

# 希望—無望流轉： 中國喪子女父母的哀傷療癒模型

李成齊 劉淑慧

## 摘要

本研究採用紮根理論建構中國喪子女父母的哀傷療癒模型。在互聯網上查找喪子女父母書寫的傾訴性文字，獲得54名父母的資料。藉由深入編碼、持續修正，形成「概念—副類別—類別—核心類別」的四級樹狀結構，其中包含「俗世連結的兩難」、「功能缺失的生活與心理壓力」、「角色失調的衝突」、「洞悉生死的艱難」四個結構核心類別，以及「無望中尋找希望」與「希望中面對無望」兩個歷程核心類別。各個類別所涵蓋的副類別之間的「希望—無望流轉」顯示該流轉源自內生的動力，每個類別本身即含有希望與無望兩個對立轉化點。此外，四個結構核心類別的成對類別之間、同一歷程核心類別的四個類別之間、兩個歷程核心類別之間的流轉則呈現出不同狀態之間一消一長的流動現象。本研究以形似太極圖的「希望—無望流轉」模型來呈現上述各層面與形式的「希望—無望流轉」交錯出逐漸開展的動態轉變過程，並據此提出哀傷理論建構、量表編製、實務運作之建議，以及本研究限制與對未來研究建議。

**關鍵詞：**希望—無望流轉、哀傷歷程、哀傷療癒、紮根理論、喪子女父母的哀傷

李成齊 湖州師範學院教師教育學院、國立彰化師範大學輔導與諮商學系  
劉淑慧 國立彰化師範大學輔導與諮商學系

(通訊作者：shl.intheworld@gamil.com)

<sup>1</sup>計畫補助：中國教育部人文社會科學研究青年基金項目（14YJCZH070）



## 壹、緒論

近年來，失獨家庭引起社會對喪子女父母的廣泛關注。失獨與中國大陸在 1980~2015 年間實施的一胎化人口政策相關聯，大體而言，可以分為兩種類型的失獨父母：一類是受嚴格控制子女數量的生育政策影響而只有一個子女的父母，因疾病、意外事故等風險而喪失唯一子女；另一類則是不受生育政策的影響而只有一個子女的父母，也喪失了唯一子女（賀志峰，2018）。雖然失獨是中國大陸的一種獨特社會現象，但喪失子女則是人類要面對的共同失落。本研究的關注點聚焦於子女死亡後，父母的哀傷療癒之發展及變化機制，不局限於失獨父母。目前中國大陸學界對喪子女哀傷的研究或引介西方的概念及理論模式（賀志峰，2018），或以質性方法描述哀傷表現（廖梓均等人，2018）與介入成效（尹若月等人，2018），或以量化方法驗證哀傷的病理表現（張靜等人，2019）與影響因素（張宇迪、賈曉明，2019），有部分契合本土文化的理論探索，比如社會關係變遷之非常態差序格局（張必春、許寶君，2015）、失獨哀傷歷程的漫長性（潘金洪，2017），但缺少對哀傷心理發展變化機制的實徵研究。本研究從哀傷療癒文獻中歸納出「關連」、「活著」、「健康」三大議題，是為現有東西方理論與實證研究需要突破之點；再採用紮根理論方法，建構在地化的哀傷療癒模型，並就此三大議題進行反思。

本研究中的名詞定義如下：「流轉」是指希望和無望之間呈現出一消一長的流動現象。雖然此概念呼應易經的「對立轉化、相生相成」之現象（Liu et al., 2016），然而本研究是由下而上的質性研究，紮根於資料建構理論，並非一開始就以易經思想分析資料。「哀傷療癒」指喪子女父母重拾對生活的興趣、感受更多的希望、再次經驗喜悅之情，且重新適應新的角色時的狀態（Worden, 2009），是動態的調適歷程而非靜止之終點。

### 一、關連：生者與逝者連結的斷裂 vs. 持續

在哀傷療癒歷程中，父母與死亡子女之間發展怎樣的關連比較健康呢？早期西方理論與研究一面倒地主張「好好放下，重新開始」，但晚近的東西方理論和研究紛紛注意到生者與逝者連結的延續未必不好。早期主張斷裂的西方理論奠基於精神分析理論。Freud（1957）認為當所愛的對象死去時，個人被迫面臨切斷與死者的連結，因而會與之相對抗、不願放棄，經歷哀傷工作（grief work），之後才逐漸回到現實中、斷開與死者的連結。這個假設受到後來許多學者的引用，並整合在其哀傷療癒之階段（或時期、任務）理論中。儘管對於階段（或時期、任務）的具體劃分及特點眾說紛紜，但都認同哀傷是短期和有限的，是擬線性的過程，以震驚、思念和復原的階段為特點（Worden, 2009; Wright & Hogan, 2008）。後續 Maciejewski



等人（2007）對因自然原因死亡的喪親人群進行 24 個月的連續追蹤調查，結果支持階段性，但並不支持階段理論。

近年來，持續連結（continuing bonds）成爲新興的哀傷研究熱點。持續連結有許多具體的表現形式：例如感到逝者與自己同在、與逝者對話、夢見逝者、整理和保留逝者遺物、回憶逝者生平以及共處經驗、按照逝者的期待生活、把逝者作爲自己內心中的道德模範、做逝者生前感興趣的事情、在做重大決定的時候尋求逝者的指導等（何麗等人，2016）。甚至，還有宗教文化所提供的超越生死兩界的持續連結方法。例如，台灣的道宮或神壇有「牽亡魂」、「觀落陰」等習俗（許敏桃等人，2005），江西等地也有類似的「背鬼」儀式（唐信峰等人，2013）。Klass（2006）根據長期參與喪子女父母的自助團體所做的民族誌研究，提出重新建立與已故子女的連結可能有助於父母找到生命意義並因應哀傷。Worden（2009）也將之前提出的哀傷療癒之第四項任務修改爲「情感上重新定位逝者並保持持續連結」。然則，Capitano（2012）發現喪子女的白人女性其連結程度越高則哀傷越重。至今，喪親者與逝者的持續連結究竟是好是壞，以及是否有文化差異，尚無定論。對此爭議，目前有三大探究方向：其一，在何時、何種形式的持續連結，對哪一類喪親者適應失落最有幫助？其二，持續連結和重新定位逝者之間的關係爲何？其三，不同的信仰和文化差異對於維持健康連結的影響爲何？

## 二、活著：生者的壓力調適 vs. 意義建構 vs. 倫理實踐

如何繼續活著，是喪子女父母需要面對的重要課題。西方理論與研究關注他們如何因應壓力、調整生活以及重建生命意義，本土化的學者則轉而關注他們如何在日常生活中實踐倫理以及如何在華人文化中實踐生命意義。根據相關研究發現，西方學者先後提出若干哀傷療癒模型，其中，影響力較大的是 Stroebe 和 Schut（2010）的哀傷因應雙向歷程模型。他們認爲喪親帶來多重失落與壓力源，喪親者不僅因失去摯愛而哀傷，也因逝者角色與功能喪失而引發次級失落與壓力。喪親者的壓力因應可大略分爲「失落取向」與「復原取向」，前者處理與逝者相關方面（如被哀傷干擾、逃避與復原相關的改變等），後者因應次級壓力源（如做新事情、從哀傷中轉移注意力等）；喪親者在「失落取向」與「復原取向」之間反復以適應哀傷過程。之後在其理論中加入認知評估，認爲適應性的因應策略是在「失落取向」與「復原取向」中，不斷地在正向與負向評估之間擺動，直至意義重構。同樣重要的是 Gillies 和 Neimeyer（2006）的意義重構理論，該理論認爲死亡事件會重創喪親者對世界與自我的核心假設，導致意義危機，而尋找、修正或改寫意義結構的過程，具體可分爲理解失落、尋獲益處、改變認同三個層面。Calhoun 等人（2010）在創傷後成長的研究基礎上，提出哀傷成長模型，認爲意義建構是喪親者成長關鍵。他們強調親人死亡破



壞了喪親者的假設世界信念，因此須通過沉思（rumination）來重構意義。

前述源自西方的研究與理論多聚焦於生者在日常生活中的壓力調適與意義建構，卻忽略了置身文化在哀傷療癒歷程中的角色。喪子女父母的意義建構常與宗教信仰有關。佛法提供喪子女母親對「為何受苦」、「如何了苦」及「死後去處」的詮釋架構，對其接受喪子命運、重建意義結構，具有關鍵性角色（林秀玲等人，2008）。呼應黃光國（2011）所主張的含攝文化的心理學，李秉倫等人（2015）提出儒家關係主義和諧哀傷療癒理論，認為文化信仰影響哀傷反應；喪親者透過與天鬼神、與往生者進行外在關係連結；利用儀式來實踐倫理，進行倫理療癒。其後，鍾文佳等人（2019）建構了儒釋道喪禮儀式的哀傷療癒歷程模式，提出盡孝盡仁、慎終追遠、轉化哀傷與持續連結等哀傷療癒主題。上述兩個本土化理論，更適合長輩死亡後晚輩的哀傷療癒，可能難以說明喪子女父母的哀傷經驗。本研究將在此基礎上，進一步探究喪子女者曲折幽微的實際生活經驗。

### 三、健康：生者的創傷受損 vs. 創傷後成長

近年來，喪子女父母心理發展的研究逐漸從完全負向、病理化的觀點轉向關注正向發展。部分研究確實顯示，獨生子女死亡增大父母的 PTSD 發生率（張靜等人，2019；Yin et al., 2020）；增大父母的延長哀傷障礙（prolonged grief disorder）發生率（Zhang et al., 2020）。幾項追蹤研究甚至顯示他們比較容易出現各種生理疾病、心理障礙，死亡率更高。例如，Espinosa（2013）追蹤 69,224 名美國母親 9 年，發現喪子女者（尤其是兩年內）死亡率顯著增加，且不因其教育程度、子女死亡原因而異。丹麥學者追蹤 21,062 名父母 18 年，發現喪子女增加母親的癌症發生率（Li et al., 2002）、父母（特別是母親）出現各類心理障礙的風險，尤其是情緒障礙（Li et al., 2005）。對喪子女父母哀傷療癒的研究顯示，其哀傷恒久、可能持續一生，而沒有明顯的階段性。因此，Morris 等人（2019）認為，喪子女父母的哀傷發展可能與其他喪親有本質上的不同，似乎是一種獨特的哀傷類型。

不過，喪子女所帶來的身心和生活影響，似乎有多元發展的傾向。例如有學者歸納眾多研究，提出有六種哀傷後心理發展軌跡，大多數人都屬於微創韌性（minimal-impact resilience），喪親者只出現短暫症狀、輕微功能損害，但隨後就出現穩定而健康的成長；另一類是心理改善（improved），喪親者原本處於中重度心理症狀及功能損害，在喪親後反而獲得顯著改善；第三類是心理恢復（recovery），喪親者一開始出現中重程度的心理症狀及功能損害，後來才逐漸轉向正常；其它三類才是各種形式的受損類型（Bonanno & Diminich, 2013）。這六類含括正向與負向發展軌跡的分類架構凸顯出喪子女也可能帶來創傷後成長。

綜上所述，現有哀傷理論多來自西方，理論建構時選用廣泛意義上的



喪親者，缺少對喪子女父母之哀傷心理發展變化機制的實徵研究，而且也缺少當代中國文化背景的適切性。在傳統中國，人生意義或生命永恆是通過家族血脈的延續實現的。個人通過祭祀祖先，撫養後代，死後經由喪葬儀式進入另一世界中的祖先群體，繼續庇護後代子孫，以此達到圓滿的人生。然而，中國現代社會與文化傳統之間出現斷裂，傳統的以宗族和信仰為基礎的人際聯繫解體，家庭的重心從尊老轉變成愛幼，這些都使得喪子女父母在社會支持、精神慰藉及生命意義方面出現危機。因此，用現有的理論來指導喪子女父母的哀傷心理輔導並不合適，有必要建構新的理論模型。

## 貳、研究方法與對象

### 一、研究方法

本研究採用紮根理論，以期從經驗資料中建立理論。紮根理論既是類別確定和整合的過程（作為方法），也是它的結果（作為理論）。它採取理論取樣，透過抽取某些事件來檢驗生成的理論與現實符合的程度，這些事件可能挑戰或延展正在形成的理論。它的分析過程涉及逐步確定和整合來自資料的意義類別。理想情況下，資料收集與資料分析過程會一直持續，直到核心類別飽和，即研究再也找不出新的類別（Willig, 2008）。

