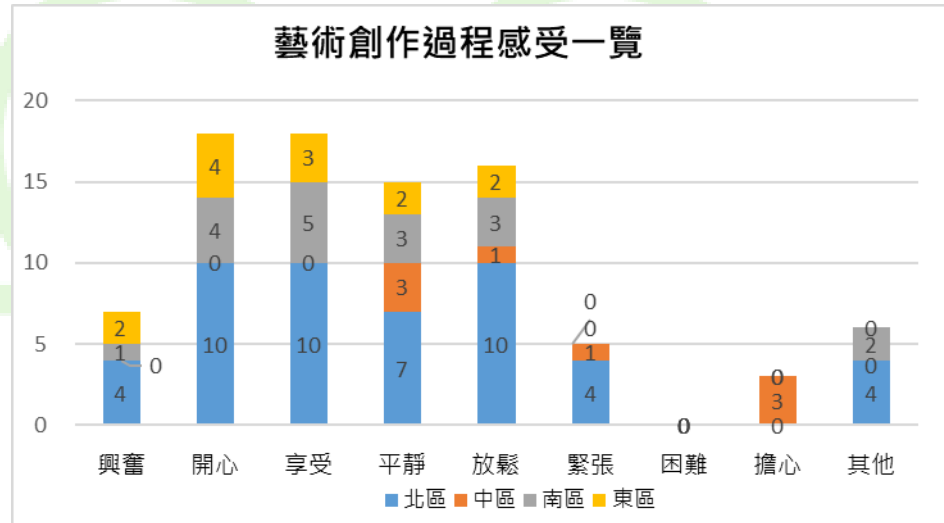


而在團體中最喜歡的內容上，無論是「彩藝繪心」或「聊憶寄情」皆同樣各有高達 93.3%的參與者表達喜歡，顯示該兩項課程皆獲得參與者的高度青睞。

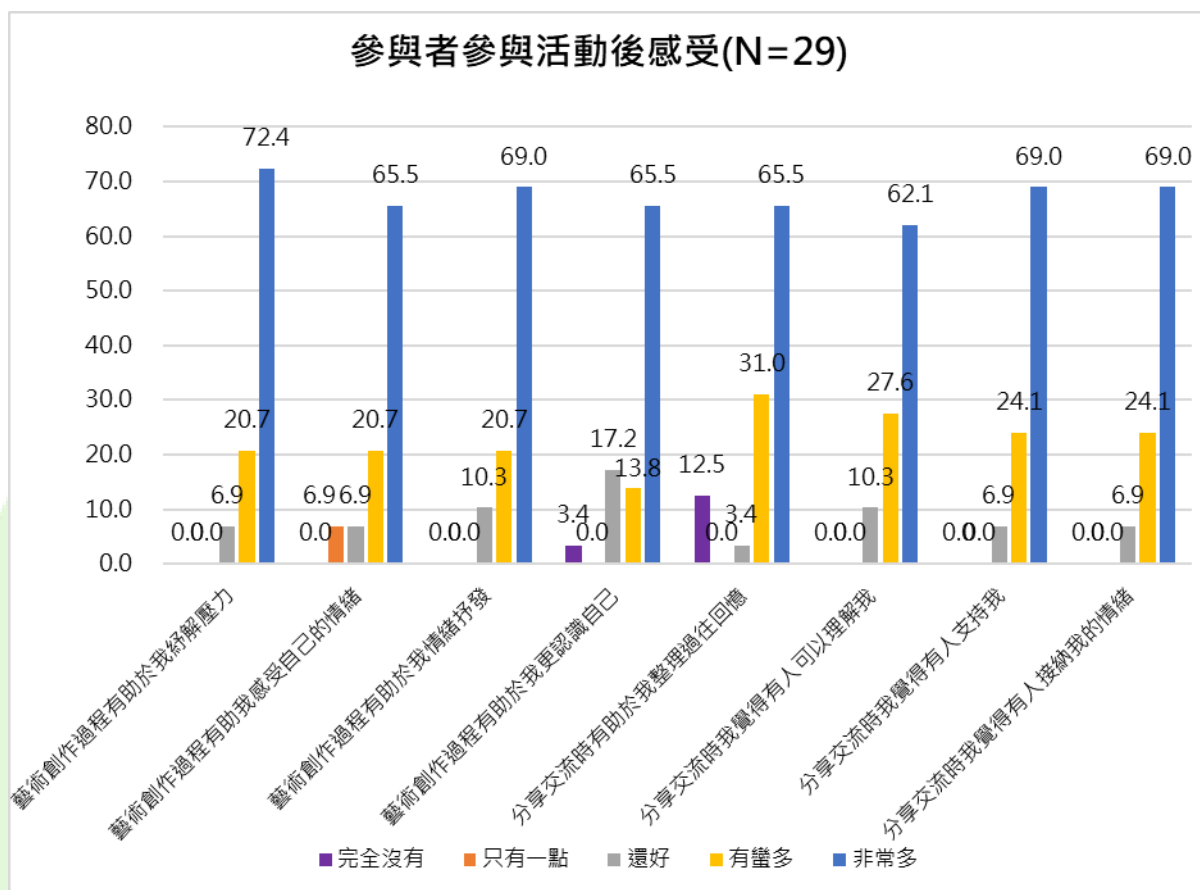
當我們進一步探求參與者在藝術創作與交流分享過程中出現的心情反應時，在藝術創作過程中感到的最高感受落在「開心」與「享受」二項，佔 60%，其次為「放鬆」(53.3%)、「平靜」(50%)，皆有超過半數的參與者出現這樣的感受；而在交流分享過程中感受最多的則是「放鬆」，亦接近 6成(56.7%)，其次為「開心」(53.3%)、「享受」(46.7%)，與藝術創作過程前幾名感受出現高度一致性。



而當我們進一步檢視區域分布時，發現中區明顯與其他不同在於參與者無論在藝術創作與交流分享過程中皆沒有「興奮」、「開心」及「享受」的感受。



而當我們想進一步了解參與者在參與活動後的情緒感受時，以藝術創作過程能否「有助於紓解壓力」、「有助於感受到自己的情緒」、「有助於情緒抒發」以及「有助於更認識自己」四項；與分享交流過程能否「有助於整理過往回憶」、「感覺有人可以理解自己」、「感覺有人支持自己」以及「感覺有人接納自己的情緒」等四項來看，在藝術創作過程中，除「有助於更認識自己」該項有 20.6%參與者表示完全沒有及還好之外，其餘各項皆有超過 8 成的參與者表示「有蠻多」及「非常多」的幫助，其中「有助於紓解壓力」該項更有高達 93.1%的參與者表示獲得蠻多及非常多的幫助；而在交流分享過程中，則是四題項全數都獲得幾近 9 成以上的參與者感覺到讓他們有蠻多與非常多的感覺，惟在「有助於整理過往回憶」項上亦有出現 12.5%的參與者是完全沒有感到幫助的。



(三) 關懷陪伴讀書會-「理解愛，表達愛～接納心意，接納自己-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
		場次	堂	人次	總人次	場次	堂	人次	總人次	
	北	1	3	45	159	1	3	21	98	堂 100%
	中	1	3	45		1	3	16		
	南	1	3	45		1	3	39		人次 62%
	東	1	3	24		1	3	22		

112 年度關懷陪伴讀書會，我們把主題放在關懷悲傷與失落議題，以關注『喪親經驗與感受』為主軸，涵蓋認識悲傷的知識及學習調節情緒知能的主題，來協助哀傷初期家屬滿足需求涵容、調節情緒，也讓助人者能學習如何陪伴捐贈者家屬，期待能更貼近與會者需求並在交流過程中收穫正能量。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，引導學員進行案例討論、自我覺察與情緒調節技巧練習、經驗分享交流等，習關照悲傷與失落的歷程，並提昇情緒覺察及調節的能力。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-國立臺灣大學醫學院附設醫院新竹臺大分院、中區-中山醫學大學附設醫院、南區-高雄榮民總醫院、東區-衛福部立花蓮醫院合作。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) 面對失去，好好悲傷：講師導讀書籍，帶領成員瞭解悲傷的各種面向，包括認識悲傷的模式、悲傷常見的迷思、悲傷可能會出現的各種情緒或反應、各種不同失落會出現的課題、被剝奪的悲傷，還有如何幫助自己或幫助他人面對悲傷的各種方式。
- (2) 繪本-「我的悲傷小精靈」：一個遇見悲傷的孩子，他討厭愁眉苦臉的悲傷老是纏著他，偶而還會嚇到他，但他嘗試各種方式都無法把悲傷趕走，後來，孩子選擇用接納與愛療癒悲傷，直到能與悲傷好好道別。

2. 第二堂課

- (1) 情緒超載，擺脫抓狂人生：當情緒總是以過度反應的方式呈現，不僅傷害我們的人際關係，也傷害自己，藉由認知、書寫敘事或身體等，不同的調節情緒方式，找到情緒源頭與之共處的方法。
- (2) 繪本-「不再孤單」：母親過世後，孩子不想說話、不想和姊妹們玩耍的外表底下，孩子內心真正的感受與需要是什麼呢?!

3. 第三堂課

- (1) 沒有媽媽的女兒：講師導讀書籍，帶領成員瞭解喪母的女兒，會因為在生命不同發展階段失去母親的陪伴與教導，而對其生命不同層面產生出不同的影響，包括學習、人際關係、親密關係以及母職的擔任等。
- (2) 繪本-「夢銀行」：在夢銀行裡有人來買夢，也有人來賣夢，老爺爺來到夢銀行，他要買什麼呢?他會買到想要的夢嗎?

4. 課後-陪你一起讀

- (1) 悲慟的保存期限：作者諾拉在接連經歷失去孩子、父親與丈夫，集結陪伴自己與他人面對生命重大失去的經驗分享，對於正面臨悲傷或陪伴悲傷者都很有益。
- (2) 沒有媽媽的超市：作者分享自己陪伴母親罹癌、治療到離世的故事，從照顧者到悲傷者的心路歷程，與家人間的情感糾葛。
- (3) 蛤蟆先生去看心理師：以童話故事的架構方式，揭開心理治療的歷程與迷思。
- (4) 你值得好好悲傷：針對自殺遺族的悲傷，提供故事案例及陪伴的心靈指南。

(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 / 臺	09/09(六) 09:00-12:00	1. 面對失去，好好悲傷(時報出版，2018) 2. 繪本-我的悲傷小精靈(大穎文化，2022)	張美茹 社工師	3	3	6

區域	日期/時間	活動內容	講師	參與人次		
				實體	線上	小計
大新竹台大分院	09/16(六) 09:00-12:00	1. 情緒超載：擺脫抓狂人生(時報出版，2021) 2. 繪本-不再孤單(時報出版，2020)	張真睿 社工	2	6	8
	09/23(六) 09:00-12:00	1. 沒有媽媽的女兒—不曾消失的母愛(豫樹林出版，2022) 2. 繪本-夢銀行(小魯文化，2020)	張美茹 社工師	2	5	7
中區 / 中山醫附設醫院	05/13(六) 09:00-12:00	1. 面對失去，好好悲傷(時報出版，2018) 2. 繪本-我的悲傷小精靈(大穎文化，2022)	張美茹 社工師	4	1	5
	05/27(六) 09:00-12:00	1. 情緒超載：擺脫抓狂人生(時報出版，2021) 2. 繪本-不再孤單(時報出版，2020)	張真睿 社工	4	2	6
	06/17(六) 09:00-12:00	1. 沒有媽媽的女兒—不曾消失的母愛(豫樹林出版，2022) 2. 繪本-夢銀行(小魯文化，2020)	張美茹 社工師	2	3	5
南區 / 高雄榮民總醫院	08/05(六) 09:00-12:00	1. 面對失去，好好悲傷(時報出版，2018) 2. 繪本-我的悲傷小精靈(大穎文化，2022)	張美茹 社工師	10	8	18
	08/19(六) 09:00-12:00	1. 情緒超載：擺脫抓狂人生(時報出版，2021) 2. 繪本-不再孤單(時報出版，2020)	張真睿 社工	9	3	12
	09/02(六) 09:00-12:00	1. 沒有媽媽的女兒—不曾消失的母愛(豫樹林出版，2022) 2. 繪本-夢銀行(小魯文化，2020)	張美茹 社工師	6	3	9
東區 / 衛福部立花蓮醫院	05/19(五) 13:30-16:30	1. 面對失去，好好悲傷(時報出版，2018) 2. 繪本-我的悲傷小精靈(大穎文化，2022)	張美茹 社工師	8	2	10
	06/02(五) 13:30-16:30	1. 情緒超載：擺脫抓狂人生(時報出版，2021) 2. 繪本-不再孤單(時報出版，2020)	張真睿 社工	7	1	8
	06/16(五) 13:30-16:30	1. 沒有媽媽的女兒—不曾消失的母愛(豫樹林出版，2022) 2. 繪本-夢銀行(小魯文化，2020)	張美茹 社工師	3	1	4
合計		共四場，12 堂課		60	38	98

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、東各一場次活動，共四場次 12 堂課，總時數 36 小時，共服務 98 人次，服務量達成率 62%。其中以北區及中區的服務人次均低於預期服務量，更是首次低於以往人次最少的東區。服務量比預期落差大，有幾個因素，其一是北區辦理之醫院地點交通不便，北區場次首次在新竹的醫院舉辦。本次北區辦理地點讓位於雙北地區習慣參加實體活動的年長家屬，因為距離遙遠不便前往又不習慣參加線上課程，因此北區參加人次不到預期服務量的五成；其二是中區醫院活動撞期，因中區合辦醫院訓練課程與活動遇上疫情後醫院集中評鑑後辦理，讀書會活動與院內訓練撞期，因此招生情況不如預期只有預期的三成五。

今年成員參加方式以實體居多佔約六成，線上參加人次僅佔不到四成，相較於去年參加線上有 79 人次，今年參加線上的人次明顯減少許多，顯示疫情後大家選擇參與活動的方式仍會以實體為優先，但參加活動人次仍未達疫情前的服務量，未來須考量服務使用者的習慣及合作單位的情況，調整活動安排與預期服務量，擴展服務觸及量。

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. 悲慟的保存期限：陪伴自己與他人面對生命重大失去的倖存法則（天下雜誌，2019）。 2. 沒有媽媽的超市（二十張出版社，2022）。 3. 蛤蟆先生去看心理師（三采出版社，2022）。 4. 你值得好好悲傷：我們都是自殺者遺族（春光，2022）	張真睿 社工	共 3 人， 6 人次， 10 小時

日期/時間	陪讀書籍	讀者身分	區域	陪讀人
05/18(四)19:00-20:30	你值得好好悲傷：我們都是自殺者遺族	醫院社工	中區	張真睿 社工
06/14(三)19:00-20:30				
10/17(二)10:00-12:00	蛤蟆先生去看心理師	捐贈者家屬	北區	
11/14(二)10:30-13:30				
11/27(一)10:00-11:00	悲慟的保存期限：陪伴自己與他人面對生命重大失去的倖存法則	服務性志工		
12/04(一)10:15-11:15				

今年首次嘗試『陪你一起閱讀』的方式，回應學員的個別需求與後續交流。今年有三人預約共 6 人次的陪讀服務，剛好分別為不同背景的成員，有社工、捐贈者家屬及志工，選擇的陪讀書籍也都不同。在陪讀過程中，陪讀者會依照學員閱讀的心得來聚焦討論的重點，例如醫院社工對於討論的焦點比較放在助人者面對死亡及悲傷議題的自我準備；捐贈者家屬則對自身狀況及議題在書中的角色產生共鳴，進而討論到如何陪伴自己的情緒技巧，並嘗試練習藉由身體調節情緒的方法；志工對於作者的個人經驗分享及陪伴原則與技巧很有興趣，討論重點集中在陪伴方法的交流。『陪你一起閱讀』初嘗試雖服務人次少，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及想說的話)
1	回饋課程內容學習心得	真睿社工帶領的身體掃描及薑餅人繪製，透過與學員的互動增加課程的豐富性，且引導回顧自己的情緒議題。
2	回饋課程內容學習心得	悲傷是一個很劇烈的活動。如何處理悲傷是一件很困難的事情，陷在悲傷裡也是很辛苦的事。
3	回饋課程內容學習心得	需要去認識、接受自己的情緒，悲傷、害怕的事(也必須願意去)、原因:成為真正的自己
4	分享個人經驗感受	兩位老師循序漸進的引領學員探究主題書的內涵，並用許多實例分享，讓讀書會發揮很深入的陪伴與支持效能。
5	回饋課程內容學習心得	1.美茹老師的風趣幽默和專業，印象最深刻☺ 2.了解悲傷不需要比較（認識悲傷的四種主要模式），有助於靠近不同模式的人 3.避免情緒超載的新策略，明確具體可行
6	回饋課程內容學習心得	情緒超載擺脫抓狂的情緒，安撫超載情緒，面對真實的自己
7	回饋課程內容學習心得	面對情緒，知道如何釋懷
8	肯定與感謝	謝謝協會與工作人員和講師滿滿的用心，你們好棒，與會的我們好幸福！
9	肯定與感謝	謝謝協會及兩位老師，很有收穫
10	肯定與感謝	感恩用心規劃課程，辛苦了
11	肯定與感謝	謝謝協會辦理這個活動，感受到妳們很多的認真與用心。
12	肯定與感謝，分享個人經驗感受	感謝講師為籌辦讀書會的努力與付出，包括內容的整理與安排，在課後閱讀書籍時發現上百頁的內容要整理出精簡的 PPT 內容很不容易，尤其是在有限的時間內向學員分享，但收穫很多，謝謝！
13	回饋課程內容學習心得	對情緒，覺察及找方法調整自我情緒
14	回饋課程內容學習心得	畫兩個人、呼吸後，前後差異
15	回饋課程內容學習心得	老師們請大家分享情緒放鬆的方法，原來方法是很多元的
16	回饋課程內容學習心得	講師幽默風趣的言談讓課程不會覺得嚴肅
17	回饋課程內容學習心得	不同領域的思維和經驗，部花同仁提到分享火車翻覆意外事故傷患
18	肯定與感謝	謝謝分享及帶領導讀陪伴
19	回饋課程內容學習心得	處理悲傷的角度不要侷限在傳統制式的壓抑中
20	分享個人經驗感受	第三堂，感同身受
21	回饋課程內容學習心得	調節情緒面對失落和悲傷
22	分享個人經驗感受	大家互動情境非常熱絡
23	回饋課程內容學習心得	不再孤單繪中的起是一個人，當父親開始傾聽陪伴後，繪本的最終頁是小女孩與家人一起，明白了每個人都需要被愛、被陪伴

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及想說的話)
24	回饋課程內容學習心得	沒有媽媽的女兒
25	分享個人經驗感受	有親身體驗
26	分享個人經驗感受	每一堂課老師都很精心準備，課程氣氛輕鬆
27	分享個人經驗感受	面對失去，好好悲傷，感同身受
28	回饋課程內容學習心得	再繼續研讀
29	肯定與感謝	感恩兩位張老師的帶領!!
30	肯定與感謝	謝謝講師及工作人員的精心安排

2. 悄悄話信箱質化內容：

項次	內容分類	悄悄話信箱質化內容摘要
1	肯定與感謝	線上讀書會真的很棒～有你們真好！
2	肯定與感謝,回饋課程內容學習心得	謝謝老師的帶領，讓我了解悲傷的歷程
3	肯定與感謝,提問課程討論內容	1)今天很謝謝美茹老師風趣幽默又有專業實務的分享。 2)我想請問，美茹老師提到媽媽在弟弟去世時，把弟弟所有東西都燒掉.....。請問這代表家屬是怎樣的情緒狀態？陪伴者面對這種情形適當的回應是什麼？
4	回饋課程內容學習心得	當個案來電詢問，很想自殺，但是會下地獄嗎？ 老師:您覺得呢？ 回應是:不一定，以您當下<心境>善、惡來決定，是否下地獄，個案沉默許久
5	肯定與感謝,回饋課程內容學習心得	陪你一起讀回饋:這兩次的讀書會，除了討論書本的內容，也感覺自己得到了一些復原的力量與工作的方向，謝謝老師願意與我討論書的內容以外的問題，我都一直偏題😊。 其中最深刻的事情是，老師用臨床上服務的個案突然離開的事情對應自殺者遺族的心情，我覺得這個比喻很好，讓我能更感同身受書中描述的那些狀態。另外就是發現了自己為什麼對於悲傷的人會想要有一些行動，背後的原因是什麼，我想這或許也是淺意識裡為什麼我會選了這本書的原因。 最後與老師討論的過程，可以感受到老師的穩定，很有療癒感，是很舒服自在而且感到安全的，我有時候都不知道自己在表達什麼，但老師還是很有耐心理解我表達的東西。謝謝老師這段過程的陪伴，是很有收穫的讀書會♥

4. 問卷回饋分析：

(1) 課前、課後問卷樣本說明：

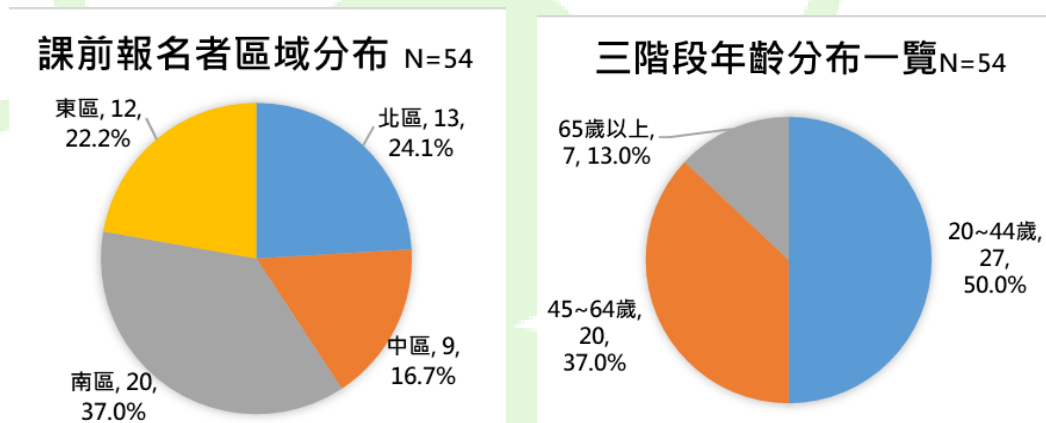
課程前測問卷回收 54 份(完成報名即回收)，回收率 100%；後測問卷發出 48 份回收 29 份，回收率 60.4%。

(2) 問卷回饋整理：

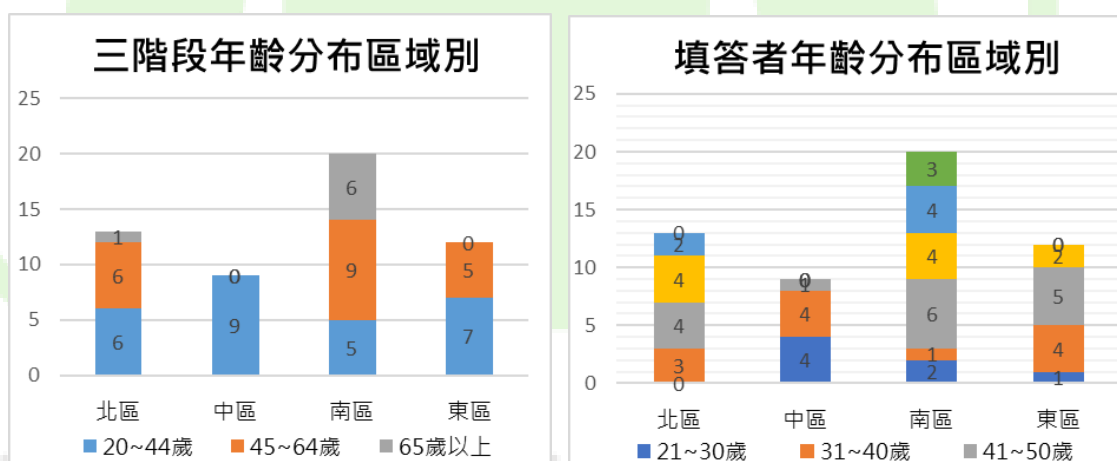
本次活動分別有課程前、後測問卷，以下分列整理前測單題結果、後測單題結果及前後測同項題目分析結果。

(3) 前測問卷單題結果：

關懷陪伴讀書會四區總計 54 位報名參加，明顯以南區近 4 成(37%)為最多，中區 16.7%為最少，參與者皆為成年人，其中 8 成以上為女性(81.5%，44 位)，整體年齡分布從 25 歲至 74 歲不等，平均年齡為 46.39 歲，以 20~44 歲的青壯年為最多，佔整體參與者的一半(27 位)，其次為 45~64 歲中高齡，佔 37%(20 位)；65 歲以上則佔 13%(7 位)。

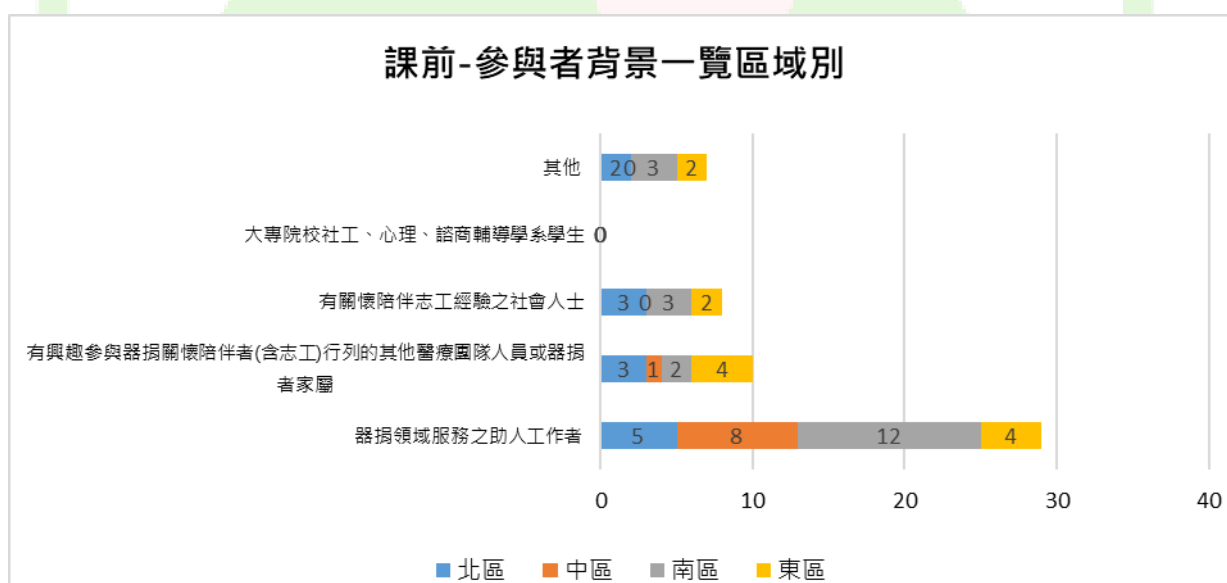
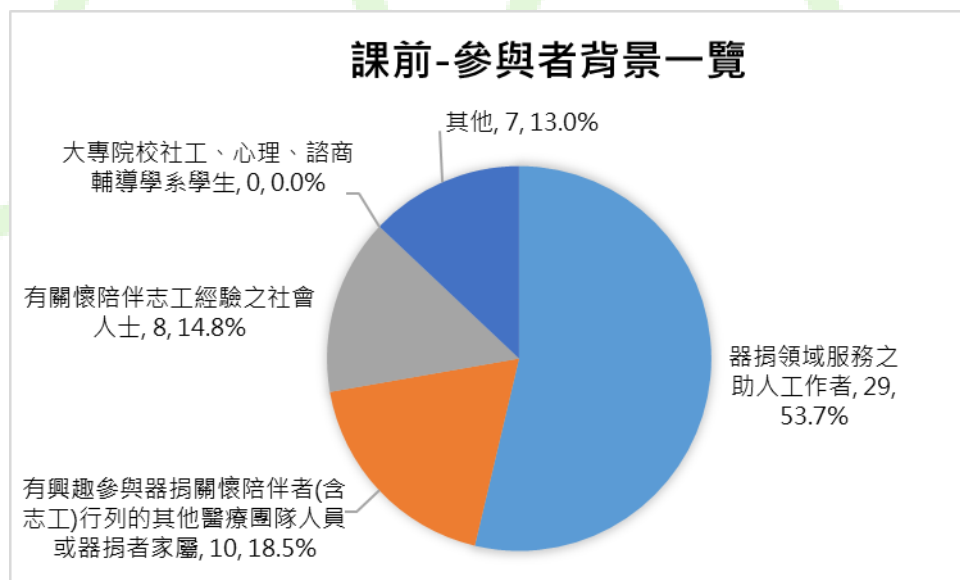


進一步比較北、中、南、東四區的參與者年齡分布有明顯的差異，其中東區參與者完全沒有 65 歲以上高齡者，中區則僅有青壯年者參加，南區則是中高齡者參與者比例最高，反之，北區則是高齡者比例最低。當再細分以 10 歲作為年齡階段區分，發現僅南區的參與者年齡各年齡層階段皆有，其他區皆無 71 歲以上參與者，除此之外，北區則完全沒有 21~30 歲的年輕族群。



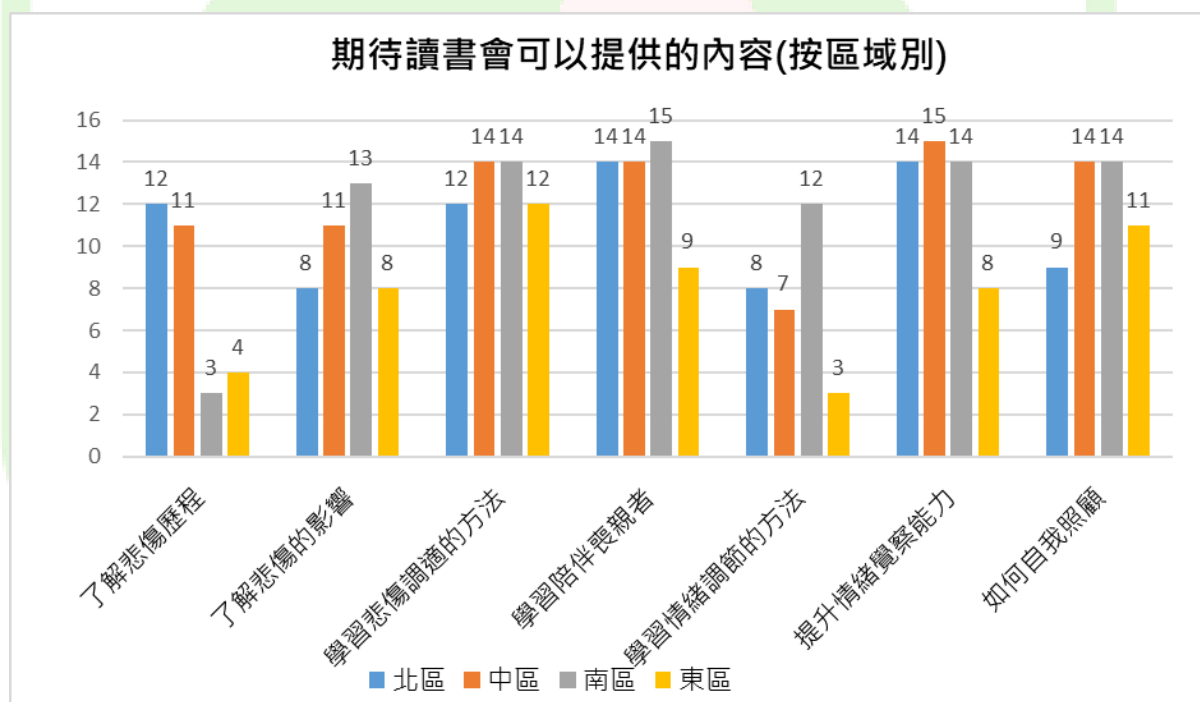
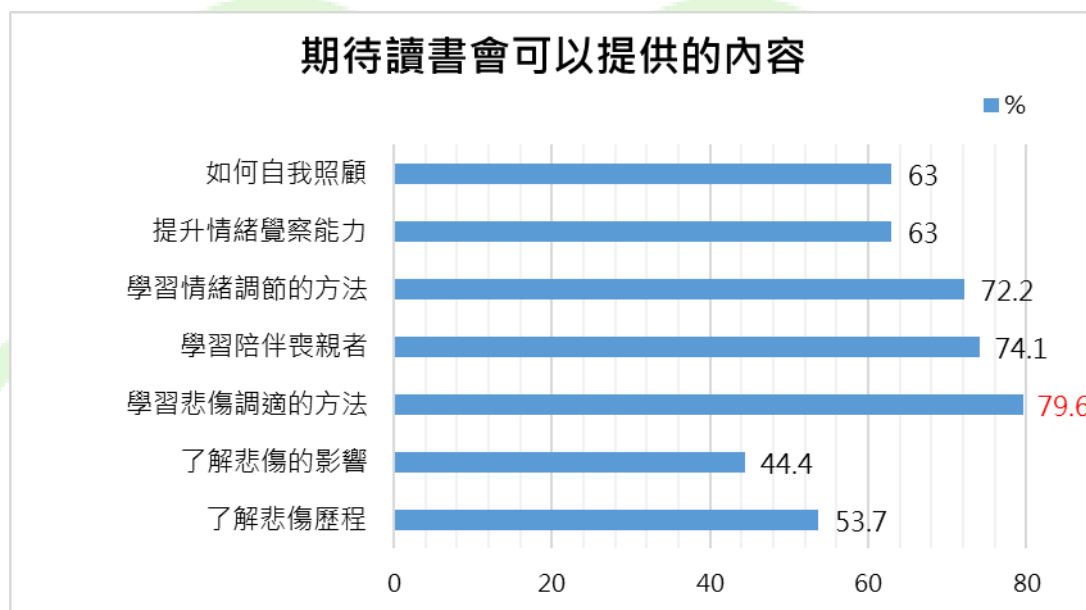
在背景部分，有 35.2%報名參與者背景為「器捐領域服務之社工」佔最多數，其次為「有興趣參與器捐關懷陪伴者(含志工)行列的其他醫療團隊人員」以及「有關懷陪伴志工經驗之社會人士」，各佔 14.8%。而並無「器捐領域服務之志工」以及「大專院校社工、心理、諮商輔導學系學生」報名參加。整體而言報名參與者屬器捐領域之相關醫療團隊、社工、志工或器捐者家屬等助人工作者為大多數，約佔