### 二、資料蒐集與研究參與者

本研究的文本資料源於網絡，涵蓋博客、貼吧、書籍。查找方式為搜索關鍵詞喪子、子女死亡、失獨等。研究參與者的篩選條件包括：經歷過子女死亡的父母（不包括流產、墮胎及胎死腹中的死亡形式）；有比較完整的背景資料（如子女死亡原因、死亡年齡等）；父母在子女死亡前無明確的宗教信仰（無皈依）；死亡子女無子嗣；死亡時間在 6 個月以上；在不同時間（至少有 3 個時間點）自發的書寫，且總字數在 1 萬字以上。最終獲得 54 名喪子女父母的資料，具體見表 1。



表 1  
研究參與者的基本資料一覽表

資料來源	參與者性別	死亡發生時，參與者的年齡	已故子女性別	子女死亡年齡	子女死亡原因	死亡發生後參與者多久首次書寫	參與者最後書寫的文本時間
貼吧	母親 31 人	20-55 歲	兒子 19 人、 女兒 12 人	47 天-26 歲	生理疾病 11 人、意外 事故 19 人、他殺 1 人	2 個月-20 個月	8 個月-62 個月
博客	母親 12 人	33-66 歲	兒子 7 人、 女兒 5 人	7-34 歲	生理疾病 5 人、意外 事故 5 人、自殺 2 人	10 天-15 年	3 年-16 年
貼吧	父親 9 人	30-53 歲	兒子 5 人、 女兒 4 人	21 個月-25 歲	生理疾病 5 人、意外 事故 3 人、地震 1 人	6 天-1 個月	8 個月-57 個月
書籍	父親 2 人	56 歲、 44 歲	兒子 1 人、 女兒 1 人	29 歲、1.5 歲	均為生理疾病	死後多久首次出版：4 年、3 年	



### 三、資料分析

對所收集的文本資料依序進行如下編碼，(1) 資料來源：博客為 B、貼吧為 T、書籍為 S；(2) 人物編碼：父親為 F，母親為 M，其後有數字表示是第幾個人；(3) 逝者身份：兒子為 E，女兒為 N；(4) 文字編碼：書籍按出版年、頁碼、段落編碼，其他按時間先後順序及一天內出現在網頁上的段落編碼，均從 01 計起。

資料的分析包含三個步驟 (Willig, 2008)：首先，進行深入編碼，將文本分解成獨立的事件、念頭或行動等元素，並對其命名。而後將與同一現象有關的概念歸類在一起，形成類別，其抽象層次由低至高可分為概念－副類別－類別－核心類別等四個等級。其次，展開持續修正，論述概念與現象之間的關係，及構想概念（副類別、類別、核心類別）之間的假設性關係，並以實際資料檢證之，這是一個持續比較與修正的過程。最後，建立理論模式，藉由整合類別，以核心類別為中心將其他類別聯繫在一起，從而提煉出相應理論。

資料分析過程如下：由第一作者先反覆閱讀文本，並選出意義段落，再與兩位編碼員（皆為心理學博士畢業，曾修習質性研究課程）針對每個意義單元進行編碼。三人共同反覆討論，檢視對於命名與歸類是否有不同的看法，彼此達成共識。而後，第一作者與第二作者共同進行討論，以求能對於文本進行深入的分析與理解。

### 四、資料檢核

一是透過沉浸於資料文本與提供充分的參照資料以增加本研究的可信性。二是藉由完整描述研究參與者的特徵以提升本研究的遷移性。三是透過省思日誌，記錄對自我和方法的省思，增加本研究的可靠性。四是透過引述，使讀者瞭解到分析中的所有概念皆衍生自參與者的原始資料，且注重類別和概念之間是否具有緊密的關聯。研究者穿梭於原始資料、概念、類別和理論之間，用不同的角度理解關聯，以強化本研究的可驗證性 (Lincoln & Guba, 1985)。

### 參、研究發現

經過深入編碼、持續修正，喪子女父母的哀傷療癒形成一個由「概念－副類別－類別－核心類別」組成的四級樹狀結構，其中的核心類別分成結構與歷程兩種。表 2 只呈現出較上層的三級結構，下文將先針對兩大歷程核心類別逐一描述其所涵括的類別、副類別以及其所包含的最底層的概念結構，然後再綜合描述跨越這些副類別的流轉現象。



表 2

紮根理論方法所形成的編碼架構

核心類別 — 歷程	核心類別 — 結構	類別	副類別
A 無望中 尋找希望	1 俗世連 結的兩難	A1 難 割 捨：沉浸斷 裂之痛苦	認為不可能走出哀傷 試圖再現同在經驗 拒絕接受逝者已經死亡 無法正向看待孩子離世
		A2 失 功 能：陷於混 亂生活與 心緒	脫離慣常或預期生活軌道而茫然或憂慮 因社會與生活不公平而憤怒抗爭 因失序失控而焦慮
	3 角色失 調的衝突	A3 失 身 份：喪失社 會身份以 及自我價 值與意義	因不稱職而責怪懲罰自己 因不如人或被人傷而遠離他人 因喪子女而失去活著的意義 無法把愛轉給其他孩子
		4 洞悉生 死的艱難	A4 抓 連 結：重建死 後的新連 結
B 希望中 面對無望	1 俗世連 結的兩難	B1 願 割 捨：接受斷 裂並轉化 痛苦	接受逝者離去但痛苦恆在 鍛鍊與強化自己的身心以轉化痛苦 感謝曾經擁有 看見孩子離世帶來的正向變化
		B2 秀 功 能：積極投 入生活以 發揮功能 與獲得快 樂	積極投入日常生活 積極投入個人追求 努力為逝者完成遺願 積極投入生活以走出哀傷 嘗試放下哀傷並追求快樂生活
	3 角色失 調的衝突	B3 認 身 份：努力重 建社會身 份以及自 我價值與 意義	把愛轉給其他孩子或子輩以找回責任和 希望 與配偶或其他喪子女父母相互連結與支 持 與他人建立日常人際聯繫 轉變自己的人際態度以維護人際交往
		4 洞悉生 死的艱難	B4 願 交 託：將生死 與死後交 託給天





## 一、A 無望中尋找希望

包括「A1 難割捨：沉浸斷裂之痛苦」、「A2 失功能：陷於混亂生活與心緒」、「A3 失身份：喪失社會身份以及自我價值與意義」、「A4 抓連結：重建死後的新連結」等 4 個類別，分別對應於「1 俗世連結的兩難」、「2 功能缺失的生活與心理壓力」、「3 角色失調的衝突」、「4 洞悉生死的艱難」等 4 個結構核心類別。而且每一個類別所涵蓋的副類別都顯露出在無望中尋找希望，比如：(1) 在「A1 難割捨：沉浸斷裂之痛苦」中，儘管「認為不可能走出哀傷」、「無法正向看待孩子離世」，但也「試圖再現同在經驗」與「拒絕接受逝者已經死亡」，企圖給自己留下一絲希望；(2) 在「A2 失功能：陷於混亂生活與心緒」中，儘管「脫離慣常或預期生活軌道而茫然或憂慮」與「因失序失控而焦慮」，但也「因社會與生活不公平而憤怒抗爭」；(3) 在「A3 失身份：喪失社會身份以及自我價值與意義」中，儘管「因喪子女而失去活著的意義」、「因不如人或被人傷而遠離他人」、「無法把愛轉給其他孩子」，但也透過「因不稱職而責怪懲罰自己」而希望自己能做些什麼以便贖罪；(4) 在「A4 抓連結：重建死後的新連結」中，儘管面臨著「努力說服自己相信死後靈魂存在並可連結」，還是「相信死後能重逢」，或進行生死兩界的溝通「欣迎逝者以另一種形態回來看自己」、「照顧死亡世界的子女」與「把逝者重新生回來」，企圖為自己找到新的希望。

### (一) A1 難割捨：沈浸斷裂之痛苦

#### 1. 認為不可能走出哀傷

##### (1) 絕望無法再獲得感官上的親近經驗

平常父母都認為自己和子女可以隨時見面，縱然分隔兩地，但也總有見面的機會。然而死亡事件使其不能再見（聽、聞、觸）到子女，渴望感官上無法再獲得的經驗：

從這天開始，你與我們便被徹底地隔開了。爸媽再也看不見你穿著背心在籃球場上打球，再也看不見你穿著毛衣在電腦前上網…；再也聽不到你在廚房門口的喊叫：爸，開飯！再也聽不到你在書房裡對我的抱怨：爸真笨，在電腦上就只會打字…；我們再也聞不到你身上的汗味，聞不到你用洗面乳洗臉後發出的香味…。再也揉不到你的頭髮，再也撫不到你的肩膀…（S-F9-E-2012-1-03/06/08）。

##### (2) 陷於無盡的悲傷

因子女死亡是恆久的缺失，所以這種痛苦永遠存在，正如 M34 在女兒死亡八年後的敘說；她們認為在所有時間與空間中都不可能再有快樂與光明，例如 M22、M27 與 M40：

你的離去就好似一個人的斷臂之痛，儘管或許隨著時間的流逝習慣了獨臂，但人的有限導致任何時候心裡都會為少了一隻手臂成



為殘疾而難以釋懷，所以這是永遠的痛（B-M34-N-2012-01-31-04）；

兒子，媽媽每天都在努力，努力著好好的活著，可是好難！同事問媽媽工作上的事，媽媽腦海裡卻想著兒子你，豆大的淚珠滾滾而下，一發不可收拾想你，已不分時間、地點、場合（T-M22-E-2012-12-28-01）；

地球上從此不會再有屬於我的那一抹陽光（T-M27-N-2013-01-17-01）；

媽媽都說好不哭了，可是昨天晚上媽媽足足哭了兩個多小時啊，今天眼睛又疼又腫，直到現在稍微好一些（B-M40-N-2010-05-25-01）。

### （3）身體出現病痛而難受

子女死亡事件使得父母身體不舒服，例如 M19、M23；嚴重失眠，例如 M28；乃至生病，例如 M1、M7、M30：

哎，心裡難受啊，難受的要命，胸口悶，堵，怎麼也不舒服。哎，媽媽怎樣才能見到你啊，我的寶貝（T-M19-E-2012-08-28-01）；

媽媽知道這輩子再也看不見兒子，心就像刀子在挖一樣的疼（T-M23-E-2011-03-13-01）；

我現在只要不吃藥，就整夜睡不著覺，醫生診斷患有嚴重憂鬱症和焦慮症，這種日子不知道何時到頭（T-M28-E-2012-11-27-01），兒子，媽媽昨天去看病，醫生說媽媽得了很嚴重的乾眼症和角膜炎，醫生不讓媽媽看手機、電腦，不讓媽媽悲傷流淚（T-M1-E-2013-05-14-01）；

你傻爹的頭髮全都白了，內心痛苦到了極點…，身體也垮了，開學以後他準備住院再好好治療（T-M7-N-2010-02-26-01）；

醫生說媽媽已經是一級高血壓了。媽媽可不喜歡自己這樣，每天頭疼，頭暈，不敢亂動（B-M30-N-2012-06-08-01）。

## （二）A2 失功能：陷於混亂生活與心緒

### 1. 脫離慣常或預期生活軌道而茫然或憂慮

#### （1）生活被顛覆而茫然

子女死亡事件使得父母的慣常生活被顛覆而茫然，既有心理上「我們對今後的日子也是一片茫然（T-F4-E-2011-12-22-01）」，也有生理上的茫然「媽媽很不舒服，頭暈了一整天了像夢遊一般，不知自己都做了什麼（T-M20-N-2011-05-26-01）」，或兩者均有「一天就這樣混混過去了，媽媽處於一種茫然的狀態，不知道是精神還是身體的，兩者都有吧（T-M14-N-2012-08-15-01）」。



(2) 擔憂因年老而喪失自理能力且無人照顧

中國社會中有「養兒防老」的傳統，又因獨生子女政策使得女兒也要承擔養老責任。因此唯一的子女死亡後，父母會擔憂自己老無所依：

爸爸媽媽在一天天老去，不要說上山看你，就是我們自己的日常生活，也會遇到諸多的不便，我們該怎麼面對（B-M30-N-2012-07-22-03）？

2. 因社會與生活不公平而憤怒抗爭

(1) 因社會運作不公正而憤怒：中國人信奉「善惡有報」的公正世界觀，然而子女死亡事件，打破了這一觀念，使得父母認為社會運作不公正而產生憤怒感，如：醫療體系「但我心裡還是恨，怎麼能不恨啊，有時候殺人的心都有，殺醫生…（S-F10-N-2012-81-04）」。

(2) 因生活不公而隨意發洩憤怒，例如：

除了發呆就想發火，一觸即發，和那個送貨的人吵了起來，還摔東西了，從來沒有摔過東西的，也不喜歡爭吵，喜歡生活在一團和氣中，哪怕自己吃點虧。可現在沒有耐心，誰都容不下，…心裡的怒火被點著了爆發出來很嚇人，也許我們這些變化是無形中因為孩子的離去感到生活的不公與憤懣（T-M10-E-2012-11-04-01）。

(3) 悲憤地為逝者討回人間公道，例如：

目的就是為了給你討回一個公道，讓惡人受到應有的懲罰（T-F2-E-2011-09-20-06）；

為此，滿腔悲憤的我們踏上了申訴上訪路，上訪內容是要求上級依法對案件進行複查、重審（B-M43-E-2010-02-11-07）。

3. 因失序失控而焦慮

(1) 因失序而出現過度焦慮

因子女死亡而帶來的無序性使得父母失去掌控感，體驗到世界的無常而出現過度焦慮：

以前總覺得我們一家會開開心心快快樂樂地生活下去，可當你不在，一切都脫離了原來的軌道，媽媽總是擔心你哥，你在的時候媽媽從來沒有過這種焦慮，而現在媽媽每天都神經質地擔心這擔心那（T-M15-E-2012-10-24-01）；

孩子啊，命運把爸爸媽媽折騰得狼狽不堪，特別是你走了，爸爸和媽媽的神經都變得脆弱不堪，任何一點風吹草動，都會讓我們心驚膽顫，惶惶不安（B-M30-N-2008-01-11-12）；

總是惶惶不安（T-F4-E-2011-12-22-02）。

(2) 因恐懼而逃避引起往日回憶的線索

不去墓地，例如 M10、M18；恐懼與逃避導致子女死亡的場景，例如 M30：



今天元宵節了，…媽媽並不喜歡去那兒（T-M10-E-2013-02-24-02）；

\*寶貝，今天爸爸去看你了，對嗎？你別怪媽媽不去看你，因為媽媽一直不敢想我活潑可愛的女兒躺在那裡永遠不能動，不能叫媽媽了（T-M18-N-2013-02-07-03）；

\*\*，我的寶貝，媽媽無意中瞅了一眼院子邊的魚塘，這一眼，使媽媽的心象被鋼刀刺了一下一陣劇痛。自從你和\*\*在湖裡出事，孩子，你知道嗎？媽媽從此就患上了恐水症。在\*\*姨媽家的日子裡，媽媽不敢上廁所，原因是姨媽家的衛生間裡，放了兩桶水（B-M30-N-2006-10-06-08）。

### （三）A3 失身分：喪失社會身份以及自我價值與意義

#### 1. 因不稱職而責怪懲罰自己

##### （1）認為自己不稱職而有罪惡感

中國社會中父母被期待做好養育子女的任務，而子女死亡事件則打破了其「好父母」的自我形象，他們會認為自己不稱職、感到自責，出現罪惡感：

寶啊，你說你不能沒有媽媽，可是媽媽卻丟失了你，媽媽太不稱職了，媽媽不是個好媽媽（T-M4-N-2010-08-13-03）；

你一定很恨爸爸沒有把你救回來，其實爸爸何嘗不是每天生活在自責與懊悔之中！爸爸恨自己沒用，救不了你（T-F1-E-2012-09-22-03）；

爸爸對不起你，沒保護好你，爸爸罪人啊（T-F8-N-2013-09-15-01）。

##### （2）過度責怪自己

即使在致死事件中，死亡子女負有明顯責任，父母依然過度責怪自己。例如 M42 的 19 歲兒子自殺身亡；M7 的 20 歲女兒，死於胃穿孔，耽誤一晚上沒有主動就醫；M30 的 22 歲女兒，與男友在公園劃船，兩人均意外溺水身亡：

你一時的衝動就這樣走了，我後悔沒有提前發現你的情緒變化不正常，在你真困難的時候沒有幫助你，…我是個不合格的媽媽（B-M42-E-2006-08-05-03）；

你這孩子就是馬虎做事、稀裡糊塗，這次病得這麼厲害，也沒想到它的嚴重性，…我真不該把你送到外地上學，我好後悔啊（T-M7-N-2009-12-02-01）；

這些年，媽媽一直生活在痛苦的自責中，與其說是媽媽忘不掉你，還不如說是媽媽原諒不了自己，…都是爸爸媽媽自己的罪孽太深，連累了你（B-M30-N-2012-03-19-10）。



(3) 不允許自己走出傷痛

喪子女父母認為，愛才會痛，而不痛了，也就意味著不愛了。因此，他們不允許自己減輕傷痛。「其實我並不想減輕痛苦。感受絕望的痛，就是感受對兒子的愛（B-M31-E-2010-01-10-01）」。

2. 因不如人或被人傷而遠離他人

(1) 因不如別人而羞愧

中國人更傾向於家族主義，其自我的構成不是純粹的「自己」而是「家族」。但是子女死亡事件打破了「好父母」的自我形象，也打破了父母「老有所依」的期待。家庭的不圓滿，使得父母在自我的認知上發生改變，認為自己不如別人，出現羞愧感。例如 M28、F7，及 M1 的小兒子雖經 4 年治療但於 13 歲時死於生理疾病，家中還有一個大女兒，在失落後 43 個月時依然如此：

原本不愛憂慮的我、快樂的我，如今總是覺得低人一等（T-M28-E-2013-07-02-01）；

我也覺得自己低人一等，到哪裡都會受到傷害（T-F7-N-2013-08-06-01）；

兒子，媽媽現在好回避旁人的眼神，總覺得自己做錯了，說錯了，總怕自己是一個讓人討厭的人，非常的不自信，在人群中躲躲閃閃（T-M1-E-2014-06-28-01）。

(2) 害怕別人的不理解與傷害

喪子女父母成為邊緣人，此時世界上只有兩種人：喪失子女的人與沒有喪失子女的人。而只要意識到自己的狀況就會帶來傷痛：

我們脆弱到了緊張的把自己保護起來，怕在我們的傷口上撒鹽，孤獨的緊緊的把自己包裹著，沒人理解這份痛，沒人理解我們的內心異常脆弱（T-M1-E-2013-05-18-01）；

已經與別人沒有共同的語言了，他們話題都會刺痛我們（T-M16-E-2013-06-21-01）。

(3) 因自卑而減少日常的人際互動

喪子女父母出現迴避行為，「…，如今總是覺得低人一等，同事聚會也不願意去，熱鬧的場景也不願意去（T-M28-E-2013-07-02-01）」。

(4) 因喪子女之痛而與配偶關係惡化

因子女死亡而指責對方，例如 F5；夫妻雙方在因應方式上的不同而帶來關係的冷漠與衝突，例如 M2；最後可能帶來關係的破裂，例如 M13：

媽媽一直在怪爸爸，兒子你知道嗎？你說爸爸該怎麼辦（T-F5-E-2012-11-30-03）；

我們夫妻過去有說不完的話，可兒子走後我們卻沒有了話題，說什麼呢，他不想聽到兒子的話題，可我只會回憶兒子的點點滴滴。今年過年他自己花 2 千多買了一件上衣，我很不高興兒子才走 5



個月，你知道嗎，看到他有那麼好的心情，我真的想死（T-M2-E-2011-02-20-02）；

兒子，媽媽剛和你爸爸吵了一架，媽媽看得出他想法設法談錢和房子，你爸爸說他受夠了（T-M2-E-2011-10-28-02）；

就在昨天，爸爸真的離開了家，讓我們祝爸爸也幸福吧（T-M13-E-2013-05-24-02）。

### 3. 因喪子女而失去活著的意義

#### (1) 因人生意義破滅而絕望

子女死亡事件導致父母人生意義的破滅「沒你的日子，生活沒有任何意義（T-F1-E-2012-09-14-01）」，而絕望：

你走了，也把爸爸媽媽的心帶進了墳墓。…你離開我們整整十六周年了，爸爸媽媽苟延殘喘活到今天（B-M36-N-2013-08-04-01）；

那些和你一起玩耍的小夥伴，如今都已結婚生子，那些和媽媽一起玩的老朋友，不是當外婆，就是當奶奶了，只有媽媽在原地上，一點點邁向死亡（B-M30-N-2013-07-16-01）。

#### (2) 想死以與逝者在一起

被動等待死亡，例如 M11 與 M21；主動自殺，例如 F1、F11 於下段文字寫後 20 天自殺身亡：

媽媽真的好想你，媽媽一點都不害怕死亡，只希望時間快點過，能早日和你相見（T-M11-E-2013-06-05-01）；

可是，媽媽不怕死，而且希望快些去找你，有你在的地方才是媽媽願意停留的地方（T-M21-N-2010-02-05-01）；

兒子，爸爸好想到天堂陪你，三天前爸爸想去陪你，可是閻王不收啊！割了五刀也放不了血，一下子就凝固了（T-F1-E-2012-09-22-02）；

對整個世界而言，你只是一粒塵埃，而對我而言，你卻是我的整個世界。愛子啊，當今生已經陰陽相隔，我期待著來生重逢的情緣（T-F11-E-2009-03-31-01）。

### 4. 無法把愛轉給其他孩子

#### (1) 難以打起精神關照其他孩子

父母沉浸於哀傷之中，難以將情感投入到存活子女身上：

兒子，媽媽時而喪失生活的勇氣，時而又告誡自己，好好的活著，為了姐姐；心情交錯著，起起伏伏，平靜的時候，也會覺得對姐姐不公平，心裡難過時，恨不得結束一切（T-M1-E-2013-09-29-01）；

最近媽媽在努力讓自己過些正常的生活，去買菜做飯，為弟弟熬新鮮的粥，帶著弟弟出去散步曬太陽。你的離開，讓媽媽在很長一點時間都沉浸在痛苦裡，一直忽略了弟弟的成長。弟弟八個多



月，長得好瘦小，體重不達標…（T-M17-N-2013-03-05-01）。

(2) 失望地承認不可替代

雖然父母認同轉世輪回而再次生育，但最終還是會發現兩個孩子實際上很不一樣，被迫承認死亡事實：

我曾經以為我的\*\*回來了，但後來發現，除了在他出生前給我托的夢和身上帶著\*\*的痣以外，沒有一點\*\*的性格和\*\*與生具來的天賦…我的\*\*回不來了，我永遠都不可能再見到他，為此我會抱憾終生但也不得不承認這個殘酷的現實（T-M6-E-2010-09-16-01）。

(四) A4 抓連結：創建死後的新連結

1. 欣迎逝者以另一種形態回來看自己

(1) 珍惜逝者的化身

相信靈魂的存在，心存希望，期盼萬一：

今天回去後發現家裡進了一隻小老鼠，我和他爸沒有對話甚至連眼神交流都沒有，異口同聲地說不要趕。…不知道為什麼，我就是不想趕走它，我把所有的門都打開，流著眼淚對著空氣說「你想待在哪間屋就待在哪間吧」，現在的我看到螞蟻要繞著走，就是蚊子在叮我我也不打它，精神總是恍恍惚惚，就怕那會是哪個遺落人間的天使的化身，或許是我的寶寶也不一定（T-M15-E-2012-10-20-02）。

(2) 喜見逝者的信使

喪子女父母會對一些事件進行特別的解讀，從而舒緩了情緒：

媽媽知道那天是你派來的小精靈，那是一個有陽光的早晨，媽媽準備拖地，在衛生間裡發現一隻小蜻蜓，小小但矯健的蜻蜓，飛了一下子後停在媽媽的梳子上，…可它落到了媽媽的手上，…媽媽再次去客廳裡時，一抬頭看見蜻蜓在旁邊飛，當時真的有些驚喜，…媽媽沒經思考，不由自主的向它擺擺手，心裡在向它問好，再看時，蜻蜓不見了，我想，它理解為媽媽向它再見吧。媽媽想這肯定不是巧合。這是我懂事的兒子派來告訴媽媽，你在另一個地方好著。這些日子，每到很難，很堵的時候，媽媽想起那只蜻蜓，心裡寧靜許多（T-M10-E-2013-09-05-01）。