整體四區參與者 53.7%，而有 13% 的參與者為非屬前述類別人員，包含社福單位或護理之家的志工、護理人員以及志工…等。其中從區域別來看，可發現中區參與者明顯集中在助人工作者以及有興趣參與器捐關懷陪伴者(含志工)行列的其他醫療團隊人員或器捐者家屬兩類。



且接近全數的參與者在參加此讀書會之前皆未閱讀過讀書會所規劃之書籍(96.3%，52 位)與繪本(94.4%，51 位)，而在期待本次讀書會能帶給參與者什麼樣的內容時，除「了解悲傷的影響」上比例較低，僅 44.4% 參與者表示期待外，其他各項普遍都有半數以上的參與者表示期待，其中又以「學習悲傷調適的方法」為最多參與者所期待，佔 79.6%，其次為「學習陪伴喪親者」，亦同樣高達 74.1%。其中較為特別的是，南區僅在「了解悲傷歷程」的期待人數明顯較低外，其餘各項都有

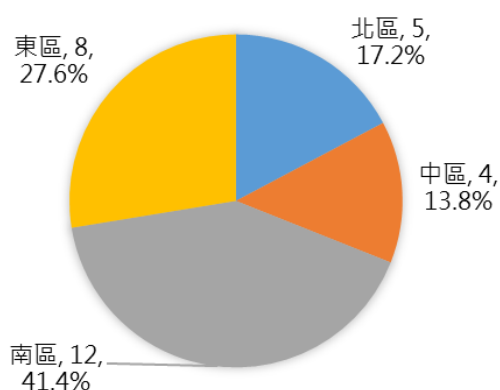
極高的期待；而北、中、東區則同樣都在「學習情緒調節的方法」上的期待人數最低，但整體而言各區高度期待的項目仍可見一致性。



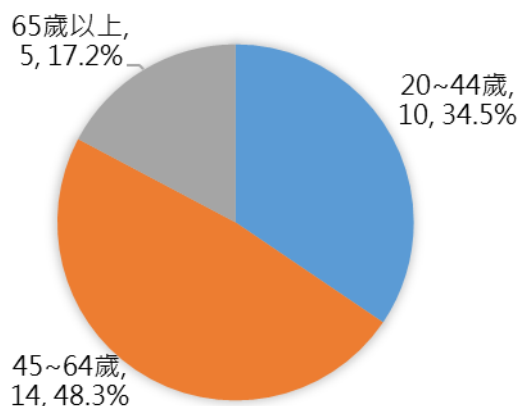
(4) 後測單題結果

關懷陪伴讀書會四區總計 29 位填答，仍以南區參與者人數最多，但與課前報名者不同的則是東區 27.6% 超越北區躍升為第二，填答者皆為成年人，其中 93.1% 為女性。

課後-參與者區域分布



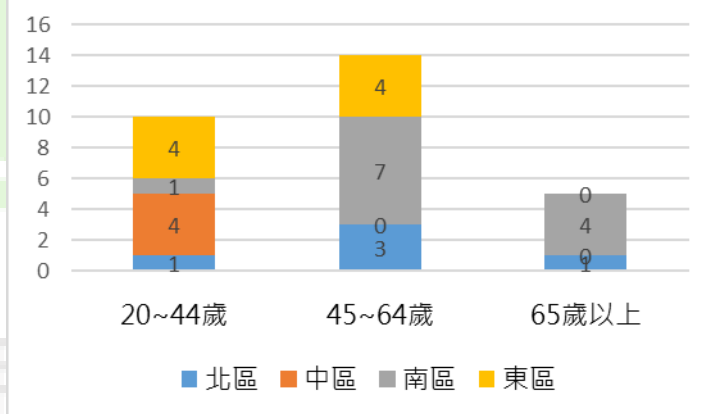
三階段年齡分布一覽



整體與會者年齡分布從 27 歲至 73 歲不等，平均年齡為 50 歲，比例上仍以中高齡者為最多，接近 5 成(48.3%)，其次為青壯年階段，佔 34.5%。

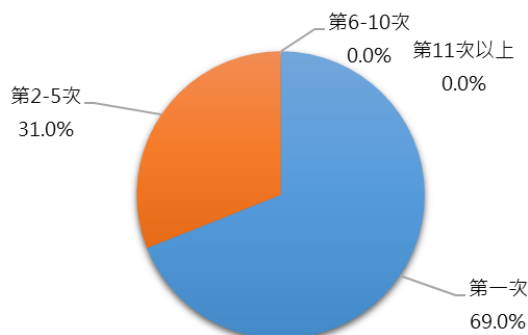
其中，在參與者年齡的區域分布上，中區全數為青壯年人口，而東區則明顯集中在 31~50 歲的青壯年人口階段，而南區則偏向中高齡階段，相較之下，北區年齡分布最為平均。

三階段年齡分布(按區域別)

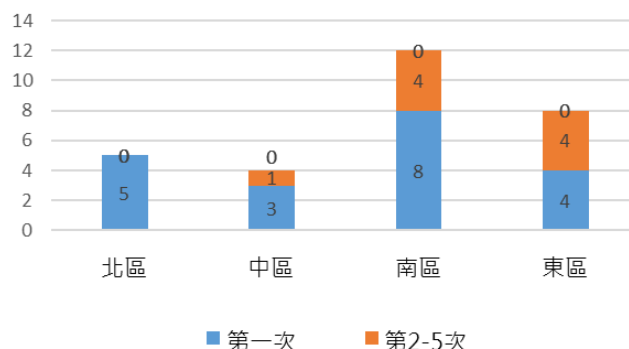


而在讀書會參與次數上，北區填答者全數皆為首次參加，中區及南區亦同樣為首次參加者為最高。且近 7 成(69%)的填答者表示是首次參加協會辦理的「讀書會」活動，其餘則為第 2~5 次。而在讀書會參與次數上，北區填答者全數皆為首次參加，中區及南區亦同樣為首次參加者為最高。

第幾次參與本會讀書會活動

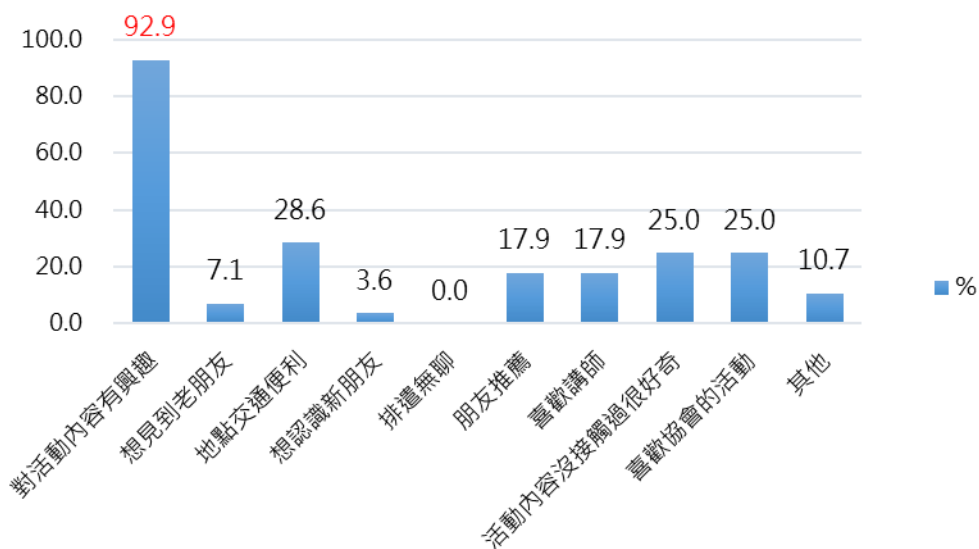


第幾次參與本會讀書會活動區域別

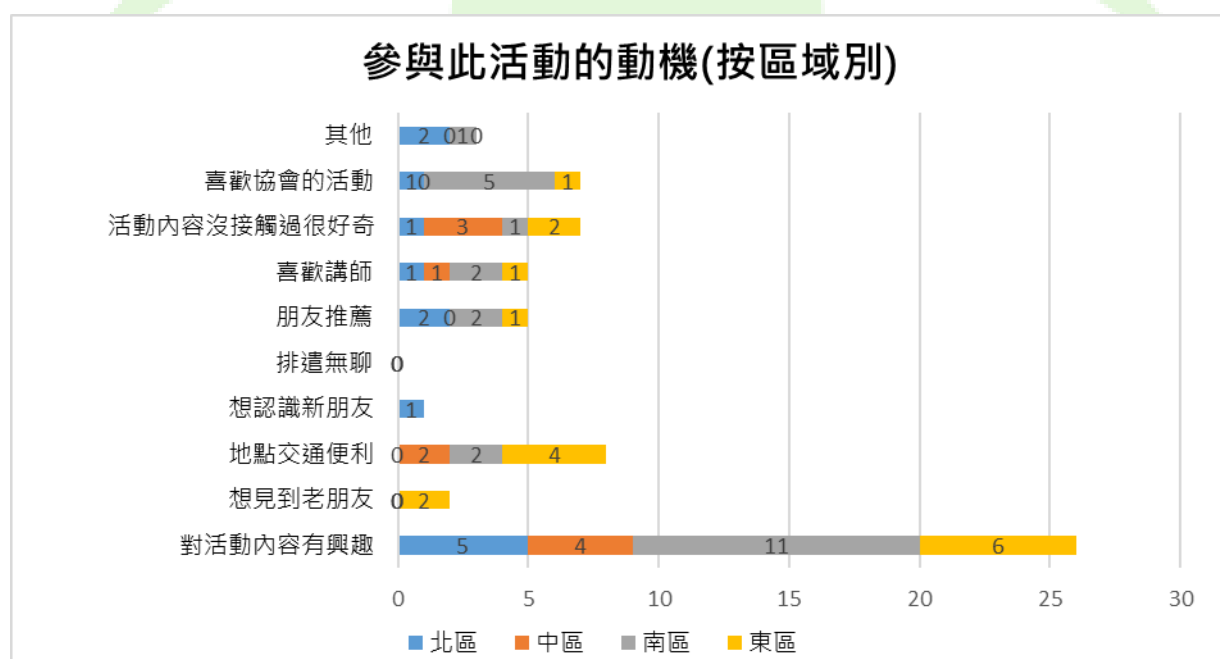
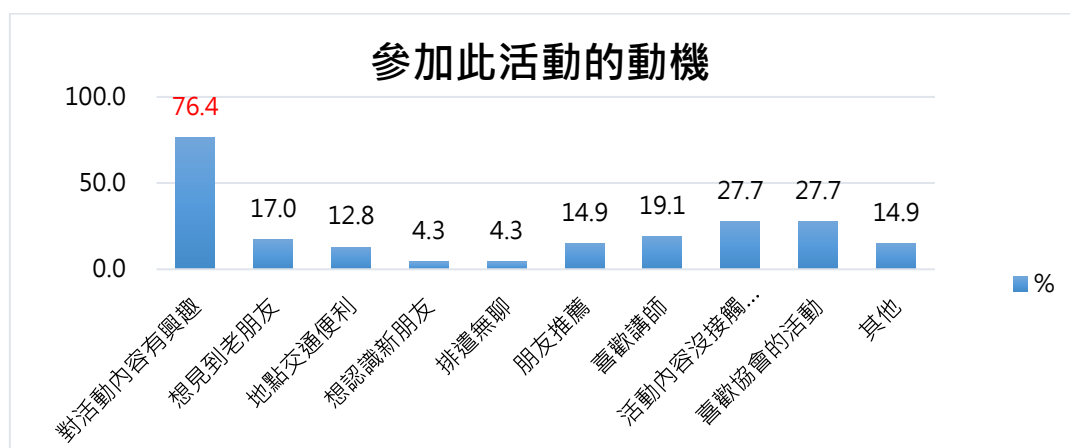


在參與動機上有接近全數(92.9%)的參與者選擇「對活動內容有興趣」明顯為最高，其次為對「地點交通便利」佔 28.6%；而以「想認識新朋友」(3.6%)以及「想見到老朋友」(7.1%)二項明顯略低，而「排遣無聊」則完全無填答者選擇。進一步分區來看，四區參與者皆同樣以選擇「對活動內容有興趣」為最高，而僅有北區的參與者有因為「想認識新朋友」而來的，同樣地也僅有東區的參與者是因為「想見到老朋友」而來。

參加此活動的動機(N=28)

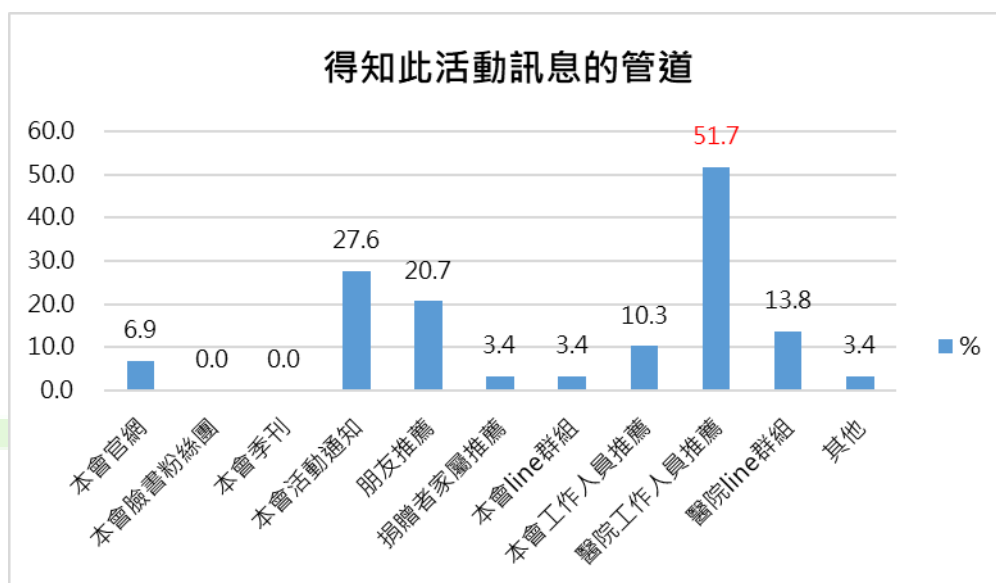


在參與動機上 76.4%的參與者選擇「對活動內容有興趣」明顯為最高，其次為對「課程內容沒接觸過很好奇」以及因「喜歡協會的活動」而來的參與者亦各有 27.7%；而以「想認識新朋友」以及「排遣無聊」者為最低，各僅有 4.3%。