2. 把逝者重新生回來

因認同轉世輪回而欣慰再次生回來：

兒子，告訴你一個好消息，你有妹妹了，剛出產房的她多麼像你呀，無論是臉型，還是眼睛、鼻子都那麼的像，我知道，她就是你，你化作美麗的天使又回到我們身邊了（T-F2-E-2012-08-17-01）；



其實\*\*二世有著很不一樣的面孔：\*\*非常像我，\*\*二世則酷似他爸爸。但是我相信，他只是換了一件人間的衣服。不管他是否擁有前世的記憶，不管他是否保有前世的個性，他都是我的\*\*，他回來接續自己錯過的人生，安慰我們破碎的心。…我從不認為他是\*\*的替代—事實上，他就是\*\*（B-M31-E-2010-12-26-05）。

### 3.相信死後能重逢

尋找宗教信仰或觀念瞭解生死之事，相信死亡不是生命的終結，相信死後能重逢。

#### (1) 信佛教而期盼早日脫離苦海好去與逝者團聚

子女死亡後，現實生活成爲苦海，與子女相聚成爲新的希望。「…兒子走後我才開始信佛。我每天盼望脫離苦海，早日往生和兒子團聚（T-M16-E-2013-06-03-01）」。

#### (2) 信基督教而和逝者對話並期盼未來在天堂相見

…借著禱告和上帝、和女兒對話，找到這種和女兒溝通的方式讓我有了一絲安慰，也希望藉此能離女兒更近些、能和女兒在天堂相見（B-M34-N-2009-05-12-03）。

#### (3) 因泛靈論而堅信未來會再相聚

記得過去有朋友問我，是什麼事情能讓我有今天相對平靜的心態？現在我告訴大家這並不是件很困難的事，關鍵是讓我堅信冥冥之中有神靈的存在，這樣我的\*\*就沒有真正從這個世界上消失，這就有了機會，讓我們在未來的某一天再次相聚（T-M6-E-2010-03-10-02）。

### 4.照顧死亡世界的子女

#### (1) 關心而以祭奠方式繼續照顧逝者

透過夢境瞭解逝者目前狀況「你昨天在夢中讓媽媽給你找皮鞋，可是媽媽找不到，媽媽今天給你買了一雙…（T-M8-E-2014-02-15-01）」，以祭奠方式繼續照顧逝者：

…鞋盒上寫了你的名字，你記得收好（T-M8-E-2014-02-15-02）；如果想將來，我今天也活不下去了。過去為孩子活著，現在依然為孩子活著。活著就是在每一個特殊的日子，好給孩子捎去些什麼，否則可憐的孩子就真的沒有人管了（T-M5-E-2011-3-22-03）。

#### (2) 爲了孩子好而放下思念

大師叮囑媽媽，要放下，不要再想念，放下了，你才能超度才能去到極樂世界。可是，媽媽怎能輕易放下怎能不去想念呢？媽媽捨不得你，可媽媽也不能太自私，不能在人世間害慘了我的孩子，還要再阻撓寶貝在天國獲得自由快樂的權利。…媽媽以後會儘量少來打擾你了，日記也會儘量少寫（T-M12-E-2013-02-20-01）。





(3) 期望透過宗教儀式保佑逝者不再受苦

上周\*\*寺舉行了地藏法會，爸爸媽媽為你捐了個牌位，祈請南無大慈大悲地藏王菩薩慈悲做主，令你離苦得樂，往生淨土，在那極樂世界永遠快樂（T-M4-N-2011-09-01-01）；

閨女…給你做了超度，在\*\*寺做了兩次，願你前世或今世所有的過錯都能解除（T-M3-N-2011-10-20-01）。

5. 努力說服自己相信死後靈魂的存在並可連結

(1) 想強迫自己相信宗教觀點，卻得不到別人支持，不停的說服自己：

\*\*還在與自己相通的另一個世界，靈魂是存在的，事情是有因果的，都是早已安排好的。但畢竟看不到，摸不著，生活中的朋友也都是無神論者，自己的想法，或者說是信仰吧，得不到承認（T-M10-E-2013-01-11-03）。

(2) 不得已尋找宗教儀式慰藉心靈

女兒，妳還好嗎，妳知道爸爸是不信神的，但今天去了一趟廟宇請神靈保佑你在天之靈。我們算有個寄託，不然的話我們到哪裡找妳（T-F6-N-2007-02-26-04）。

## 二、B 希望中面對無望

包括「B1 願割捨：接受斷裂並轉化痛苦」、「B2 秀功能：積極投入生活以發揮功能與獲得快樂」、「B3 認身份：努力重建社會身份以及自我價值與意義」、「B4 願交託：將生死與死後交託給天」等 4 個類別，分別對應於「1 俗世連結的兩難」、「2 功能缺失的生活與心理壓力」、「3 角色失調的衝突」、「4 洞悉生死的艱難」等 4 個結構核心類別。而且每一個類別所涵蓋的副類別都顯露出在希望中面對無望，比如：(1) 在「B1 願割捨：接受斷裂並轉化痛苦」中，儘管已經努力轉化痛苦，像是「看見孩子離世帶來的正向變化」、「感謝曾經擁有」與「鍛鍊與強化自己的身心以轉化痛苦」，依然面臨「接受逝者離去但痛苦恆在」；(2) 在「B2 秀功能：積極投入生活以發揮功能與獲得快樂」中，儘管積極採取行動來把生活過好，像是「積極投入日常生活」與「積極投入個人追求」，依然得面對逝者已矣而「努力為逝者完成遺願」、「積極投入生活以走出哀傷」、「嘗試放下哀傷並追求快樂生活」；(3) 在「B3 認身份：努力重建社會身份以及自我價值與意義」中，儘管在人際網絡中重新找尋自己的角色、連結、價值，像是「把愛轉給其他孩子或子輩以找回責任和希望」、「與他人建立日常人際聯繫」、「轉變自己的人際態度以維護人際交往」，依然需要透過「與配偶或其他喪子女父母相互連結與支持」來照顧喪子女之痛；(4) 在「B4 願交託：將生死與死後交託給天」中，儘管已經願意交託給上天，像是「開心放孩子離開以去到好地方」、「聽天由命」與「接受人爭不過天」，還是難免「抗議天道不公」。



## (一) B1 願割捨：接受斷裂並轉化痛苦

### 1. 接受逝者離去但痛苦恆在

#### (1) 認清孩子不能再回人世

媽媽明白，留著也回不來…媽媽…把你的東西都留著……替你保管了六年，希望某一天能有機會交給你，…一晃六年了，你還是沒有回來（B-M30-N-2012-03-19-08）。

#### (2) 體認到不論快樂與否痛苦恆在

母親如此，例如 M31；父親亦然，如時隔九年之後，在 F10 又有了一個女兒後，他寫了如下文字：

沒有了\*\*，所有眼耳鼻舌身意帶來的快樂都只是傷痛的引子。我沒有純粹的快樂和平靜，即便\*\*二世像溫暖的潮水將我輕輕包裹、搖晃。\*\*離去 4 年了，我活著，傷痛就活著（B-M31-E-2012-11-24-02）；

可是，當我看著我的女兒一天天成長，接近然後越過了妞妞最後的年齡，當我因為她的聰明活潑而歡笑時，常常會有一個聲音在我心中響起：妞妞，妞妞太可憐了！…。妞妞並未遠離，她只是潛入了我心中最深的深處，她始終在那裡為自己的人間命運而歎息（S-F10-N-2012-245-02）。

### 2. 鍛鍊與強化自己的身心以轉化痛苦

#### (1) 即便心情不好也努力鍛煉身體

我的身體在運動中好轉了很多，…雖然它依然無法緩和我的心痛（T-M12-E-2013-07-23-01）；

起碼心態慢慢好起來，我也買了羽毛球拍，一周去打幾次，逼自己運動（T-M11-E-2013-07-23-01）。

#### (2) 主動閱讀以了解並面對喪子女事實

我確知自己的痛苦來自何處，無論如何思考、如何淡定、如何開悟也無法消除這種痛苦，沒必要再浪費時間去閱讀這些書籍了。但是\*\*剛剛離去時，閱讀確實對我有很大幫助，…豐富了我對「兒子先我而去」這個事實的多角度的認識，像春蠶吐絲般薄薄地裹起了我碎成齏粉的心（T-M31-E-2009-11-15-02）。

#### (3) 接受心理諮詢以化解負面心緒

我去心理醫生那說，我怎麼不死，心理痛苦還讓年邁的父母伺候我（T-M19-E-2013-06-11-01）；

有時自己都會被那些念頭嚇到，所以我去看了心理醫生，醫生告訴我，這是因為打擊太大、壓力太大造成的，但不能任其生長，一定要克制，適時排解（T-M15-E-2013-06-17-01）。

### 3. 感謝曾經擁有

因美好記憶而感恩：



在每一次想起你的時候媽媽更多的感受是溫暖的，感恩的。你短短的生命留給我的是永遠的、溫暖的、美好的記憶（B-M38-E-2010-02-03-08）。

#### 4. 看見孩子離世帶來的正向變化

##### (1) 學會珍惜現在

\*\*，儘管你就這樣無情地撇下了我，媽還是要感謝你，如果沒有你的離去，我們一定會重複著每天所謂的幸福，而誰又能保證得了這種幸福能永存呢？你走了，我改變了自己，確切地講是冥冥中的你改變了我，讓我放棄了以往的執著，讓我學會了珍惜每一個今天（T-M6-E-2009-10-25-01）。

##### (2) 懂得要過快樂地生活

兒子的離去讓我追悔不及，也讓我猛醒：兒子的人生態度才是積極可取的，他一直在努力掙脫世俗的束縛，追尋著快樂的生活方式，從而使自己生命過程中的每一步都走得那麼從容、自在、精彩（B-M37-E-2007-08-16-20）。

#### (二) B2 秀功能：積極投入生活以發揮功能與獲得快樂

##### 1. 積極投入日常生活

###### (1) 積極恢復日常運作

「寶寶，媽媽去外地考試了，明天回來。爸爸忙了一天剛剛回來。寶寶，爸爸媽媽想你呀（T-F3-E-2012-08-22-01）」。

###### (2) 積極過充實快樂的生活

最近這半年來感覺生活和工作一切都很平穩…。感覺人比去年顯得年輕、精神了。每個週末都會和老公或者外甥女出去玩，吃大餐、看電影、逛街、文化中心、聽相聲、卡拉 OK，要不就是家庭聚會。總之過得很愉快及充實（B-M38-E-2012-07-07-01）。

##### 2. 積極投入個人追求

###### (1) 積極追求興趣愛好

積極投入跳舞「寶貝，媽媽在學舞蹈（T-M18-N-2013-03-29-03）」、攝影「昨晚，媽媽到臨晨三點才上床的，媽媽在處理白天翻拍的舊照片（B-M30-N-2009-04-02-02）」。

###### (2) 積極追求夢想

雖然遭受歧視，咱們的人格並不低賤。…巨大的痛苦沒有讓媽媽懈怠，在你走後兩周年的今天，我又得到考取了衛生部公共營養師資格證書的消息，終於跨過了這個年輕人也不輕易跨過的門檻。媽媽也用實踐證明自己：年齡的增大和記憶力的衰退不成正比，…人生就是一個過程，我只想圓自己的夢（B-M25-N-2008-08-29-06）。



(3) 積極做有價值的事

M35 以參加馬拉松跑比賽、主持研究工作、成立社區讀書會、協助業主維權、做講座等實現自己活好的承諾：

日復一日，年復一年，唯一能安頓這顆心，告慰你的是活好。什麼是活好？怎麼才能活好？一天都不鬆懈，呵護身體和精神，做有意思有價值的事（B-M35-E-2012-10-22-01）。

3. 努力為逝者完成遺願

努力為已故孩子做公益：

現在你走了，你的遺願媽媽一定替你加倍完成，你放心吧！媽媽會把資助情況放在你的 QQ 空間裡，你常回來看看（B-M34-N-2008-10-23-04）。

4. 積極投入生活以走出哀傷

努力保持忙碌以轉換注意力，努力投入工作，例如 M24；旅遊，例如 M16；做家務，例如 M10：

媽媽好想你呀！媽媽每天用工作麻痺自己，別人不願意的加班，媽都去，媽不敢回家，媽怕回家看不到你真的會失去勇氣（T-M24-N-2009-12-24-01）；

\*兒，明天爸爸媽媽要去俄羅斯、北歐四國旅遊，可媽媽一點興趣也沒有（T-M16-E-2013-06-25-01）；

一定要讓自己做些事情，做家務，做小針線活，以前我從未手工做過鞋墊，現在鞋墊也做了（T-M10-E-2014-05-11-01）。

5. 嘗試放下哀傷並追求快樂生活

嘗試用孩子的視角支持自己的積極做法：

曾經，我有過這樣的想法，孩子走了，痛苦就是我該承受的，我不能過得好，我過得好就是對孩子的背叛，就對不起離去的孩子，所以偶而的笑容都會讓我產生罪惡感，其實，仔細想想，我們的孩子都那麼懂事、乖巧，她們怎麼捨得自己的父母在她們走後過著這樣痛苦的日子（T-M4-N-2011-08-14-01）。

(三) B3 認身份：努力重建社會身份以及自我價值與意義

1. 把愛轉給其他孩子或子輩以找回責任和希望

(1) 因還活著的孩子而找回責任和希望

想要照顧好倖存的孩子，例如 M17；以及為重新尋找生活的希望，喪子女父母會再次生育孩子，例如 M4：

可媽媽真的失去你了，你真的不會回來了，媽媽現在能做的就是好好守護弟弟，因為媽媽只剩下弟弟了，弟弟成了媽媽活下去最大的動力（T-M17-N-2013-02-16-02）；

新寶寶已經快三個月了，是弟弟…，多了一份活下去的責任和希



望（T-M4-N-2012-03-30-02）。

(2) 透過倫理儀式獲得新身份

透過已逝孩子的冥婚而獲得現實中的新身份，從而使得生者的人生可以再次延展：

媽媽已為你娶了媳婦，長的很漂亮，媽媽也很滿意，媽媽因有人才當上婆婆，媽媽也一定能當奶奶，媽媽正在準備，媽媽會好好撫養他們長大成人（T-M41-E-2011-10-14-03）。

2. 與配偶或其他喪子女父母相互連結與支持

(1) 理解配偶的痛苦與因應方式而主動溝通或支援

喪子女母親理解其丈夫的因應方式而主動溝通，在華人文化中，男性往往要壓抑情感，扮演堅強的角色，例如 M12 與 M30；喪子女父親理解其妻子的因應方式而提供支援，例如 M15：

這幾天我也冷靜了，試著去理解老公的壓力，\*\*走後，他也非常痛苦自責，只是身為男人，他把所有苦悶壓了心底。在我脆弱的時候我可以向他哭訴，可他只能努力逗我開心。…溝通後，他果斷沒再吸煙了（T-M12-E-2013-06-16-01）；

爸爸傷心的時候，不能像媽媽這樣，想說就對著你的相片說，想哭就躲在家裡哭放聲。爸爸是男人，男人總是把痛苦埋在心裡，把軟弱的那一面掩藏起來，然後顯得若無其事，表現得非常堅強（B-M30-N-2009-03-09-08）；

\*\*，媽媽最近總喜歡用你的方式和語氣和爸爸對話，爸爸總是摸摸媽媽的頭說「我知道你想他，我也很想，這輩子都會一直想，但我們不能總沉浸在想他的悲觀情緒裡，我們要把和\*\*在一起的所有回憶深藏心底，畢竟我們和他在一起的時候是快樂的。你的頭髮一直掉，血壓也不穩定，我很擔心」（T-M15-E-2012-12-26-01）。

(2) 加入喪子女支持團體以期抱團取暖，例如 M3 與 M26；但喪子女團體成員情況差異較大，有時可能不一定會起到積極作用，甚至是相互攻擊與傷害，例如 M25：

為了尋找生活的出路及尋求理解與認同而加入喪子女支持團體：前兩天和同命的姐妹聚了兩天，感覺還行，大家在一起，看到她們的堅強，自己也想像她們那樣（T-M3-N-2012-03-09-02）；

兒子啊，媽媽現在在做一件事，就是成立了一個失獨媽媽心靈家園的群…我們抱團取暖，互相鼓勵，媽媽們在一起聊聊天，聊聊自己的孩子，現在媽媽的群裡已經有八九十個人了（T-M26-E-2012-05-31-02）；

由於失子喪女的巨大打擊，悲觀、絕望、敏感，頹廢，大多數人的性格已經嚴重扭曲，大家都有一塊沉重的石頭壓在心底，相互



之間也不會顧及對方的感受，再加上文化水準和自身修養的差異，很多人不理智、易衝動，少克制、稍有不順心就會暴怒、發洩，因為觀點不同就會相互攻擊謾罵，甚至大打出手（B-M25-N-2013-08-29-04）。

### 3. 與他人建立日常人際聯繫

#### (1) 好好活著以承擔照顧父母的責任

由喪失子女的痛苦，而更深刻地理解了自己對父母的意義，擔負起贍養父母的責任，其首要條件就是自己要好好活著，這使得哀傷得以轉化，例如 M29；尤其是 M32 最終完成博士學業，其支撐力量就來自於母親：

我的寶貝女兒，這些日子媽下定決心要重新開始。因為有太多的責任未了，媽媽如此痛苦，那麼媽年邁的父母不痛苦嗎？他們也和我一樣是擔驚受怕的把我們拉大的。該我們盡孝了卻還要讓他們操心…。媽覺得自己太不像話了（T-M29-N-2010-01-30-01）；作為獨生子女，我是整個家庭所有的、唯一的寄託與希望。我的母親沒有了我，她的生活就全毀了（T-M32-E-2012-04-4-04）。

#### (2) 努力維持／恢復日常的人際互動以繼續生活

逝者已矣，生活仍要繼續，喪子女父母會壓抑哀傷以努力維持日常的人際互動，例如 M10；或嘗試著走出自我封閉，恢復之前的人際互動，例如 M20：

現在似乎是兩面人，在別人面前要微笑著拉著家常，當沒有人時就偷偷的哭，其實哭的時候比笑的時候好受點（T-M10-E-2012-08-04-05）；

媽媽今天早晨去了廣場。\*\*，這是媽媽在你走後的 137 天中第一次去的廣場，媽媽本來準備一直封閉自己，遠離那些人群（T-M20-N-2011-05-06-01）。

#### (3) 喜於結交新朋友

\*\*，我們已經認識很久了但是見面卻是頭一次。40 來歲的人了說起來還有那麼多網友並且還見了面，跟外人說來似乎有些不可思議吧，但是我們卻有著很強的默契和親切感（B-M38-E-2013-04-12-03）。

### 4. 轉變自己的人際態度以維護人際交往

#### (1) 爲了回報親友照顧而不擔心自己笑會背叛逝者

重構「笑」的涵義：

媽媽得到了同事，朋友，親戚的照顧，還有不計其數的同情，夠了，夠了。大家都是如此善良，自己又何必愁容滿面，讓旁人覺得如此壓力大，讓周圍的人也窒息呢。…媽媽臉上的笑容，絕不是對孩子的背叛（T-M13-E-2012-12-03-02）。



(2) 接受他人沒時時刻刻記掛逝者

喪子女者會有不公平感，因此會苛求別人像自己一樣，時時刻刻記掛逝者。隨著哀傷療癒的歷程，他們的心態逐漸變得平和：

\*，你走後的很長一段時間，媽媽很自私，對家人過於苛刻，希望大家不要忘記你。…現在，媽媽不這樣想了，每個人都有自己的事情要做，不可能把別人的事情永遠記在心裡。能去看你，媽媽感激，不去看你，也不計較，以一顆平常的心來看待一切，這樣想，也這樣做，感覺蠻好（B-M30-N-2011-04-05-03）。

(四) B4 願交託：將生死與死後交託給天

1. 開心放孩子離開以去到好地方

(1) 欣見逝者去佛教的極樂世界

我的兒子離開我 192 天了，是病魔奪走了他年輕燦爛的人生，我兒子已往生西方極樂世界了，這給我是極大的安慰…（T-M16-E-2013-06-03-01）。

(2) 欣見逝者去基督教的天堂

你離開後媽媽數次夢到你，都是你生病後期的景象，還是不停的咳嗽，你都是在和媽媽說「媽媽我的病吃藥、治療都沒有效果。」當媽媽和上帝禱告說「我相信女兒在你那裡沒有病痛、在那裡生活得一定更快樂，我把女兒交給你」之後，媽媽再夢到你就不再是你病中的場面了，你要媽媽陪你買健身服、要買書了，媽媽好安慰，或許上帝就是要告訴媽媽「生有時死有時」，上帝讓你在人間的使命完成了要召你回天堂，那麼與其讓你留下來承受那麼多的病痛，或許離開世間出死入生回到天堂反而是最好的結局（B-M34-N-2009-09-27-02）；

兒子，…當時我認為上帝為什麼這樣不公平？為什麼總是撿選優秀的孩子呢？但是我現在明白了上帝比我們更愛你，因為你在上帝的懷抱裡有永遠的快樂和幸福，在天堂裡沒有痛苦和煩惱（B-M33-E-2012-02-18-01）。

(3) 與神溝通而欣見逝者在天堂

既然說哀哭的人神必安慰，那麼我就禱告求神：如果女兒在天堂就讓一隻小鳥飛到我家，代替我女兒回來看看我。禱告後有一天我坐在客廳果然看到一隻小鳥落在我家陽臺上，我心有疑慮不敢相信，幾天後我在天臺洗衣服，又有一隻小鳥落在我腳邊蹦蹦跳跳的…。這時我才堅信鳥的出現就是神對我的應許，那晚我心中特別安慰（B-M34-N-2009-07-30-02）。

(4) 努力說服自己逝者死後就不再痛苦

儘管科學觀深入人心，但是生者對逝者的情感使得他們無法以「沒有



了，消失了」來解釋：

我不是虔誠的佛教徒，對於佛法，有時信，有時不信，很是動搖，有時候，我寧願相信這個世界就是唯物的，\*\*走了就是消失了，再也沒有了，包括靈魂，她不再有痛苦，不再有歡樂，不再有任何思想，也沒有六道輪回，這樣我就僅需要懷念而不再需要擔心。可是，人們對未知世界的感受或是理解還是有限的，世界上還有那麼多離奇的事情無法用科學來解釋，也許真的存在一個我們凡人用肉眼看不見的世界，在那裡這些純潔的孩子們應該是快樂的吧（T-M4-N-2010-10-17-01）。

## 2.抗議天道不公

### (1) 難以接受佛教的因果業報解釋

佛教的因果業報解釋使得喪子女父母很難接受，何以自己的好孩子卻遭受死亡厄運。如果能解釋通順的話，那只能是自己的孩子是壞人：

\*\*出事後的幾天裡…，出家的師傅們會說這就是因果，我覺得這是不負責任的說法，因為我知道我的\*\*是個怎樣善良的孩子，他不應該有這樣的結果！誰能告訴我這是為什麼（T-M6-E-2009-10-08-01）。

### (2) 抗議天道運作的不公正

沒做壞事遭厄運：

跟絕大多數父母一樣，我們這輩子沒做過什麼壞事、缺德事，我們善良、誠信、正直、有同情心，一輩子規規矩矩過日子，但為什麼蒼天卻這樣對我們（T-F2-E-2011-11-27-02）；

老天爺呀，…不是說好人有好報嗎，老天你這樣對我不公平啊（T-M2-E-2011-03-06-01）；

孩子，媽說上班又失言了，不願去在家流了一上午的淚，想你，哀歎自己的命，為什麼這樣的災難落到媽的頭上，為什麼我有這樣的煎熬（T-M4-N-2011-11-03-01）。

## 3.接受人爭不過天

### (1) 無奈接受自己無能為力

父母認識到自己不是神，能力是有限制的，內疚感減輕。如 M10 在其兒子死於雷擊三年後的轉變，「每個同命的媽媽都自責，可我們確實左右不了天災人禍啊（T-M10-E-2014-04-20-01）」。