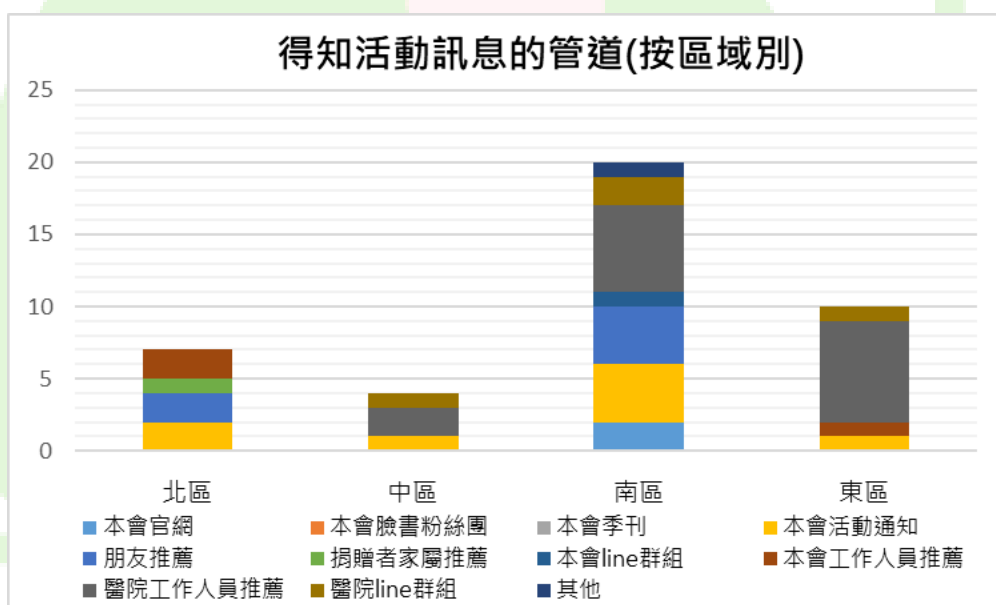


進一步分區來看，四區參與者皆以「對活動內容有興趣」為最高，而僅有北區的參與者有因為「想認識新朋友」而來的。

而在活動獲知管道上，最多的是透過「醫院工作人員推薦」，佔 51.7%；而有 27.6% 的參與者則是透過「本會活動通知」，透過「朋友推薦」則約佔 2 成(20.7%)。反之，這四區完全沒有因透過「本會臉書粉絲團」與「本會季刊」獲知訊息前來參加者。



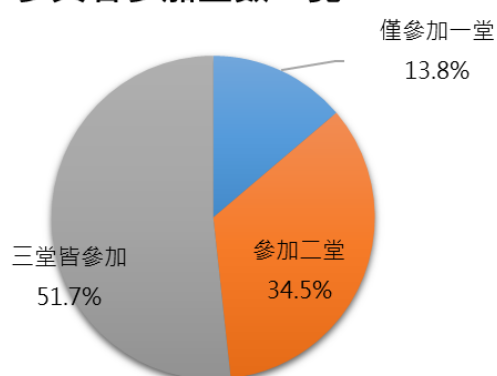
其中在個別區域上，四區的訊息獲知管道最多皆是來自「醫院工作人員推薦」，且皆有因「本會活動通知」來前來，但不同的是「捐贈者家屬推薦」僅在北區出現；而透過「本會官網」、「本會 LINE 群組」則僅在南區出現；另透過「朋友推薦」獲知訊息者則僅在北區及南區。



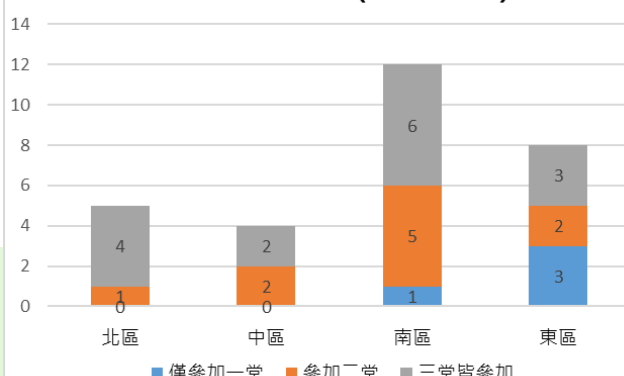
在學員課堂參與情形部份，有半數以上參與者是三場次全部參與；參與其中二場次的有 34.5%；而僅參與一場次的為 13.8%為最少；其中有參加第一堂或有參加二堂者人數十分相近，而在區域別上，北區與中區並無僅參與一堂的。

整體而言在讀書會結束後，所有的參與者皆表示「會推薦其他人來參與本會讀書會活動」，顯示讀書會活動確實有獲得參與者的正向迴響與高度肯定。

參與者參加堂數一覽

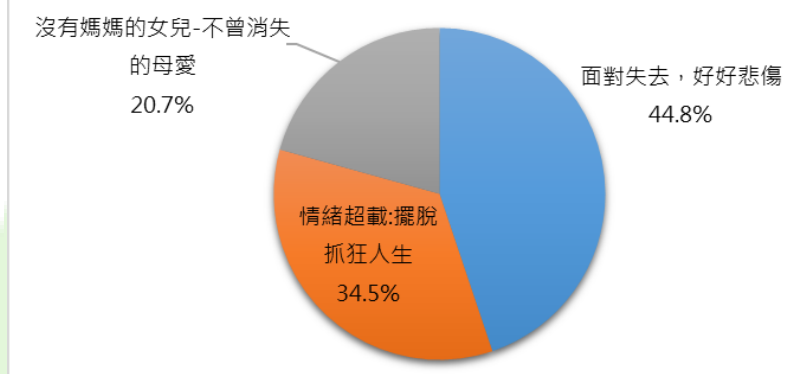


參與堂數(按區域別)



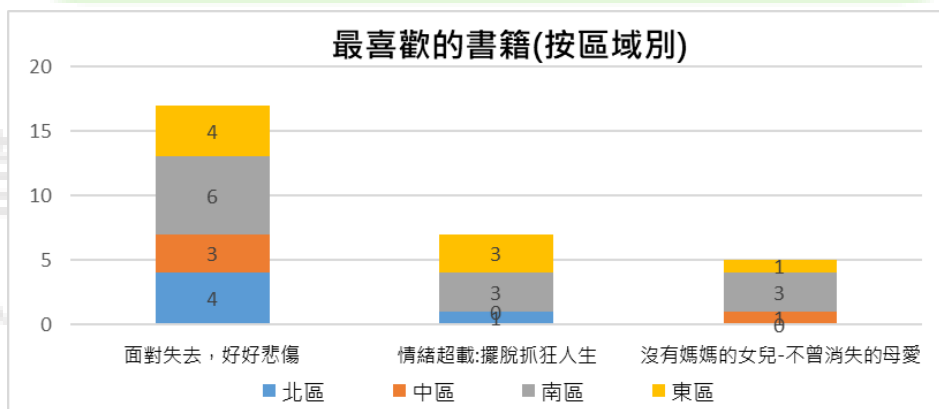
關於導讀書籍的喜愛度上，榮登書籍類首位的是「面對失去，好好悲傷(時報出版，2018)」，佔 44.8%；其次為「情緒超載：擺脫抓狂人生(時報出版，2021)」亦獲得 34.5%參與者的青睞。而在繪本的部分，喜好度第一名為「我的悲傷小精靈(大穎文化，2022)」，佔 58.6%，其次為「不再孤單(時報，2020)」，佔 24.1%。

最喜歡的書籍

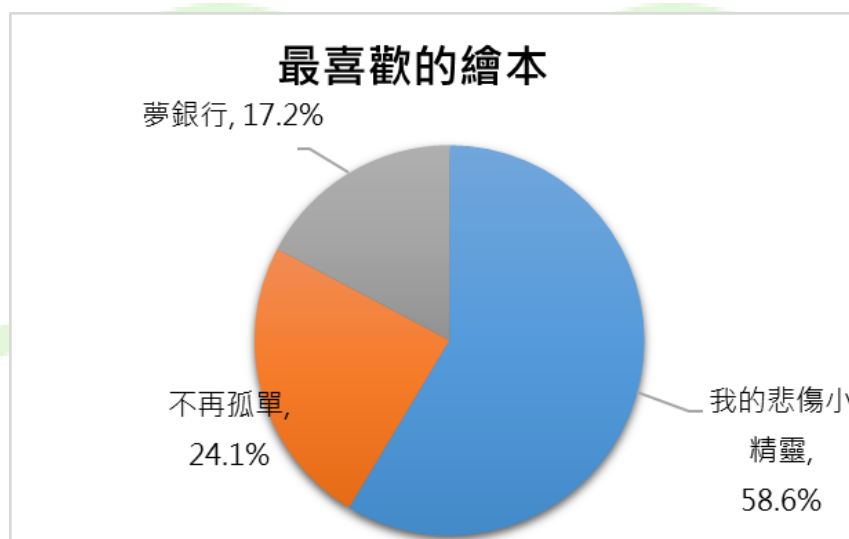


而從區域別來看，各區最多參與者表示喜愛的書籍皆是「面對失去，好好悲傷(時報出版，2018)」，其中北區並無參與者特別偏愛「沒有媽媽的女兒-不曾消失的母愛(豫書林出版，2022)」；而中區則是並無參與者特別偏愛「情緒超載：擺脫抓狂人生(時報出版，2021)」，是明顯與其他區不同之處。

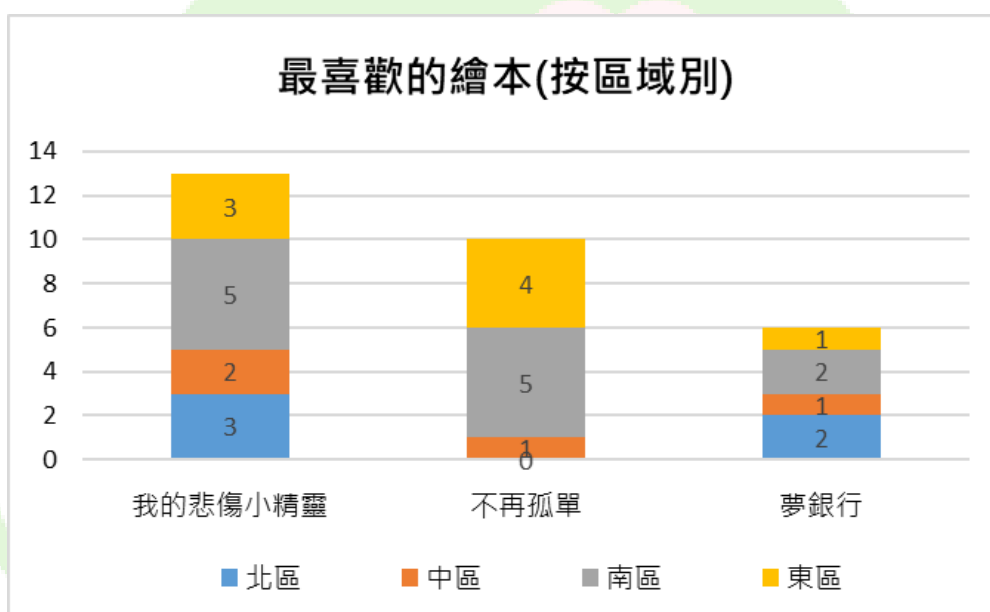
最喜歡的書籍(按區域別)



而在繪本的部分，喜好度第一名為「我的悲傷小精靈(大穎文化，2022)」，佔 58.6%，其次為「不再孤單(時報，2020)」，佔 24.1%。

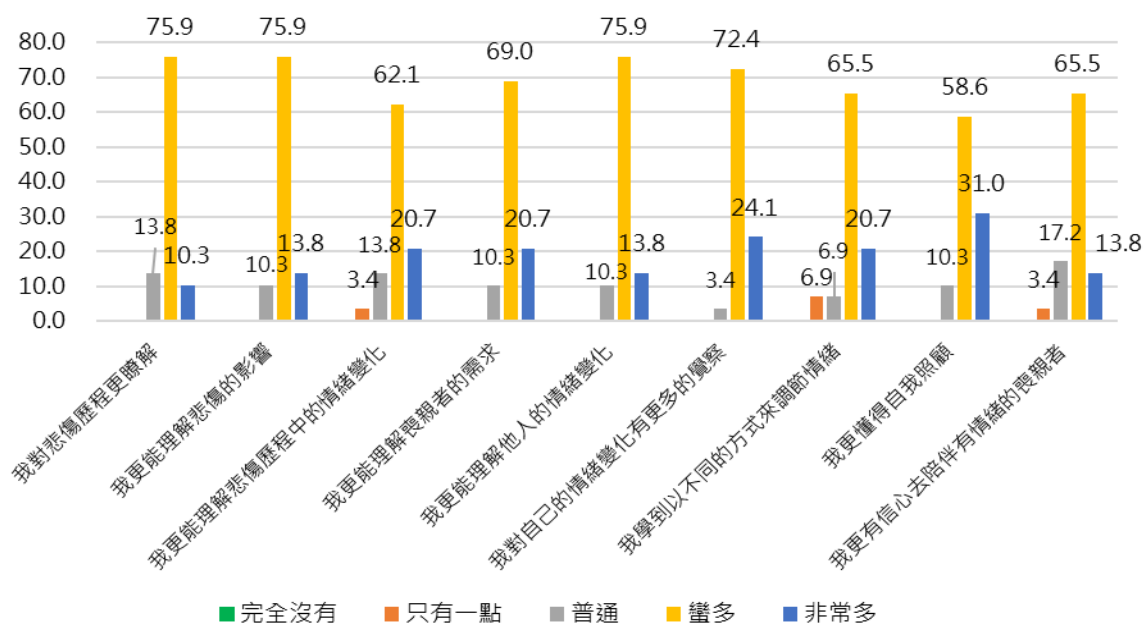


從區域別來看，繪本的喜好則在各區互有消長，僅有北區的參與者並未選擇「不再孤單(時報，2020)」，其他區三本繪本則均有受到參與者青睞



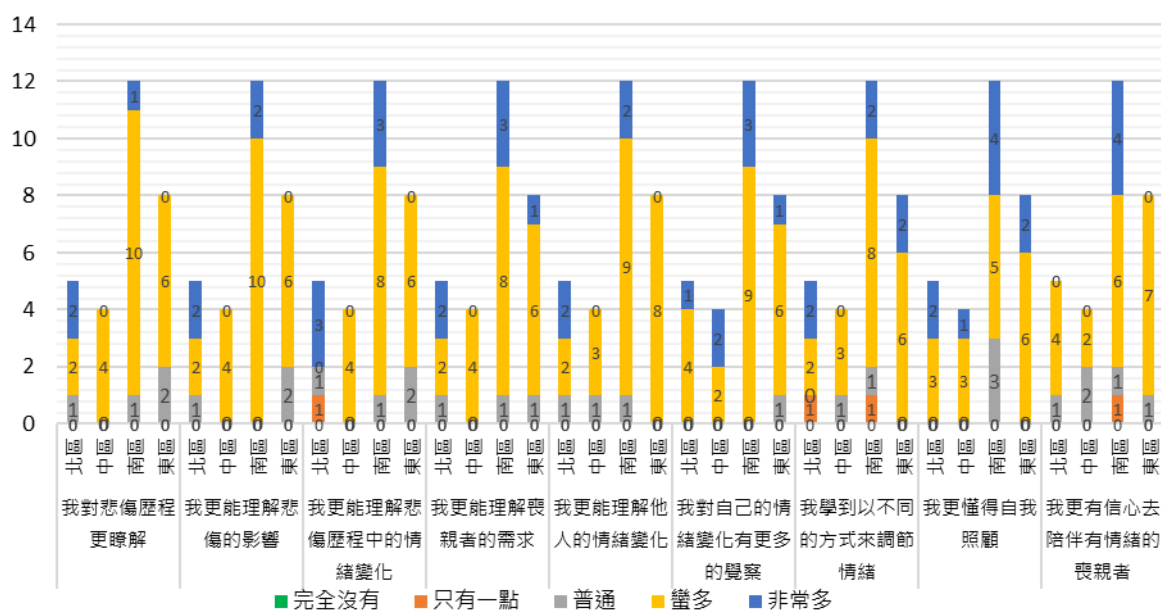
而在課後學習收穫成長部份，除了「我更有信心去陪伴有情緒的喪親者」之外，整體而言各題項皆有趨近 9 成甚至是 9 成以上的參與者表示學習「蠻多」及「非常多」，其中更有接近全數(96.5%)的參與者在「我對自己的情緒有更多的覺察」該項感受學習到蠻多及非常多。