### (2) 坦然接受苦難的尋常性

雖然我所遭受的困難是特殊的，但是，人生在世，苦難是尋常事，無人能擔保自己倖免，區別只在於形式（S-F10-N-2012-251-03）。

### (3) 敬畏天道

慢慢的怕老天，不怪了，是敬畏（T-M13-E-2013-06-13-01）。





#### 4.聽天由命

##### (1) 臣服於逝者之死是命中註定

關於前世註定的觀念，比如道教的解釋容易被接受：

其實在女兒很小的時候，她的姥姥就找師傅看過，說她是童子，不成人，那個時候也不是很相信。出了事以後我們一塊去看了，又找了別的師傅，說她是仙童，早晚得回，最晚 18 歲，…師傅說不能讓她再投胎回來，回來了也還是會走（T-M9-N-2010-10-16-04）。

##### (2) 臣服於自己喪子是命中註定

兒子，媽媽心真的很累，以前媽媽是不信命的人，而今，媽媽把一切交給了命運，聽天由命吧！媽媽改變不了什麼，也無力再做什麼，以前的睿智都蕩然無存（T-M1-E-2013-05-14-01）；

我已不抱怨哀歎，我相信這一切都是命該如此。我的一生註定事事只能靠自己（B-M37-E-2007-10-06-10）。

### 三、跨越生死兩界的希望與無望流轉

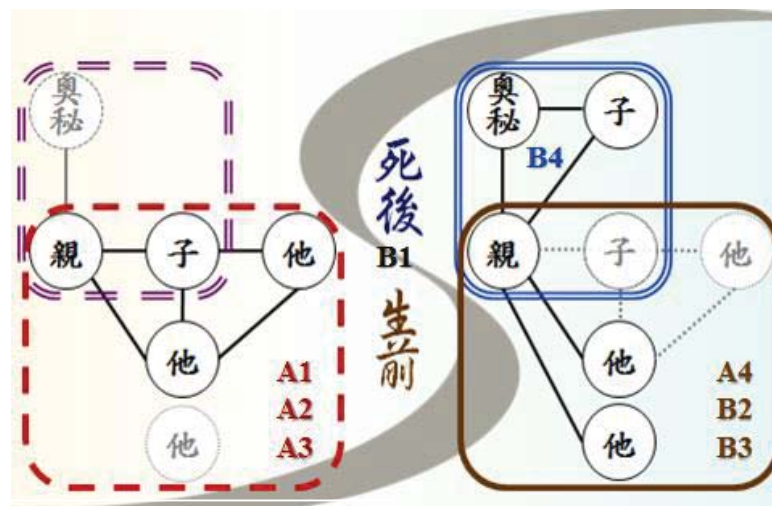
根據跨參與者資料分析前述「1 俗世連結的兩難」、「2 功能缺失的生活與心理壓力」、「3 角色失調的衝突」、「4 洞悉生死的艱難」等 4 個結構核心類別、8 個類別的關係，發現：「A1 難割捨：沉浸斷裂之痛苦」、「A2 失功能：陷於混亂生活與心緒」、「A3 失身份：喪失社會身份以及自我價值與意義」涉及父母抗拒著子女生前生活世界中的關係連結、生活功能、親職角色之失落，「B1 願割捨：接受斷裂並轉化痛苦」涉及父母學習著接受前述失落；「A4 抓連結：重建死後的新連結」、「B2 秀功能：積極投入生活以發揮功能與獲得快樂」、「B3 認身份：努力重建社會身份以及自我價值與意義」涉及父母尋求著子女死後生活世界中的人世間關係連結、生活功能、親職角色之重建，「B4 願交託：將生死與死後交託給天」涉及父母在子女死後生活世界中藉助奧秘面對失落以及療癒歷程之艱難。

經過持續比較與修正，本研究提出圖 1，用以說明哀傷療癒之生活世界中的類別間關係。在子女過世後，父母的思念串連了生死兩隔的兩個世界。圖左是子女在世時所展開的生活世界，單層虛線框出的是人類感官可以理解的生活世界，因為子女在世，父母乃得以成為父母，以「有子女者的身份」置身於社會網絡中，以相對健康的身心，發揮各種「照顧子女的功能」，展開以「親子俗世連結」為核心的現實生活世界。圖右是子女過世後才展開的生活世界，單層實線框圈出了相對應於圖左單層虛線框的部分，也是本研究參與者撰寫網路文本時所置身的現實生活世界，子女之過世不僅只是父母摯愛的一個人消失了，還讓父母在現實生活中的「親子俗世連結」斷裂，過往透過「親子俗世連結」串連起來的社會網絡也可能搖搖欲墜，同時也讓父母被迫「失去有子女者的身份」以及「失去照顧子



女的功能」。換言之，伴隨子女過世，父母過往環繞子女而建構的、習以為常的生活世界也隨之崩壞，再怎麼「難割捨」，父母也不得不學習放下「親子俗世連結」，以及「認同喪子女者的身份」，並在放下「照顧子女的功能」之後，重新籌劃與「秀出新的生活功能」，其中可能包含也可能不包含「因喪子女而生的功能」，據以展開沒有該項「親子俗世連結」的生活世界，並在此生活世界崩壞與重建之巨變中設法維持「我仍是我」的身心健康。圖左雙層虛線框出的是子女在世時父母與超越人類感官可理解的「奧秘交往世界」，有些父母或許在子女生前就已經關切生命、靈性議題，因而有著豐富而清晰的「奧秘交往世界」，但也有些父母那時尚未明確思索過相關議題。然而，隨著子女由現實生活世界進入超越人類感官可以理解的死後世界，不論父母在圖左的「奧秘交往世界」是何樣貌，此際，都會跟隨著子女的移動而望向「子女所在之奧秘處」，尋思著如何與置身奧秘之處的過世子女建立「親子奧秘連結」，或者如何將自己或子女「交託給奧秘」。伴隨子女過世，父母被拋擲在「生死兩隔」的深淵，不得不凝視生死議題，並重新反思與開展「新的奧秘交往世界」（圖右之雙層實線框處）。而且，因著喪子女父母的掛念，圖左的子女生前世界恆久存在，喪子女之痛也恆久存在，喪子女父母在哀傷療癒歷程中重新籌劃與展現的是圖左與圖右之間層層堆疊而成的新世界。

圖 1  
哀傷療癒之生活世界



A1 難割捨：沉浸斷裂之痛苦

A2 失功能：陷於混亂生活與心緒

A3 失身份：喪失社會身份以及自我價值與意義

A4 抓連結：重建死後的新連結

B1 願割捨：接受斷裂並轉化痛苦

B2 秀功能：積極投入生活以發揮功能與獲得快樂

B3 認身份：努力重建社會身份以及自我價值與意義

B4 願交託：將生死與死後交託給天

進一步針對個別參與者分析前述結構核心類別、8 個類別的關係，觀察到喪子女父母的哀傷療癒歷程呈現出希望與無望間持續流轉的現象。

#### (一) 希望與無望在同一歷程核心類別中的 4 個類別間流轉

在「A 無望中尋找希望」之歷程核心類別中，「難割捨」的根源在於想要「拒絕無望」，連帶著的「失功能、失身份」顯現出「雖然沒有改變逝者已矣的希望（無望），但卻忍不住掙扎著想要抓住希望（尋找希望），想要讓自己和他人的生活變好」，「抓連結」則是試圖透過跨越生死兩界的方式找出「不要割捨」的目標和方法。這 4 個類別構成了在「無望」中尋找「希望」以「避免沉淪」。例如：

\*\*\*，我的寶貝，你真的離開爸爸媽媽了嗎？媽媽到現在還是不能相信，覺得這只是一個噩夢，等我醒來就又能見到你，擁抱你，親吻你，可是自從 6/18 後媽媽再也沒能聽到你的聲音，沒能得到你的擁抱和親吻，媽媽好想你啊（T-M4-N-2010-08-11-01）！

你走後，爸爸媽媽每天在痛苦中煎熬，每當看到聽到有關你一切都會引來一陣大哭，可是我們還是忍不住要翻看你的照片、聽聽你的錄音，爸爸還每天替你管理你的博客，雖然痛苦，但只有在為你做事的時候才能讓我們感到稍許安慰，\*\*\*啊，我的囡囡啊！你在天堂還好嗎？你給媽媽托個夢吧，告訴我們你的近況，好嗎？媽媽好擔心你啊！就在今晚，好嗎（T-M4-N-2010-08-11-03）？

在「B 希望中面對無望」之歷程核心類別中，「願割捨」企圖放下「對失落的抗拒（面對無望）」，藉由「秀功能、認身份」而在生者世界中找回「讓自己和他人生活更好的目標和路徑（希望）」，「願交託」則是在接受「不可能改變逝者已矣」之下，「把自己和逝者交付給生死的超自然運作（面對無望）」，好讓自己和逝者都可以過得更好（希望）。這 4 個類別構成了在「希望」中面對「無望」以「突破成長」。例如：

\*\*\*，你和小夥伴們也過節了嗎？玩得開心嗎？爸爸媽媽很想你，這兩天我們去看望了阿爺阿娘，他們身體還好，大伯伯大伯母、二伯伯二伯母都到家裡來看望我們了，所以這兩天家裡不算冷清，可是媽媽還是抑制不住地想你，今天爸爸去加班，家裡就剩媽媽一個，媽媽忍不住打開你的衣櫥，翻出你的衣服抱在懷裡使勁兒地聞，可是只聞到洗衣粉的味道，沒有你的味道，媽媽的眼淚就下來了（T-M4-N-2011-10-04-01）；

\*\*\*，前兩天媽媽去做了 B 超，媽媽肚裡的小寶寶一切還好，羊水穿刺的結果也是好的，媽媽放心了一些，你也會為媽媽高興的，對嗎（T-M4-N-2011-10-04-02）？

\*\*\*，你要好好的哦，缺什麼、需要什麼一定要托夢給爸爸媽媽哦，常回家看看，爸爸媽媽都想你，永遠愛你（T-M4-N-2011-10-



04-03)。

## (二) 希望與無望在跨歷程的對應類別間流轉

哀傷療癒歷程中的「希望」與「無望」間流轉，也出現在 4 個結構核心類別的成對類別之間，從而也呈現出「無望中尋找希望」、「希望中面對無望」兩個歷程核心類別之間的流轉。在前述 54 名被引述文本的研究參與者中，發現 19 名參與者 (35%) 的哀傷經驗在這兩個歷程核心類別之間至少流轉一次。以下針對各個結構核心類別各列舉一例。

### 1. 難割捨 vs. 願割捨

醫生說媽媽已經是一級高血壓了。媽媽可不喜歡自己這樣，每天頭疼，頭暈，不敢亂動 (B-M30-N-2012-06-08-01) vs.

媽媽明白，留著也回不來…媽媽…把你的東西都留著替你保管了六年，希望某一天能有機會交給你，…一晃六年了，你還是沒有回來 (B-M30-N-2012-03-19-08)。

### 2. 失功能 vs. 秀功能

除了發呆就想發火，一觸即發，和那個送貨的人吵了起來，還摔東西了，從來沒有摔過東西的，也不喜歡爭吵，喜歡生活在一團和氣中，哪怕自己吃點虧。可現在沒有耐心，誰都容不下，…心裡的怒火被點著了爆發出來很嚇人，也許我們這些變化是無形中因為孩子的離去感到生活的不公與憤懣 (T-M10-E-2012-11-04-01) vs.

一定要讓自己做些事情，做家務，做小針線活，以前我從未手工做過鞋墊，現在鞋墊也做了 (T-M10-E-2014-05-11-01)。

### 3. 失身份 vs. 認身份

寶啊，你說你不能沒有媽媽，可是媽媽卻丟失了你，媽媽太不稱職了，媽媽不是個好媽媽 (T-M4-N-2010-08-13-03) vs.

新寶寶已經快三個月了，是弟弟…，多了一份活下去的責任和希望 (T-M4-N-2012-03-30-02)。

### 4. 抓連結 vs. 願交託

媽媽知道那天是你派來的小精靈，那是一個有陽光的早晨，媽媽準備拖地，在衛生間裡發現一隻小蜻蜓，小小但矯健的蜻蜓，飛了一下子後停在媽媽的梳子上，…可它落到了媽媽的手上，…媽媽再次去客廳裡時，一抬頭看見蜻蜓在旁邊飛，當時真的有些驚喜，…媽媽沒經思考，不由自主的向它擺擺手，心裡在向它問好，再看時，蜻蜓不見了，我想，它理解為媽媽向它再見吧。媽媽想這肯定不是巧合。這是我懂事的兒子派來告訴媽媽，你在另一個地方好著。這些日子，每到很難，很堵的時候，媽媽想起那只蜻蜓，心裡寧靜許多 (T-M10-E-2013-09-05-01) vs.



每個同命的媽媽都自責，可我們確實左右不了天災人禍啊（T-M10-E-2014-04-20-01）。

### （三）希望與無望在歷程核心類別間流轉

喪子女父母的哀傷療癒過程在「無望中尋找希望」與「希望中面對無望」兩個歷程核心類別之間流轉。因為孩子在世，父母不僅成為父母，而且遙遙眺望著「子女長成、父母老去、親子共好」的未來願景。例如：

\*\*\*，今天是你虛歲 15 歲的生日，要是你還在，爸爸媽媽會多幸福啊！媽媽以前經常憧憬，當\*\*\*上大學的時候，媽媽 50 歲還沒到，媽媽一定做個開明的，能跟上社會潮流，理解孩子的媽媽；當\*\*\*戀愛的時候，媽媽一定好好為你把把關，讓你找到真正的幸福；當\*\*\*結婚生子的時候，媽媽也不算老，可以有精力幫\*\*\*帶孩子，做個好外婆，享受天倫之樂…可是這一切突然都變成了媽媽的空想，媽媽真不能接受啊（T-M4-N-2012-09-20-01）。

彼時，父母的活著就是在籌劃著如何投入當下的生活，好朝向親子共在共好的未來願景推進。伴隨子女過世而崩壞的，不只是父母過往環繞子女而建構的、習以為常的當下生活世界，也是父母朝向未來投出的希望，例如：

\*\*\*，媽媽曾經那麼期盼你快快長大，長到我們可以勾肩搭背的時候，我們就能成為無話不談的朋友，所以，媽媽經常會去勾你的肩，你也常常會來搭媽媽的背，雖然開始的時候，媽媽需要彎下腰，而你也需要惦起腳尖，但是我們樂此不疲，嘴裡還要喊著「勾肩、搭背、勾肩、搭背…」一路嘻嘻哈哈地走在回家的路上，漸漸的，你越長越高，終於長成和媽媽一樣高了，我們可以自如地「勾肩搭背」了，你卻突然地離開了，沒有留下一句話，也帶走了媽媽所有的期盼和快樂，媽媽知道你肯定也不願意離開我們，只是我們無法戰勝命運，如今，媽媽只希望你在那裡一切都好（T-M4-N-2010-10-29-01）！

在哀傷療癒歷程中，喪子女父母掙扎著在「沒有子女共同在世」的世界中重建新希望。儘管不一定能夠如願，但父母親們的核心渴望是努力讓自己和他人的生活變得更好，朝向「心中有光」、「世界有望」而前行。例如，M4 與另外一個喪女母親 A 的對話：

M4：謝謝你，是的，新寶寶已經快三個月了，是弟弟，寶寶的眼睛和嘴巴很像\*\*\*，但我不能確定是不是\*\*\*回來了，也不敢奢求是\*\*\*回來了，只求寶寶能平安，健康地長大，至於幸福，我想那是多麼遙遠啊，因為就算抱著寶寶，前一秒鐘還在笑，可後一秒鐘會突然落下淚來。只是多了一個小生命，就多了一份活下去的責任和希望（T-M4-N-2012-03-30-01）。



A：\*\*媽媽：收到你的回信，倍感親切和溫暖。特別是得知你們的新寶寶快三個月了，真是替你們高興。恭喜你們！你真是一位偉大的媽媽！感謝你的博客幫助我走出了痛苦。在此應該說抱歉的人是我，你現在照顧寶寶那麼忙還要抽空回我的留言，辛苦你了！\*\*可喜歡大姐姐了，我想她一定會和\*\*姐姐成為好朋友的。今天我去\*\*園了，本來想去\*\*那裡看看，只是走得匆忙，沒來得及跟\*\*打個招呼。祝福你們和寶寶健康幸福（T-M4-N-2012-04-04-01）！

M4：\*\*媽媽，你太客氣了，在這裡我們都是同病相憐的父母，只有我們最懂得我們的痛。今天我去了墓園，去看過你的\*\*了，替她上了三炷香，以後凡是去看\*\*的時候也一定會去看看你的\*\*（T-M4-N-2012-04-04-01）。

## 肆、理論建構與討論

奠基於前述的編碼架構與流轉現象，本研究進一步展開研究發現與既有文獻的對話。下文將分別說明對既有論述的呼應與補充、對既有論述的超越、對未來實務和研究建議。

### 一、本研究發現對既有論述的呼應與補充

表 2 的 4 個結構核心類別、8 個類別、33 個副類別，呼應且補充了既有東西方哀傷療癒模式的論述。詳述如下：

#### （一）「俗世連結的兩難」

意指不想跟孩子分離但又被迫分離，想與孩子延續俗世連結但又礙於生死兩隔，聚焦生者與逝者之間的俗世連結關係。像是：「認為不可能走出哀傷」、「試圖再現同在經驗」、「拒絕接受逝者已經死亡」，以及相對的「接受逝者離去但痛苦恆在」、「鍛鍊與強化自己的身心以轉化痛苦」，突顯出哀傷療癒的核心之一在於內在關愛與連結。同時呼應了 Freud（1957）的哀傷工作和 Klass（2006）的持續連結這兩個看似矛盾的理論模式，呈現出在生者世界中面對逝者離去的「難割捨 vs. 願割捨」之間流轉的狀態。此外，是否願意以及能夠割捨在世連結，往往涉及喪子女父母如何重新建構「短暫親子共處夙緣」的意義，像是：「無法正向看待孩子離世」，以及相對的「感謝曾經擁有」、「看見孩子離世帶來的正向變化」，因而呼應 Gillies 和 Neimeyer（2006）的意義重構理論、Calhoun 等人（2010）的哀傷成長模型以及創傷受損與創傷後成長多元發展路徑並存現象（Bonanno & Diminich, 2013），呈現出在生者世界中面對死者離去的「創傷受損 vs. 創傷成長」之間流轉的狀態。



## （二）「功能缺失的生活與心理壓力」

意指如何在現實社會的壓力下生存下去，涉及父母如何因應孩子死亡而牽連出來的生活與心理功能之挑戰。像是：「脫離慣常或預期生活軌道而茫然或憂慮」，以及相對的「積極投入日常生活」、「積極投入個人追求」、「積極投入生活以走出哀傷」、「嘗試放下哀傷並追求快樂生活」，呼應了西方奠基於壓力與創傷的哀傷療癒模型，如 Stroebe 和 Schut (2010) 的哀傷應對雙歷程模型。也涉及如何重建假設世界信念以參與社會活動和運作，像是：「因社會與生活不公平而憤怒抗爭」、「因失序失控而焦慮」，以及相對的「努力為逝者完成遺願」，呼應了 Calhoun 等人 (2010) 的哀傷成長模型，呈現出在「失功能 vs. 秀功能」之間流轉的狀態。

## （三）「角色失調的衝突」

意指如何適應在社會網絡中的新身份以滿足他人期待並建構個人意義感。喪子女父母往往認為養育孩子長大是父母（角色）的義務，因而為自己沒有把孩子照顧好而感到丟臉（面子），覺得自己道德上有缺失、矮人一截，或覺得難被他人或社會所理解或諒解。因而出現：「因不稱職而責怪懲罰自己」、「因不如人或被人傷而遠離他人」、「因喪子女而失去活著的意義」、「無法把愛轉給其他孩子」，以及相對的「把愛轉給其他孩子或子輩以找回責任和希望」、「與配偶或其他喪子女父母相互連結與支持」、「與他人建立日常人際聯繫」、「轉變自己的人際態度以維護人際交往」，呈現出在「失身份 vs. 認身份」之間流轉的狀態。關於這部分的倫理實踐議題之探討在西方哀傷理論中付之闕如，僅有李秉倫等人 (2015) 的儒家關係主義和諧哀傷療癒理論有所觸及。

## （四）「洞悉生死的艱難」

涉及如何檢視與調整子女過世前的生死觀，以及建構有關死後世界（鬼神）、天人關係（命運）的假設。以重新建構與逝者的奧秘連結，並將人力所不及的生死與死後議題交託給上天，像是：「欣迎逝者以另一種形態回來看自己」、「把死者重新生回來」、「相信死後能重逢」、「照顧死亡世界的子女」、「努力說服自己相信死後靈魂存在並可連結」，以及相對的「開心放孩子離開以去到好地方」、「抗議天道不公」、「接受人爭不過天」、「聽天由命」。此發現超越了 Calhoun 等人 (2010) 的哀傷成長模型，顯示喪子女父母不僅在現實生活世界探討生命意義與公正世界，還進一步關切宗教與命運等靈性議題。因而呈現出在死後世界中面對死者離去的「抓連結 vs. 願交託」之間流轉的狀態。



## 二、本研究發現對既有論述的超越

### (一) 希望與無望之流轉

先前哀傷療癒文獻已經提出，就哀傷階段來看，喪親者會出現在前後階段間往返的現象，就療癒狀態來看，喪親者會出現在好轉、惡化間往返的現象（Stroebe & Schut, 2010）。本研究則進一步指出：這些變動現象在本質上就是希望與無望之流轉。所謂「希望」是指「相信生活可以更好的信念，以及因而想讓生活變得更好的動機和努力」；「無望」是指「因沒有達到預期目標，而使得相信生活可以更好的信念受挫、讓生活變好的動機和努力減弱」。孩子就是父母的希望源頭，喪子女的哀傷療癒歷程，其本質在於「在舊希望幻滅之際，經歷希望與無望之間的持續流轉，在流轉的不穩定中重建新希望」。

前文所描述的各種希望與無望流轉，不但呼應 Stroebe 和 Schut (2010) 所謂哀傷療癒是在「失落取向」與「復原取向」之間擺動的非線性循環過程，更深入描述出多元的非線性流轉樣貌。各個類別所涵蓋的副類別之間的「希望－無望流轉」顯示該流轉源自內生的動力，每個類別本身即含有希望與無望兩個對立轉化點。此外，4 個結構核心類別的成對類別之間、同一歷程核心類別的 4 個類別之間、兩個歷程核心類別之間的流轉則呈現出不同狀態之間一消一長的流動現象。各種層面與形式的「希望－無望流轉」交錯出逐漸開展的動態轉變過程。此外，有不少喪子女父母明白陳述這將是終生之痛，顯示這個歷程有可能無限綿延，呼應創傷恆在的論述（Arnold et al., 2008）。

### (二) 希望－無望流轉模型之芻議

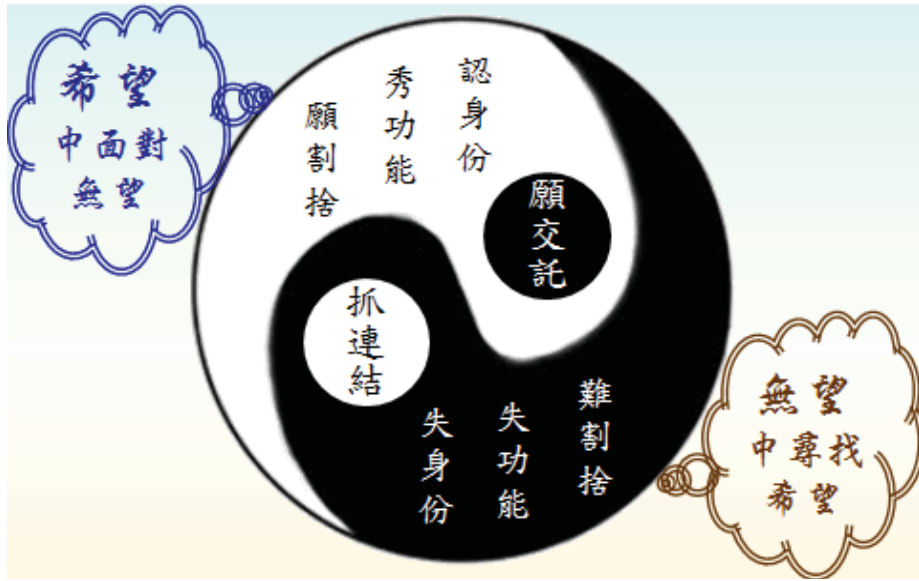
前述喪子女父母的哀傷療癒之「希望－無望流轉」的現象，與易經的「對立轉化、相生相成」之現象若合符節（Liu et al., 2016）。若將「無望中尋找希望」視為「陰中有陽」，「難割捨」、「失功能」、「失身份」代表太極圖中的黑魚、「抓連結」代表太極圖中的白眼，將「希望中面對無望」視為「陽中有陰」，「願割捨」、「秀功能」、「認身份」代表太極圖中的白魚，「願交託」代表太極圖中的黑眼，就形成圖 2 的「希望－無望流轉」模型。太極圖蘊含著陰陽五行理論的「結構動態平衡」。陰陽五行是漢朝以來華人最重要的思維方式，主張宇宙萬物的變化與運行都有其陰陽特徵，而且陰陽之間不是兩種固定且相反的組合要素，因為它們共同來自於精氣，或者太一，於是成為兩個可以相互轉化的要素。根據這樣的原理運行，結構中的各要素間總是傾向於形成某種平衡，以呈現出健康、良好的素質（翟學偉，2014）。而且陰陽二氣的交錯變化，產生了金、木、水、火、土五種物質屬性，從而產生萬物。