參與者課後感覺自己的學習成長情形

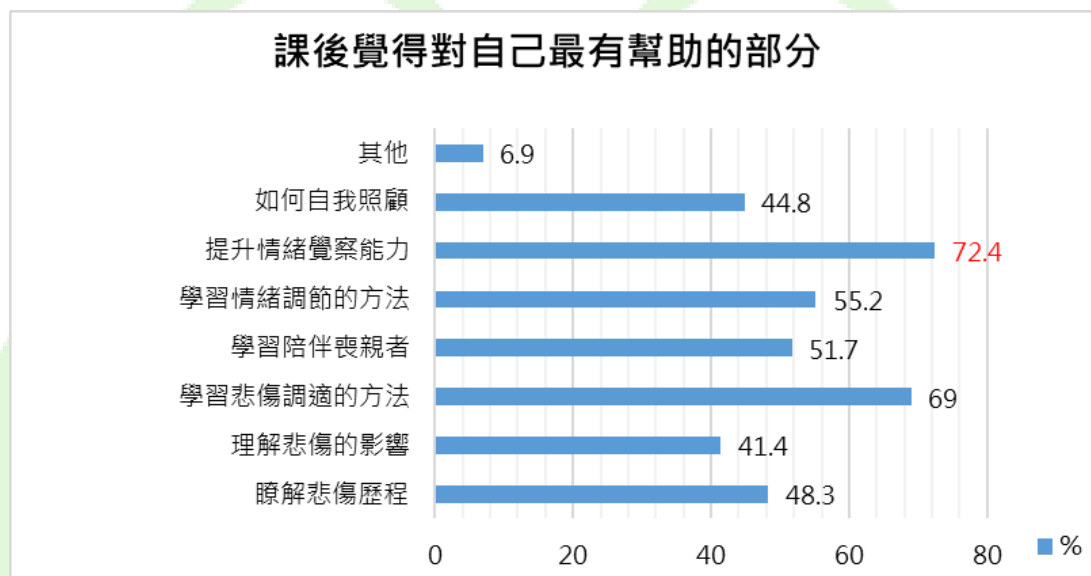


進一步以分區來看，每題項皆有至少 1 區的參與者勾選「普通」，而「我更有信心去陪伴有情緒的喪親者」全部四個區都有參與者感覺的「普通」，更有一區的參與者有「只有一點」的學習感受度。另外較為特別的是中區則僅有在「我更懂得自我照顧」出現感到學習到「非常多」，其餘題項至多為「蠻多」的程度差異，顯示各區參與者在不同層面的學習感受亦有某種程度的一致性。

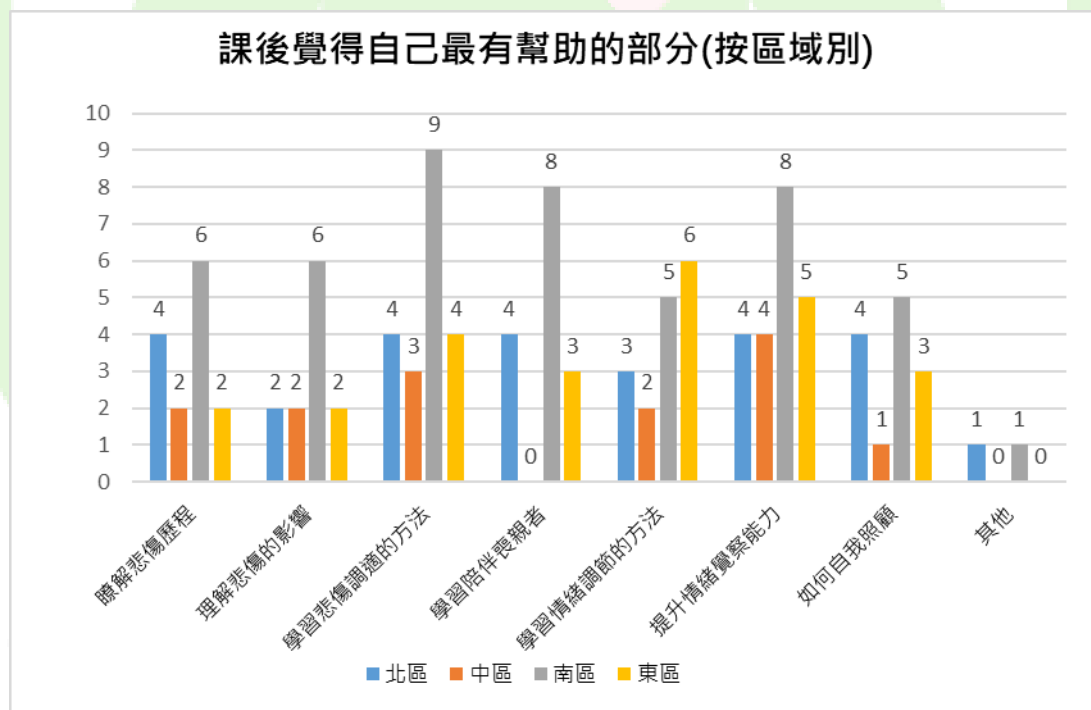
參與者課後感覺到自己學習成長情形(按區域別)



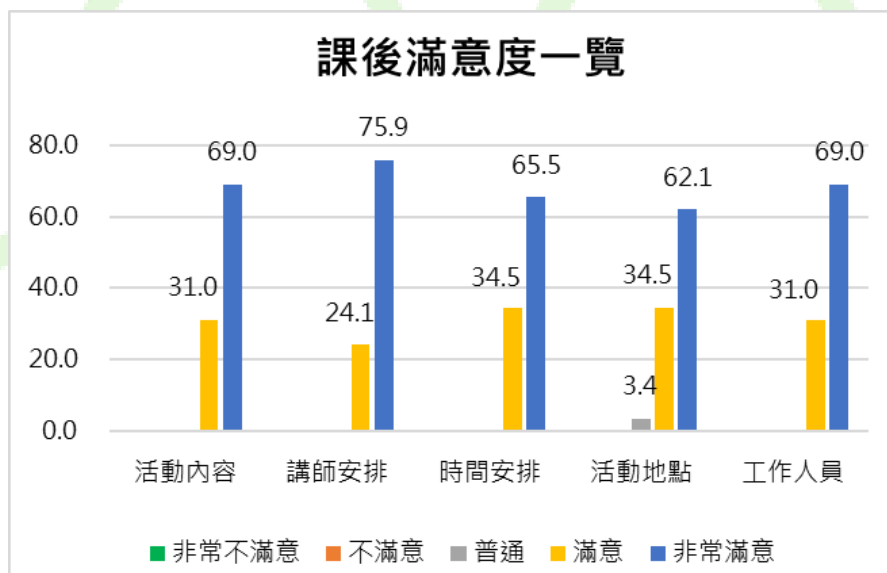
當詢問到從本課程學習到最有幫助的部分時，超過 7 成(72.4%)的學員皆有選擇「提升情緒覺察能力」，其次為「學習悲傷調適的方法」，亦約有近 7 成(69%)的學員選擇此項。



而在區域上，各區較多人選擇的亦與整體趨勢一致，惟中區的參與者並無一人感覺「學習陪伴喪親者」對他們最有幫助是在區域分布上較為明顯歧異之處。



在讀書會安排的滿意度上，整體而言無論是在「課程內容」、「講師安排」、「時間安排」、「活動地點」以及「工作人員」各題項皆有 9 成 6 以上的學員表示滿意及非常滿意，其中除「活動地點」有些許 3.4% 的參與者表示普通外，其他各項皆是獲得 100% 滿意的正面肯定。



(5) 讀書會課程前、後測問卷回饋題目分析結果

樣本說明:前後測問卷樣本，前測問卷回收 54 份，後測問卷發出 48 份，回收 2 份，回收率為 60.4%。

在參與讀書會之前就「個人喪親經驗」的情緒反應處理方式 8 個題項以及「關於情緒調節」8 個題項讓報名者先行予以由低至高 1~7 分的自評個人的符合情形。其中在「個人喪親經驗」之各題項平均數從 2.92 至 4.94 不等，中位數則落於 2 至 5 之間，其中平均數最高者在「我能夠自在地談起關於她/他的一切」題項上，最低則是「我覺得好像沒人幫的了了我」；而在參與讀書會後的課後各題項平均數皆是上升的情形，平均數大致增加幅度在 0.29~0.85 之間，成長幅度不算明顯，顯示無論是負向的情緒感受或是使用方法上的信心態度僅是微幅增加，其中以「我有方法幫助自己渡過思念時的各種情緒」該項課後平均數上升幅度最高，上升 0.85，中位數向上躍升 1 分。而較為特別的是，在「我覺得好像沒人幫的了了我」題項雖然平均數僅上升 0.51，但中位數卻向上躍升 1.5，顯示原本勾選較低分數者有明顯往上抬升。整體而言，課後的各題項平均數分布大致從 3.43 至 5.43 不等，與課前比較平均數最高者轉變成「我有喜歡的方式來表達對她/他的思念」，而平均數最低題項仍與課前相同。顯示參與課程後，學員在「我有喜歡的方式來表達對她/他的思念」此部分明顯較有收穫。

讀書會前後的個人喪親經驗

題項		課前(N=54)		課後(N=28)	
		平均數	中位數	平均數	中位數
	我的情緒起伏變大了	3.89	4	4.18	4
	我的生活作息變得混亂	3.23	3	3.68	4
她/他 過世後	我覺得好像沒人懂我的感受	3.11	3	3.5	3
	我覺得好像沒人幫的了	2.92	2	3.43	3.5
	我有摯親好友可以分享我的經歷	4.65	5	5.04	5.5
	我有喜歡的方式來表達對她/他的思念	4.65	5	5.43	6
	我能夠自在地談起關於她/他的一切	4.94	5	5.25	6
	我有方法幫助自己渡過思念時的各種情緒	4.54	5	5.39	6

另外在「關於情緒調節」部分各題項平均數從 4.28 至 5.22 不等，明顯皆高於中間值，其中平均數最高落在「我覺得有別人的協助，我的情緒能更快獲得紓解」該項，最低則是「當我有不愉快的情緒時，我能以冷靜的態度面對問題」；而在參與讀書會後的課後各題項平均數絕大多數皆微幅上升，上升幅度自 0.28~0.97 不等，其中上升幅度最大的為「當我有不愉快的情緒時，我能以冷靜的態度面對問題」，中位數亦上升 1.5 分，而「當我有不愉快的情緒時，我會一直去想和那情緒有關的事」於課後數值反而完全沒有增減，是較為特別的地方。整體而言課後平均數自 4.57 至 5.5 不等，中位數大致趨近於 6，而平均數最高者維持不變，仍為「我覺得有別人的協助，我的情緒能更快獲得紓解」；而平均數最低題項轉為「當我有不愉快的情緒時，我會一直去想和那情緒有關的事」。顯示參與課程後學員普遍更能覺察自己的情緒；有不愉快情緒也能自己做一些轉換情緒的事，或找人聊一聊…等，更知道如何調節情緒。

題項		課前(N=73)		課後(N=47)	
		平均數	中位數	平均數	中位數
關於情緒調節	我能覺察自己的情緒變化	5.07	5	5.43	6
	當我有不愉快的情緒時，我會一直去想和那情緒有關的事	4.57	5	4.57	5
	當我有不愉快的情緒時，我會一個人去做一些幫助轉換心情的事	4.72	5	5.46	6
	當我有不愉快的情緒時，我會找人聊一聊	4.89	5	5.25	6
	我覺得我有能力處理好自己的情緒	4.7	5	5.32	6
	我覺得有別人的協助，我的情緒能更快獲得紓解	5.22	5	5.5	6
	我有至少三種紓解情緒的方法	4.7	5	5.29	5.5
	當我有不愉快的情緒時，我能以冷靜的態度面對問題	4.28	4	5.25	5.5

另外在「關於情緒調節」部分各題項平均數從 4.28 至 5.22 不等，明顯皆高於中間值，其中平均數最高落在「我覺得有別人的協助，我的情緒能更快獲得紓解」該項，最低則是「當我有不愉快的情緒時，我能以冷靜的態度面對問題」；而在參與讀書會後的課後各題項平均數絕大多數皆微幅上升，上升幅度自 0.28~0.97 不等，其中上升幅度最大的為「當我有不愉快的情緒時，我能以冷靜的態度面對問題」，中位數亦上升 1.5 分，而「當我有不愉快的情緒時，我會一直去想和那情緒有關的事」於課後數值反而完全沒有增減，是較為特別的地方。整體而言課後平均數自 4.57 至 5.5 不等，中位數大致趨近於 6，而平均數最高者維持不變，仍為「我覺得有別人的協助，我的情緒能更快獲得紓解」；而平均數最低題項轉為「當我有不愉快的情緒時，我會一直去想和那情緒有關的事」。顯示參與課程後學員普遍更能覺察自己的情緒；有不愉快情緒也能自己做一些轉換情緒的事，或找人聊一聊…等，更知道如何調節情緒。

讀書會前後的情緒調節

題項		課前(N=73)		課後(N=47)	
		平均數	中位數	平均數	中位數
關於情緒調節	我能覺察自己的情緒變化	5.07	5	5.43	6
	當我有不愉快的情緒時，我會一直去想和那情緒有關的事	4.57	5	4.57	5
	當我有不愉快的情緒時，我會一個人去做一些幫助轉換心情的事情	4.72	5	5.46	6
	當我有不愉快的情緒時，我會找人聊一聊	4.89	5	5.25	6
	我覺得我有能力處理好自己的情緒	4.7	5	5.32	6
	我覺得有別人的協助，我的情緒能更快獲得紓解	5.22	5	5.5	6
	我有至少三種紓解情緒的方法	4.7	5	5.29	5.5
	當我有不愉快的情緒時，我能以冷靜的態度面對問題	4.28	4	5.25	5.5

(6) 讀書會課後：陪你一起讀

今年首次嘗試『陪你一起讀』的方式，回應學員的個別需求與後續交流。中區有一人預約提供 2 人次服務；北區有二人預約，共提供 4 人次的陪讀服務；今年『陪你一起讀』共服務 3 人，共計 6 人次。

日期/時間	陪讀書籍	讀者身分	區域	陪讀人
05/18(四)19:00-20:30	你值得好好悲傷：我們都是自殺者遺族	醫院社工	中區	張真睿 社工
06/14(三)19:00-20:30				
10/17(二)10:00-12:00	蛤蟆先生去看心理師	捐贈者家屬	北區	
11/14(二)10:30-13:30				
11/27(一)10:00-11:00	悲慟的保存期限：陪伴自己與他人面對生命重大失去的倖存法則	服務性志工		
12/04(一)10:15-11:15				

今年首次嘗試『陪你一起閱讀』的方式，回應學員的個別需求與後續交流。今年有三人預約共 6 人次的陪讀服務，剛好分別為不同背景的成員，有社工、捐贈者家屬及志工，選擇的陪讀書籍也都不同。在陪讀過程中，陪讀者會依照學員閱讀的心得來聚焦討論的重點，例如醫院社工對於討論的焦點比較放在助人者面對死亡及悲傷議題的自我準備；捐贈者家屬則對自身狀況及議題在書中的角色產生共鳴，進而討論到如何陪伴自己的情緒技巧，並嘗試練習藉由身體調節情緒的方法；志工對於作者的個人經驗分享及陪伴原則與技巧很有興趣，討論重點集中在陪伴方法的交流。『陪你一起閱讀』初嘗試雖服務人次少，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。

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、東各一場次活動，共四場次 12 堂課，總時數 36 小時，共服務 98 人次，服務量達成率 62%。其中以北區及中區的服務人次均低於預期服務量，更是首次低於以往人次最少的東區。服務量比預期落差大，有幾個因素，其一是北區辦理之醫院地點交通不便，北區場次首次在新竹的醫院舉辦。本次北區辦理地點讓位於雙北地區習慣參加實體活動的年長家屬，因為距離遙遠不便前往又不習慣參加線上課程，因此北區參加人次不到預期服務量的五成；其二是中區醫院活動撞期，因中區合辦醫院訓練課程與活動遇上疫情後醫院集中評鑑後辦理，讀書會活動與院內訓練撞期，因此招生情況不如預期只有預期的三成五。

今年成員參加方式以實體居多佔約六成，線上參加人次僅佔不到四成，相較於去年參加線上有 79 人次，今年參加線上的人次明顯減少許多，顯示疫情後大家選擇參與活動的方式仍會以實體為優先，但參加活動人次仍未達疫情前的服務量，未來須考量服務使用者的習慣及合作單位的情況，調整活動安排與預期服務量，擴展服務觸及量。

（四）語窩歡樂學苑

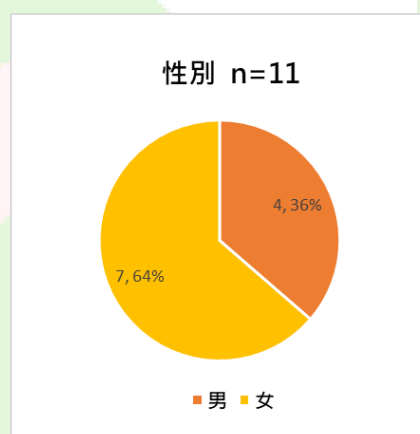
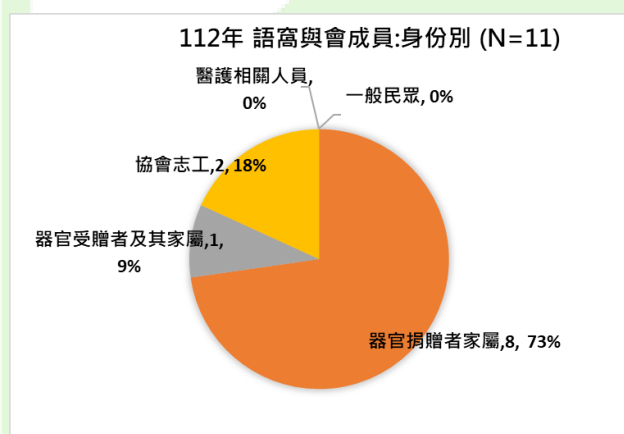
本會語窩歡樂學苑為推廣服務課程，提供本會會員、一般民眾、捐者家屬認識本會、與體驗本會服務課程。112 年「語窩歡樂學苑」課程，原定計畫分為週六課程與週三課程，因其辦理其他家屬支持服務方案、講師邀約與時間調整以及報名學員可參與時間變動之故，課程辦理時間調整為週三與週四，共辦理六次課程，提供 8 人、計 26 人次課程服務，年度目標達成率為 75%。實際課程辦理時，參與學員均未有台北地區以外之學員參與。

	課程 時間	預定計畫			課程 時間	實際執行			達成率
		場次	人次	總人次		場次	人次	總人次	
語窩	週六	4	20	35	週三	4	20	26	場次達成率： 75% 人次達成率： 74.3%
	週間	4	15		週四	2	6		
	合計	8	35		合計	6	26		

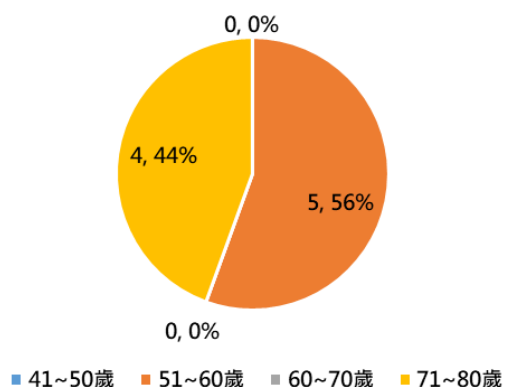
1. 參與成員分析：

語窩	參與人數	參與者性別		平均年齡 (歲)	問卷回收:10 份	
		女性 (人次)	男性 (人次)		份數(份)	回收率 (%)
週三	7 人	9	2	55.6	8	100%
週四	1 人	0	4	75	2	100%
總計	8 人	9 人次 (100%)	6 人次 (0%)	59 歲	10	100%
備註	1. 週四課程與會成員同時亦參與周三課程，故，學員總人數為 7 人。 2. 週三課程與會學員，有 1 位女性學員僅報名、請與會同學幫忙創作，並未同步參與實體課程，故課程回饋問卷有一份未填寫。					

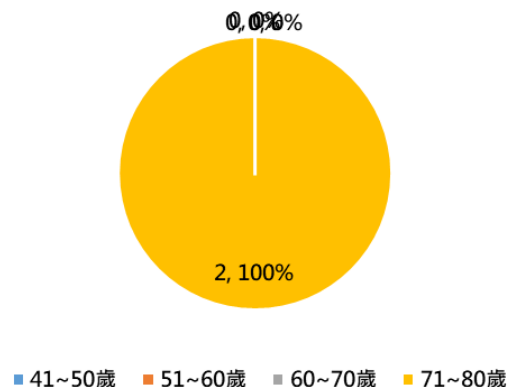
112 年度語窩歡樂學苑共提供 8 位學員、15 人次之服務。其中 8 位學員（佔 73%）為捐贈者家屬佔最大宗；其次為協會志工 2 位（佔 18%）；受贈者及其家屬 1 位（佔 9%）。參與成員女性佔 64%、男性佔 36%；平均年齡為 59 歲。相關資料圖表說明如下：



語窩：週三課程 學員年齡分佈



語窩：週四課程 學員年齡分佈



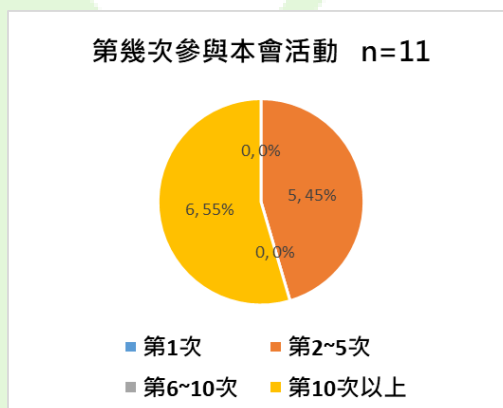
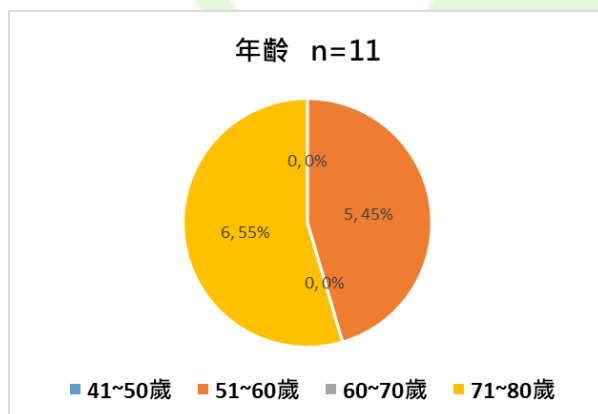
2. 活動內容摘要與課後回饋問卷整理：

(1) 活動內容：

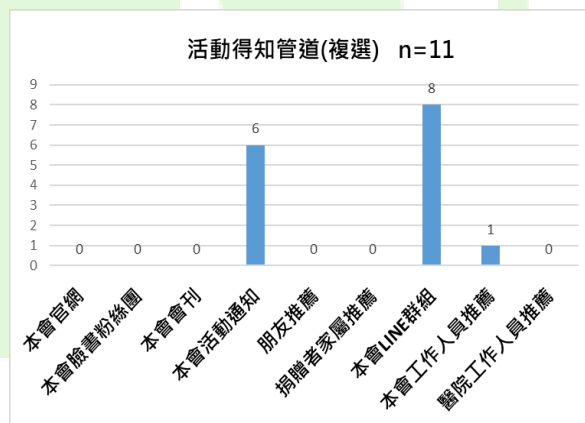
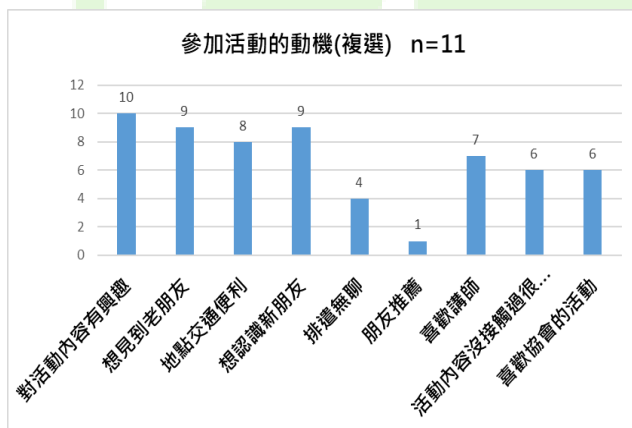
本年度語窩課程分成兩主題：年初開春，以深受學員喜愛的「自製天然左手香膏」主，展開；邁入秋天時，接續以「羊毛氈」帶領學員運用濕氈及針氈的方式進行創作，享受首座的樂趣。

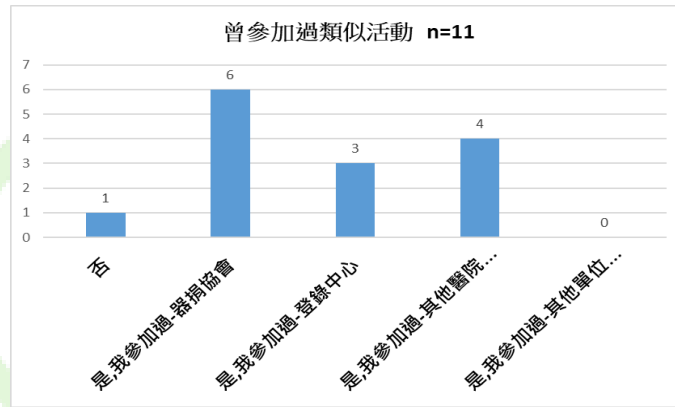
(2) 課後回饋問卷整理：

此次語窩課程系列參與學員 64% 為女性，年齡分佈在 51 歲~80 歲之間，其中 71~80 歲學員最多(佔 55%)；有 55% 學員參與本會課程超過 10 次以上。

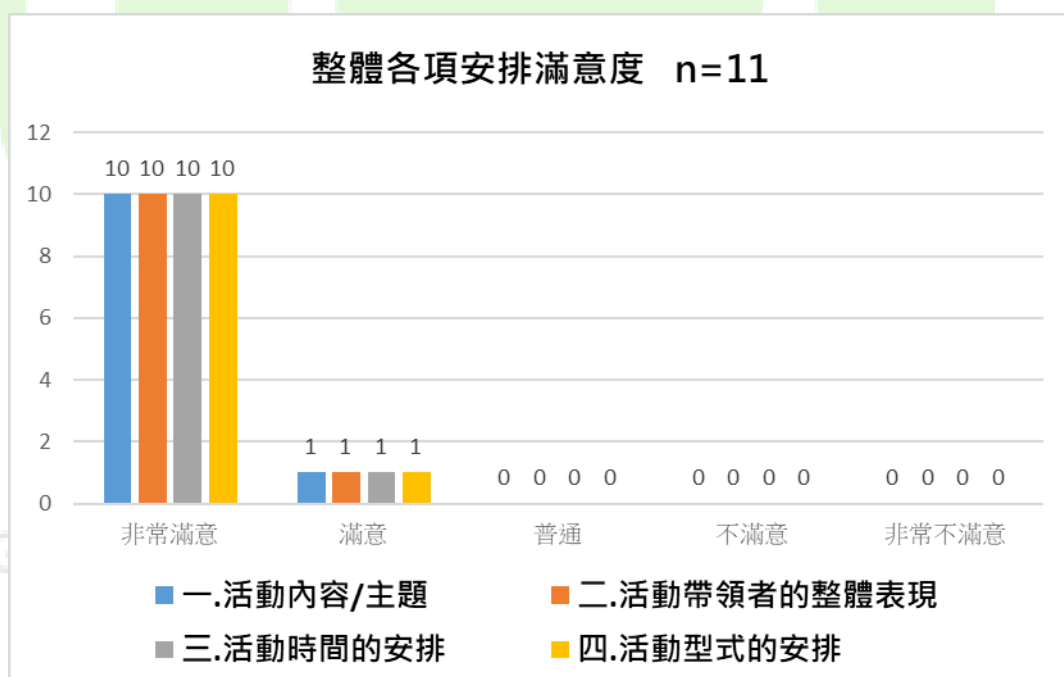
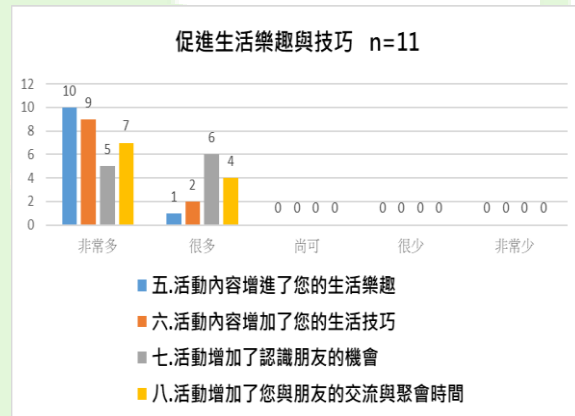
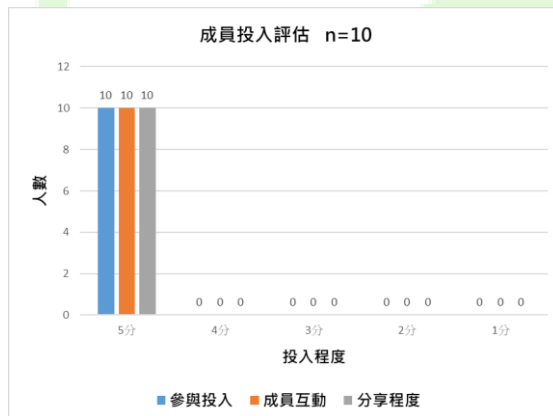


九成以上學員的參加動機主要是「對活動內容本身有興趣」，其次依序為「想見到老朋友」、「想認識新朋友」、「地點交通便利」等；而學員獲得活動訊息的管道七成來自本會 Line 群組、其次為本會活動通。在參與類似活動經驗部份，有五成以上學員是曾經參與本會的活動，仍有一位學員是未曾參與過類似的課程活動。





本年度語窩課程進行時，全體學員均全程專注參與、並投入活動，也會主動與其他夥伴分享交流。語窩課程學員覺得參與後為生活帶來非常多樂趣；有八成學員覺得學習了非常多「生活技巧」，亦有六成學員覺得語窩活動增加了與朋友交流與聚會的時間。整體來說，全體學員對語窩課程活動均感到滿意。



3. 活動花絮



左手香膏製作



羊毛氈票套及筆套



羊毛氈陪伴燈及小物



羊毛氈聖誕小物

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

(五) 全國器官捐贈者家屬聯誼秋季營

1. 辦理日期：112 年 10 月 28 日(週六)至 10 月 29 日(週日)。

2. 辦理地點：南投鯉魚潭-天水蓮大飯店。

3. 成員參與情形：

區域	戶數	人數
北區	9 戶	15 人
中區	4 戶	6 人
南區	11 戶	19 人
東區	0 戶	0 人
合計	24 戶	40 人

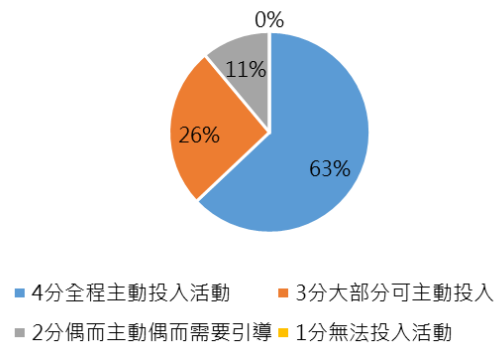
3. 活動內容摘要：

- (1)【馨香療癒一】：這堂課由張美茹秘書長，帶領大家製作自己專屬的擴香石。從自製模具開始，接著攪粉、調色到加水後灌漿入模具，第一階段就完成了。第二階段在晚餐後開始，經過二個多小時，作品均已初步乾燥足以脫模，脫模後則開始細修，把粗糙的表面或邊角磨平、磨光滑，稍微擦乾後，即可開始裝飾，貼上喜愛亮片、圖案，綁上皮繩即完成屬於自己獨一無二的擴香石。
- (2)【馨香療癒二】：這堂課由陳育歆芳療師，來帶大家認識精油，講師除了分享精油的知識，也透過香氣的嗅聞讓大家體驗精油香氣帶給身心的感受。接著，讓大家動手調製按摩油，可以對治大家常見的問題，並分享生活中可以運用按摩油按摩那些穴道，幫忙緩解身體的痠痛或不舒服。
- (3)【林場 DIY 活動】：第二天一早，飯店協助安排環潭小火車，小火車上一邊介紹鯉魚潭七景，讓參加成員有機會領略湖光山色。
- (4)【湖畔靜心】：由張真睿社工在飯店中庭帶領靜心舞蹈，讓大家把注意力從外在回到自己、回到身體，透過音樂、舞蹈動作找回內在平靜。
- (5)【自由參觀-地母廟】午餐後，帶領家屬前往鄰近地母廟參訪，地母廟依山而建，上山過程許多腿腳不利索的家屬或是不同宗教信仰的家屬，就沒有進到廟裡參拜。剛好碰巧遇上各地廟宇進香，廟裡熱鬧非凡，也因儀式過程鑼鼓喧天，原定安排導覽解說也難以順利進行，而改由自由參拜。

4. 參與成員評估與分析：

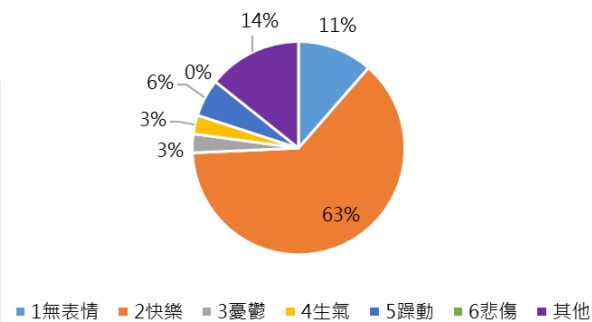
由各小組助教協助評估，課程成員參與課程情況。家屬共 40 位報名參加活動，但其中有一位沒有參加課程活動，故成員評估部分以 39 位家屬資料統計整理。結果如下各圖：

投入程度



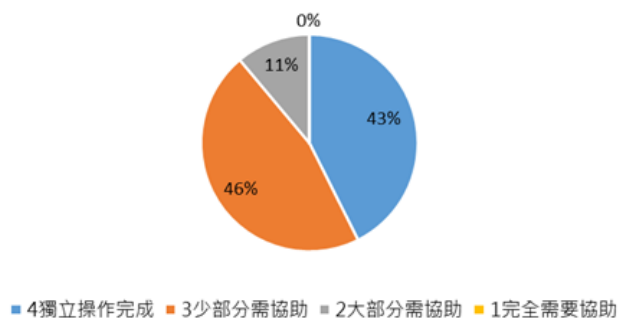
63%的家屬都能全程主動投入活動中，另外 26%的家屬也大部分可主動投入，少數 11%家屬偶而主動偶而需要助教引導。

表情/情緒



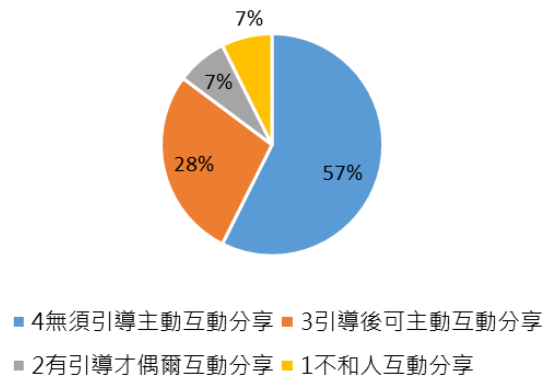
63%家屬在課程裡都有出現快樂的表情，有 11%家屬出現無表情，還有 6%家屬有躁動的情緒出現，少數 3%家屬呈現憂鬱、生氣，有 14%其他的家屬表情/情緒浮現，例如:專注、平靜、放空、平穩、有心事、不耐、悶悶的、急躁。

操作能力(手眼協調、精細動作)



43%家屬都能獨立操作完成，46%家屬少部分需要協助，有 11%家屬大部分需要協助，可能跟部分參與成員年齡偏高或其身心狀況有關。

團體互動分享

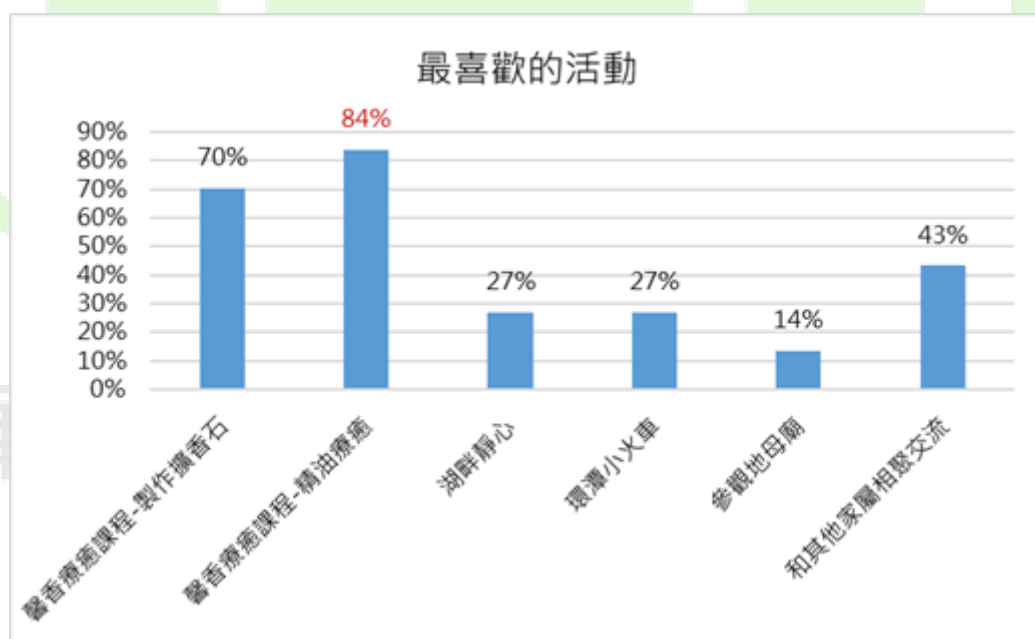


在團體互動分享的部分，57%家屬可主動分享，28%家屬引導後可主動分享，7%引導後偶而分享，也有 7%家屬不和人互動分享。

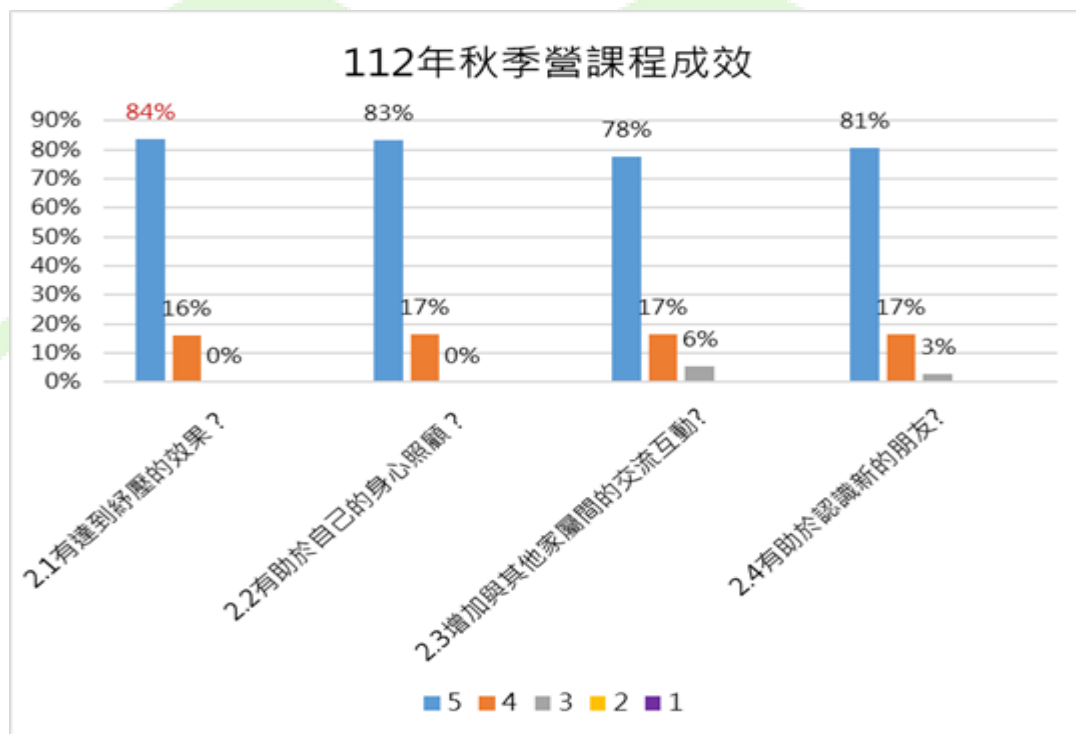
整體而言，有八成五的家屬能夠主動投入，且六成的家屬可以開心享受課程活動；在操作能力的部分，約八成家屬大部分都可以完成；在團體互動分享的部分，能夠主動分享的成員有約五成。在秋季營的課程中，成員既能開心投入的活動，並與其他成員互動分享，少數有協助需求的家屬，透過各組安排的助教協助，是讓團體課程能順利進行的重要因素。

5.問卷回饋：

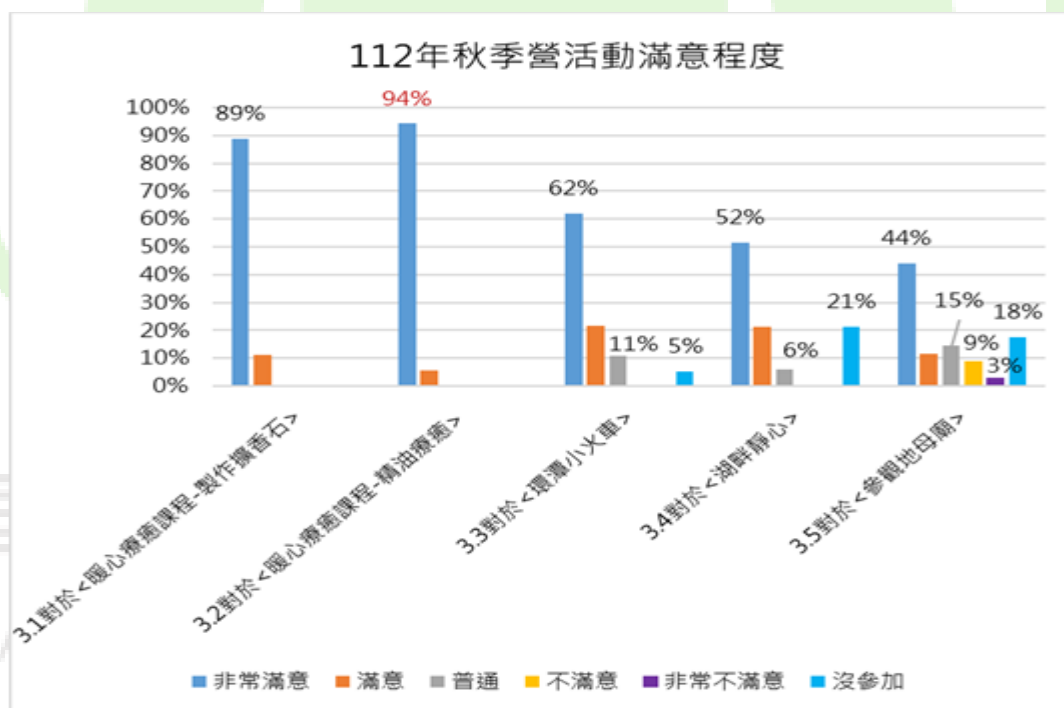
112 年秋季營參加家屬共 40 位，其中有 5 歲幼童及 8 歲兒童各一位，未施作問卷，共發放 38 份問卷，回收 38 份，回收率 100%。回收的問卷中部分題目家屬有漏達情形，則以有實際填答的份數做統計。



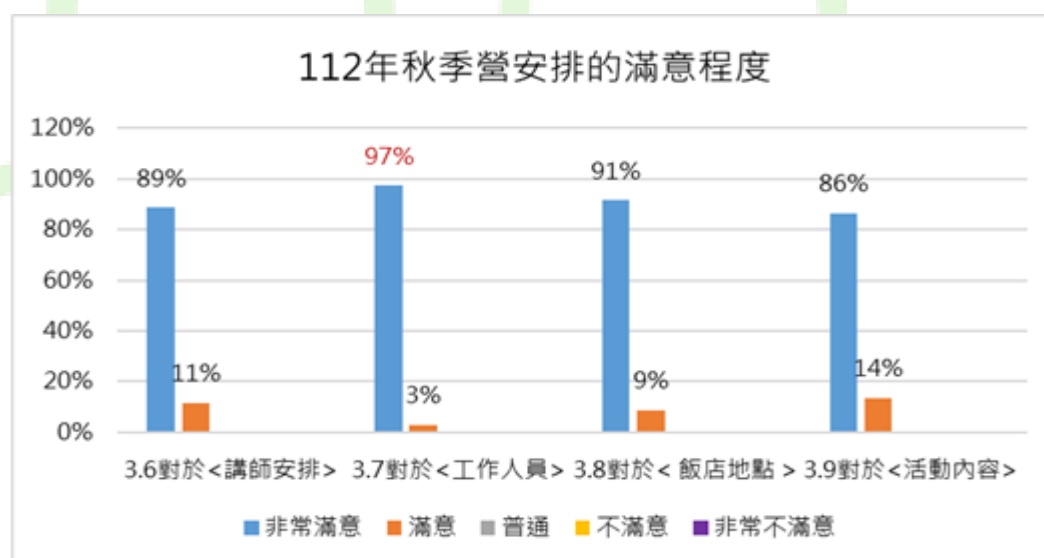
今年活動安排，最受大家喜愛的部分，前三名依序是「馨香療癒課程-精油療癒」、「馨香療癒課程-製作擴香石」、「和其他家屬相聚交流」。



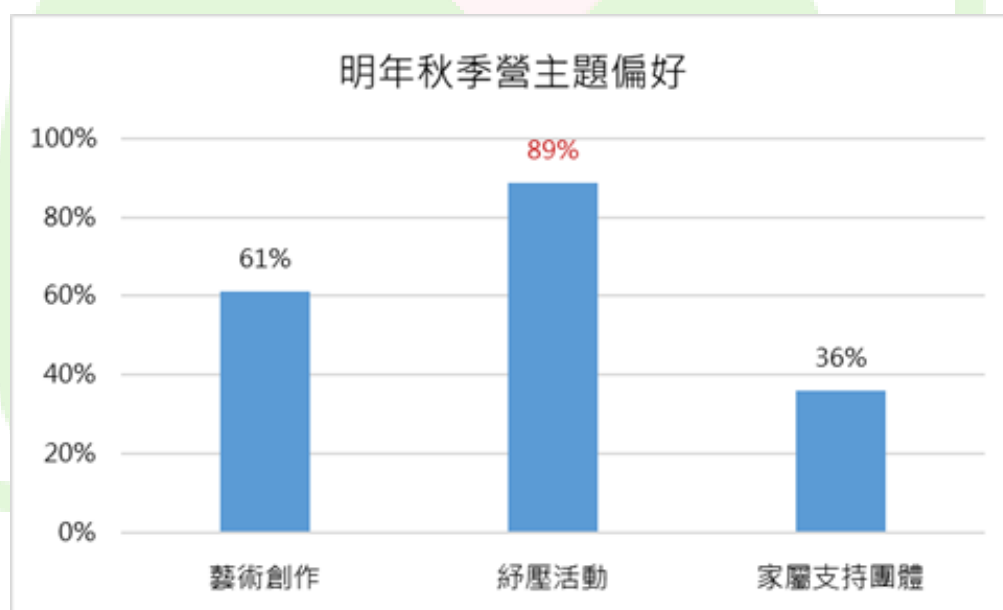
這兩天活動，成員回饋紓壓的效果五分者高達 84%；有助於自己身心照顧回饋五分高達 83%；有增加與其他家屬間的交流互動回饋五分以上者占 81%；有助於認識新的朋友回饋五分以上者占 72%。



今年秋季營的各項活動中，「馨香療癒課程-精油療癒」獲得 94%家屬回饋非常滿意，其次「馨香療癒課程-製作擴香石」獲得 89%家屬回饋非常滿意。而家屬最不滿意的則是「參觀地母廟」有 9%家屬回饋不滿意和 3%家屬回饋非常不滿意，僅有 44%家屬回饋非常滿意。而「湖畔靜心」則有高達 21%家屬回饋沒參加，可見靜心活動對家屬的吸引力不強。



家屬對於各項安排，100%回饋感到非常滿意或滿意。



成員對明年課程有興趣的主題，前二名依序為「紓壓活動」、「藝術創作」，可參考此調查結果安排明年課程主題。

整體而言，成員對於主要課程及各項安排，滿意度都高達九成，成員回饋各項活動成效五分以上者也達八成以上，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.

參、結語：

今年度的方案，我們規劃從「好好愛自己」的概念出發，期待提升捐贈者家屬覺察自身受哀傷影響的重視，促進自我照顧與情緒調節的能力與意願，增進採取改變行動、接受協助的意願與動力並促進因應初階及中階哀傷階段所需之知識與能力的提升。除了一對一的個案工作之外，我們規劃成長工作坊以身體照顧及園藝治療課程，協助家屬學習自我照顧能力，來因應初階悲傷所需的安全、信任；藝術創作支持團體，設計以創作生命樹並整理生命經驗的過程，協助協助哀傷初期需求涵容、調節情緒及而中期階段則需要獲得回憶整理，並透過分享與他人保持連結；關懷陪伴讀書會則涵蓋認識悲傷的知識及學習調節情緒知能的主題，來協助哀傷初期家屬滿足需求涵容、調節情緒，也讓助人者能學習如何陪伴捐贈者家屬。

我們把成效評估指標、評估工具、預計成效、實際成效及達成率之間的邏輯關係，整理如下表格，並於之後詳述各項成效評估指標，在各個方案服務策略中的詳細內容。

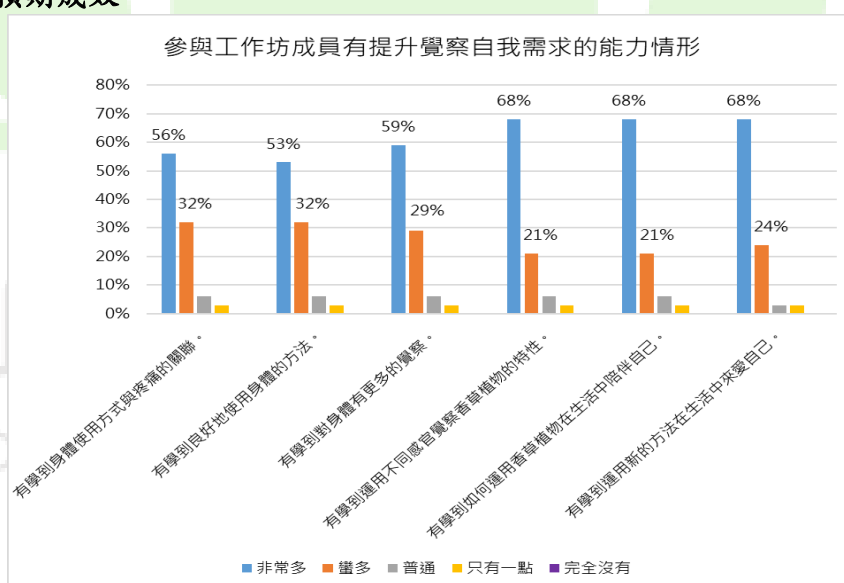
	操作目標	預計服務成效	評估指標	實際服務成效
一	一年內在北中南東四區，各辦理一次成長工作坊，以滿足捐贈者家屬哀傷初期的任務需求。	1-1 提高因應哀傷初期所需之對自我需求的覺察能力。	80%參與工作坊成員有提升覺察自我需求的能力。	88.5%參與工作坊成員有提升覺察自我需求的能力。
二	一年內在北中南東四區，各辦理一次藝術創作支持團體，以滿足捐贈者家屬哀傷中期的任務需求。	2. 學習因應哀傷中期所需之整理與逝者回憶的方法。	80%參與團體的成員學習到整理與逝者之回憶。	91.3%參與團體的成員學習到整理與逝者之回憶。
三	一年內在北中南東四區，各辦理一梯次關懷陪伴讀書會，以滿足捐贈者家屬哀傷初期的任務需求。	1-2 提升因應哀傷初期所需之情緒調節的能力。	85%參與讀書會成員增加情緒調節與涵容的能力。	89%參與讀書會成員增加情緒調節與涵容的能力。
四	一年內服務 12 名捐贈者家屬個案，以滿足捐贈者家屬哀傷初期及哀傷中期的任務需求。	1-2 提升因應哀傷初期所需之情緒調節的能力。	80%個案有增加情緒調節與涵容的能力。	73.6%個案有增加情緒調節與涵容的能力。

服務成效	成效評估指標	評估工具	預計成效	實際成效	達成率
1-1 提高因應哀傷初期所需之對自我需求的覺察能力。	80%參與工作坊成員有提升覺察自我需求的能力。	1. 112 年成長工作坊回饋問卷 2. 悄悄話信箱 3. 團體活動紀錄表	80%	88.5%	111%
1-2 提升因應哀傷初期所需之情緒調節的能力。	85%參與讀書會成員增加情緒調節與涵容的能力。	1. 112 年關懷陪伴讀書會回饋問卷 2. 悄悄話信箱 3. 團體活動紀錄表	85%	89%	104%
	80%個案有增加情緒調節與涵容的能力。	1. 個案處遇紀錄 2. 團體活動紀錄表	80%	73.6%	92%
2. 學習因應哀傷中期所需之整理與逝者回憶的方法。	80%參與團體的成員學習到整理與逝者之回憶。	1. 112 年支持團體回饋問卷 2. 悄悄話信箱 3. 團體活動紀錄表	80%	91.3%	114%

一、年度各項成效指標達成情形

(一)服務成效 1-1 的評估指標：80%參與工作坊成員有提升覺察自我需求的能力。

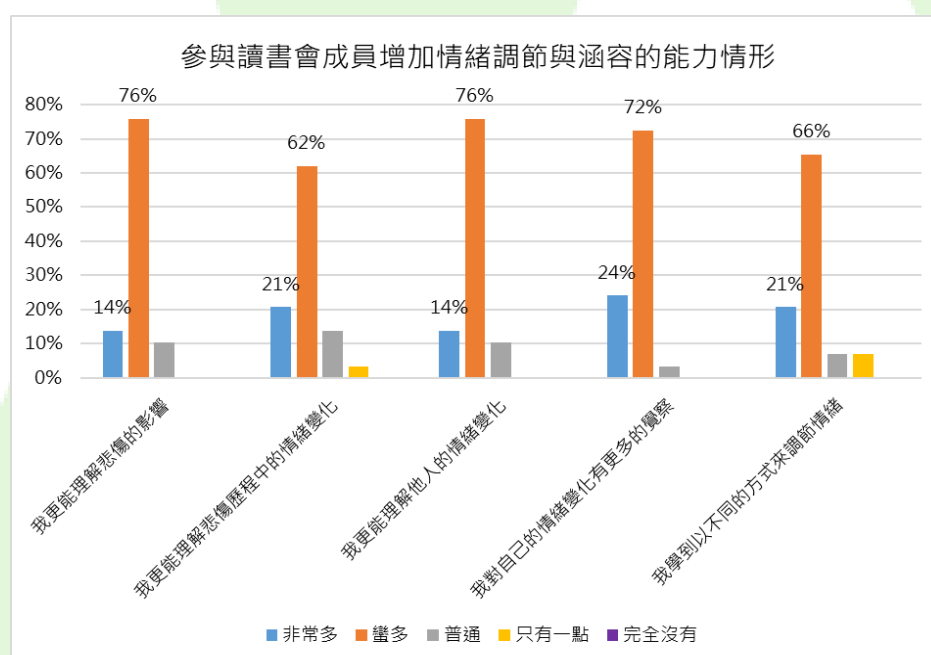
我們設計透過「悠遊樂活成長工作坊」的服務策略來達成提高捐贈者家屬因應哀傷初期所需之對自我需求的覺察能力，透過課後回饋問卷評估成效指標為 88.5%，有達到 80%的預期成效。



從上圖資料中可以發現，有超過八成五的參與成員對於〈身體有更多的覺察〉、〈運用感官覺察香草植物〉及〈運用香草植物在生活中陪伴自己與愛自己〉有非常多及蠻多的學習。顯示我們所規劃的課程，能夠引導參加成員開啟對於身體及五感更多的覺察的練習，也能將課程中學到的方法在需要的時候運用於生活中幫助自己。

(二)服務成效 1-2 的評估指標:85%參與讀書會成員增加情緒調節與涵容的能力及 80%個案有增加情緒調節與涵容的能力。

我們設計透過「關懷陪伴讀書會」及「個案工作」的服務策略來達成提升捐贈者家屬因應哀傷初期所需之情緒調節的能力，前者實際成效為 89%，達到 85%預期成效；後者實際成效為 73.6%，尚未達到 80%預期成效。以下將詳細分述兩個不同服務策略的成效內容。



「關懷陪伴讀書會」的部分，從上圖參與成員的回饋問卷統計中可以發現，超過八成五接近九成的參加成員反饋，在〈更能理解他人的情緒變化〉、〈對自己情緒變化有更多覺察〉、〈學到以不同的方式來調節情緒〉等都有蠻多或非常多的學習，表示在課程材料與課堂引導練習有助於參加成員對自己及他人情緒的覺察與調節。

「個案工作」的部分，我們以個案參加成長工作坊、關懷陪伴讀書會及支持團體的活動紀錄，及個案處遇紀錄中，評估個案今年在調節情緒的面向上，是否學習新的情緒調節方式，是否有運用情緒調節方式陪伴自己，在面對情緒時的涵容度是否增加。

項次	姓名	評估項目		
		學習情緒調節方式	運用情緒調節方式	情緒涵容度增加
1	陳○燕			
2	阮○樺	√		
3	陳○晴			

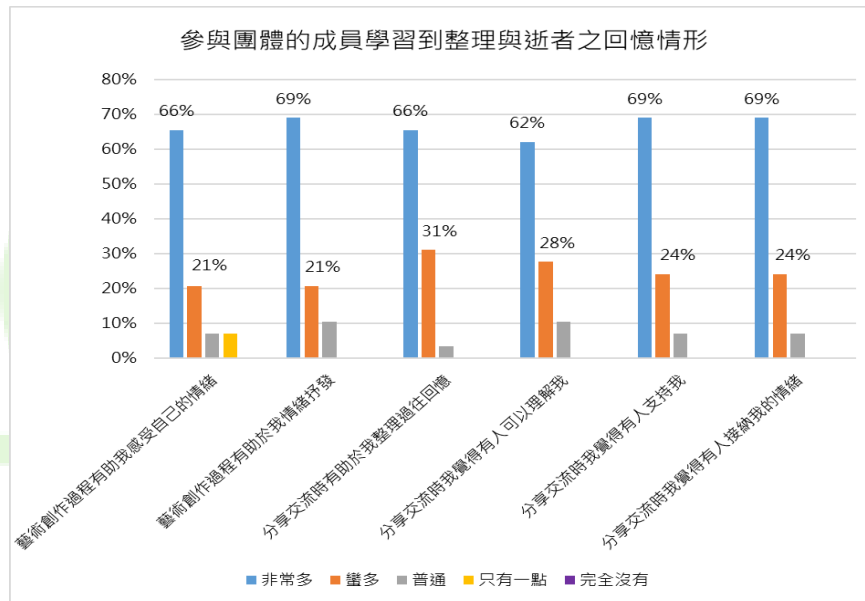
項次	姓名	評估項目		
		學習情緒調節方式	運用情緒調節方式	情緒涵容度增加
4	陳○寬			
5	陳○惠	√	√	√
6	黃○華			
7	錢○珠	√	√	√
8	范○榕	√	√	√
9	邱○芬			
10	劉○筠	√	√	√
11	張○子	√		
12	劉○霧	√	√	√
13	康○君	√		
14	林○蘋	√	√	√
15	倪○仙	√	√	√
16	陳○如	√	√	√
17	侯○媚	√	√	√
18	李○茹	√	√	
19	郭○綸	√	√	√
總計		14 人次	11 人次	10 人次

從上表可見 19 位個案中，已經有 14 位個案開始從方案活動或與社工的會談中，學習情緒調節的方法，雖然在運用調節方法及情緒涵容度方面還需要更多的練習，讀以足見會談的練習與方案活動的介入，對於個案情緒調節，可以發揮相當的成效。

(三)成效評估指標 2：學習因應哀傷中期所需之整理與逝者回憶的方法。

成效指標 2 我們設計透過「藝術創作支持團體」的服務策略來達成協助捐贈者家屬學習因應哀傷中期所需之整理與逝者回憶的方法。透過課後回饋問卷評估成效指標為 91.3%，有達到 80%的預期成效。

「成長工作坊」的部分，從上圖參與成員的回饋問卷統計中可以發現，超過九成的成員們反饋有學到運用呼吸方法、伸展運動等維持健康的活動，融入生活來照顧自己。課程內容不只有知識與概念上的理解，還有實際操作過程，老師在一旁調整學員的運動姿勢及提醒安全身體使用的方法，讓學員更能清楚不同呼吸方式與使用身體的方式帶給身心的感受和記憶，可增加成員們將學習成果帶回生活運用的意願。



從上圖可以發現參加藝術創作支持團體的成員，反饋認為〈創作過程有助於情緒抒發〉、〈分享交流有助於整理過往回憶〉、〈分享交流時覺得有人支持我〉及〈分享交流時覺得有人接納我的情緒〉方面，覺得團體的助益非常多和蠻多的有高達九成，顯示在團體中創造接納、支持的氛圍，有助於成員在整理過往回憶碰觸到情緒時，能被接納並安全的抒發，是對捐贈者家屬而言非常有助益的。

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，在服務量方面表現不如預期，成長工作坊及關懷陪伴讀書會的執行服務量未達預期的七成，支持團體的服務量原僅有 64%，後來調整成員招募策略與醫院合作改變招募方式，運用家屬志工招募成員後，讓服務量可以上升到 91%，也連動影響個案服務的拓展，讓支持團體及個案工作的服務量可以達成甚至超出預期。而在執行成效方面表現較好，從成員的回饋可以看到我們所規劃的活動內容，有給予捐贈者家屬正向的助益，當然，我們也從執行過程中有許多發現，未來服務可改善的方向：

(一)服務量未達預期的挑戰

今年服務量未達預期，我們發現有幾項原因：

1. 疫情衝擊難以觸及新捐贈家屬：過去三年因為疫情捐贈人數減少、醫院取消或縮小規模實體追思活動，影響本會能接觸新捐贈家屬的管道，從愛的回憶寶貝盒的申請數量消長即可窺見一二。
2. 資深家屬參與活動能力降低：在進行活動邀約，電話聯繫捐贈者家屬時，發現過去活躍參加活動的資深家屬，因為健康因素無法前來或是行動能力受限，無法如過往般自行前來參加活動，疫情後此情形開始有增加之趨勢。
3. 區域差異：訪談中區醫院社工發現中區許多捐贈者家屬與捐贈者生前關係就有許多緊張與衝突，因此在捐贈後沒有意願再參與跟逝者相關之活動，這樣類型的家屬在中區比例高於其他區域。

未來在拓展觸及新捐贈者家屬的部分，除了須仰仗醫院社工協助轉贈愛的

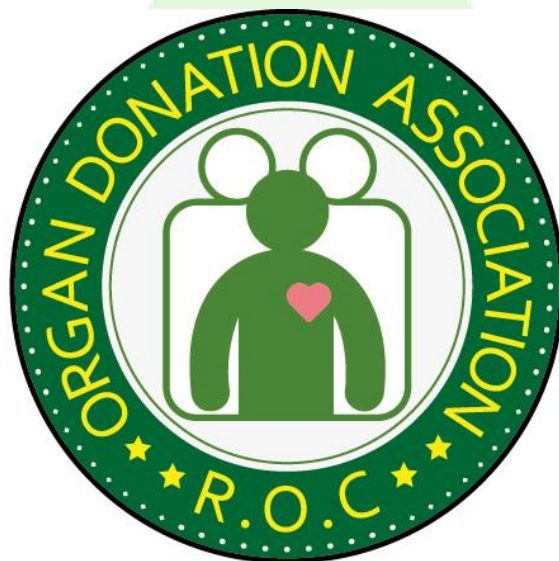
回憶寶貝盒，可繼續透過合作方案服務招募新家屬，並需積極培養捐贈者家屬志工，透過家屬間互動邀約，也可以是伸展觸角的方式，讓更多捐贈者家屬可以受益於協會服務。

(二)碰觸悲傷的兩難

今年的藝術創作支持團體中，參加的捐贈者家屬，有人感受到團體安全與支持的氛圍非常願意敞開分享自己的故事，即使碰觸到悲傷的情緒也願意在團體中展現，但也有成員認為自己還沒有準備好在團體中分享，而提早離開團體或選擇不分享，也有自認為已經把情緒收拾得很好，而來參加團體，卻在分享時情緒潰堤。在團體中，正好呈現出每個人對於悲傷情緒因應方式的差異，也挑戰團體帶領者如何創造出某個安全的距離與氛圍，可以讓成員在說與不說之間都感到自在，且在成員情緒潰堤的狀態出現後，及時支持讓情緒能夠有被接住的正向經驗，而不會害怕再次碰觸情緒宣洩的困境。在未來支持團體的設計與帶領上，仍需細緻斟酌調節。

(三)拓展個案服務

今年的個案服務在與醫院社工合作支持團體的方式之下，能夠觸及更多的捐贈者家屬，在團體中願意多表達自己的狀態，或是讓社工能夠在團體中有機會觀察其需求並適時介入，陪同家屬瞭解其面臨的困境，並提供適切的陪伴與練習，也讓服務對象可以更多意識到在哀慟復原的歷程中，能運用本會資源，長期陪伴其渡過悲傷歷程中面臨的各種議題。今年在讀書會試行一對一陪讀，雖服務量少但也吸引到捐贈者家屬願意藉由書籍討論，進入更深入地個別會談，未來可持續嘗試此服務方式，讓捐贈者家屬能漸進式、持續性接受個案服務的個別陪伴支持。



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/