圖 2

哀傷療癒之「希望－無望流轉」模型



### 三、本研究限制與未來實務和研究建議

本研究針對「流轉」現象加以命名，並指出其核心為「希望－無望」，但這目前僅能視為芻議，建議未來研究從三個角度展開進一步探究與細緻化，以期建構契合華人文化與生活世界的哀傷理論。首先，根據本研究提出的「希望－無望流轉」模型，反觀既有理論之所以在「斷裂 vs. 持續」、「壓力調適 vs. 意義建構 vs. 倫理實踐」、「創傷受損 vs. 創傷後成長」等議題上出現分歧、爭議，或許源自於這些理論或研究多只片面捕捉到喪子女父母哀傷療癒所呈現的「希望－無望流轉」的某一面向，各個模式或論述所捕捉到的面向不但如其所述般地存在，還與該模式或論述未能捕抓到的其他面向共同存在，共同展現出在希望與無望間恆久擺盪、流轉的現象。是否如此，有待後續研究來闡明。其次，本研究指出，哀傷療癒歷程的本質在於「在舊希望幻滅之際，經歷希望與無望之間的持續流轉，在流轉的不穩定中重建新希望」。至於喪子女父母的希望與無望，能否與聚焦於目標、路徑與能量的希望理論 (Snyder, 2002) 相互呼應，則有待未來研究進一步探究。最後，本研究嘗試以太極圖之核心理念來捕捉研究所發現的各種層面與形式的「希望－無望流轉」。未來研究可進一步探究，哀傷療癒是否也如太極圖所蘊含的陰陽五行理論一樣，是一種朝向中和的結構動態平衡歷程？此外，未來研究可針對可能具有華人哀傷療癒特殊性的部分深入探究。例如，在本研究發現的 4 個結構之中，有關在華人文化下因喪親而致「角色失調的衝突」之先前研究較少，建議後續研究深入探究之。比如，文化中對因喪親狀態而特有的稱謂：鰥寡孤獨，《孟子·梁惠王》中寫道：「老而無妻曰鰥，老而無夫曰寡，老而無子曰獨，幼而無父曰孤」。這種稱



謂到底意味著什麼？他人對喪親者身心狀態及行為表現的期望如何？喪親者又會如何看待自己？如何看待自己的自我期許與他人的期待不一致？如何調整公開我和私下我之間的不一致？

未來研究亦可針對「希望－無望流轉」模型之實務應用展開探究。根據「希望－無望流轉」模型，在對喪子女父母進行心理幫助時，需要從「俗世連結的兩難」、「功能缺失的生活與心理壓力」、「角色失調的衝突」、「洞悉生死的艱難」等 4 個結構核心類別入手，而且要推動他們在「希望」與「無望」之間流轉。例如，需要幫助父母注意並瞭解痛苦和快樂在自己身上並存的狀況，讓他們理解與接受看似荒謬的「痛並快樂著」其實再正常不過。再如，目前的心理諮商或治療往往聚焦於「在世連結的兩難」、「功能缺失的生活與心理壓力」，卻忽視「角色失調的衝突」，且將「洞悉生死的艱難」交由宗教或民間信仰介入。這或可在一定程度上解釋，在現有研究顯示哀傷治療介入有效（Johannsen et al., 2019）的情況下，為何在實務領域中仍持續存在正常哀傷被醫療化的擔心（Dodd et al., 2017）。概因現有哀傷治療關注的面向有限，很可能導致見樹木不見森林，即只關注喪親者部分的病理症狀，而忽視了其整體的健康趨勢。吳秀碧（2017）曾以「創造死者死後的世界」儀式活動，對非複雜性哀傷者進行心理介入，發現參與者有「安頓死者獲得療傷和復原」與「學習與成長」兩方面的獲益。因此如何藉由類似的心理諮商或治療來促發「洞悉生死的艱難」或「角色失調的衝突」之流轉，均有待後續深入探究。

在研究方法上，建議未來研究以更周延的量表進行多元面向間關聯之探究，或採用質性研究深入描述「流轉」與「希望－無望」之細節，比如希望與無望之間的互動規律、類型或變化形態等，以進一步闡明、深化或調整出更能貼切描述華人哀傷療癒的理論模式，並能與 Maciejewski 等人（2007）的研究成果相對照。前述所謂更周延的量表，意指能夠充分呼應本研究發現「俗世連結的兩難」、「功能缺失的生活與心理壓力」、「角色失調的衝突」、「洞悉生死的艱難」等 4 個結構核心類別，以及「無望中尋找希望」與「希望中面對無望」2 個歷程核心類別。然則，目前常用的延長哀傷障礙量表（Pohlkamp et al., 2018）、烏得勒支哀傷沉思量表（Sveen et al., 2019）等，其內容範疇均未涵蓋「角色失調的衝突」、「洞悉生死的艱難」之結構，也未涉及「希望－無望流轉」之變化歷程，建議未來研究編製能夠充分涵蓋前述結構和歷程的哀傷量表。

任何研究方法都不是完美的，也都有其側重點。紮根理論重在從經驗資料中建構理論，而其限制在於：編碼的方法是基於對微觀層面的情況與行動進行命名與分類，因而較難對現象提出社會結構文化的整體分析；依賴參與者的言說，忽略其潛意識的、非言說式的行動意義；編碼過程容易導致資料的過度切割與碎片化，使得經驗與經驗主體分開，意義與故事分開。當然本研究建構的「希望－無望流轉」模型也受到這些限制。此外，



本研究使用網路之傾訴性文本，其優勢在於：收集到的資料不受研究者干擾，是喪子女父母的真情流露，且是喪子女父母當下感受的抒發，不受記憶回溯之歪曲的影響；因網頁留存而便於縱向追蹤。而劣勢則在於：書寫者可能多屬於教育程度較高或家庭經濟地位較高者；書寫內容可能以情緒宣洩為主，看不到喪子女父母在社會情境中的實際行為；資料不是由研究者與參與者共構完成，偏靜態。有鑒於此，除了需要審慎看待本研究目前的發現之外，也建議後續研究可採用訪談法、觀察法來收集資料，以與本研究之發現相互對照。

收稿日期：109.06.08

通過刊登日期：109.09.19

## 參考文獻

### 中文部分

- 尹若月、修代明、何麗（2018）：基於社區的自助式國畫學習小組對失獨者心理健康的干預效果。**中國臨床心理學雜誌**，**26**，1234-1239。  
<http://dx.doi.org/10.16128/j.cnki.1005-3611.2018.06.041>
- 吳秀碧（2017）：客體角色轉化在非複雜性哀傷諮商影響之初探。**中華輔導與諮商學報**，**48**，71-106。  
<https://doi.org/10.3966/172851862017040048003>
- 李秉倫、黃光國、夏允中（2015）：建構本土哀傷療癒理論：儒家關係主義和諧哀傷療癒理論。**諮商心理與復健諮商學報**，**28**，7-33。  
<https://doi.org/10.6308/JCPRC.28.01>
- 何麗、唐信峰、朱志勇、王建平（2016）：持續性聯結及其與喪親後適應的關係。**心理科學進展**，**24**（5），765-772。  
<https://doi.org/10.3724/SP.J.1042.2016.00765>
- 林秀玲、戴嘉南、黃瑛琪（2008）：浴火鳳凰：一位喪子母親的愛商調適與意義重建歷程研究。**諮商輔導學報：高師輔導所刊**，**19**，31-68。
- 唐信峰、賈曉明、侯力琪（2013）：農村喪親個體因應策略的定性研究：以江西省上饒縣某農村為例。**中國心理衛生雜誌**，**27**（10），785-790。  
<https://doi.org/10.3969/j.issn.1000-6729.2013.10.013>
- 黃光國（2011）：論「含攝文化的心理學」。**本土心理學研究**，**36**，79-110。  
<https://doi.org/10.6254/2011.36.79>
- 許敏桃、余德慧、李維倫（2005）：哀悼傷逝的文化模式：由連結到療癒。**本土心理學研究**，**24**，49-84。  
<https://doi.org/10.6254/2005-24.49>
- 賀志峰（2018）：喪子父母干預的國際經驗及對失獨家庭介入的啓示。**社會工作**，**6**，32-41。  
<https://doi.org/10.3969/j.issn.1672-4828.2018.06.003>
- 張必春、許寶君（2015）：失獨父母社會關係變遷的「差序格局」解讀－基於社會身份視角的探討。**四川師範大學學報（社會科學版）**，**42**（5），67-74。



- 張宇迪、賈曉明 (2019) : 自傳體記憶功能對失獨者延長哀傷的影響：家族主義情感的調節作用。 *心理發展與教育*, **35** (5), 540-548。 <https://doi.org/10.16187/j.cnki.issn1001-4918.2019.05.04>
- 張靜、劉正奎、馬珠江、布威佐熱姆·艾力、趙一翀、劉洋 (2019) : 失獨父母創傷後應激障礙症狀及相關因素。 *中國心理衛生雜誌*, **33** (1), 21-26。 <https://doi.org/10.3969/j.issn.1000-6729.2019.01.004>
- 翟學偉 (2014) : 中國與西方：兩種不同的心理學傳統。 *本土心理學研究*, **41**, 3-51。 <https://doi.org/10.6254/2013.40.45>
- 潘金洪 (2017) : 失獨哀傷過程的複雜性及其特徵的多樣性分析。 *人口與社會*, **1**, 3-11。
- 廖梓均、林是琦、宋新明、劉明明、趙曉蕾、陳貴斌、才匯荃、汪昕宇、朱廷劭、劉天俐 (2018) : 基於微博研究失獨者意義世界及影響因素。 *人口與發展*, **24** (6), 72-84。
- 鍾文佳、郭怡芬、夏允中 (2019) : 建構儒釋道喪禮儀式的悲傷療癒歷程模式。 *中華輔導與諮商學報*, **54**, 59-89。 <https://doi.org/10.3966/172851862019010054003>

#### 英文部分

- Arnold, J., Gemma, P. B., & Faan, P. (2008). The continuing process of parental grief. *Death Studies*, *32*(7), 658-673. <https://doi.org/10.1080/07481180802215718>
- Bonanno, G. A., & Diminich, E. D. (2013). Annual research review: Positive adjustment to adversity—trajectories of minimal—impact resilience and emergent resilience. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, *54*(4), 378-401. <https://doi.org/10.1111/jcpp.12021>
- Calhoun, L. G., Tedeschi, R. G., Cann, A., & Hanks, E. A. (2010). Positive outcomes following bereavement: Paths to posttraumatic growth. *Psychologica Belgica*, *50*(1-2), 125-143. <http://doi.org/10.5334/pb-50-1-2-125>
- Capitano, C. (2012). *The effects of continuing bond of posttraumatic stress disorder and complicated grief among parents bereaved by the suicide of their child* [Unpublished doctoral dissertation theses]. The University of New Mexico.
- Dodd, A., Guerin, S., Delaney, S., & Dodd, P. (2017). Complicated grief: Knowledge, attitudes, skills and training of mental health professionals: A systematic review. *Patient Education and Counseling*, *100*(8), 1447-1458. <https://doi.org/10.1016/j.pec.2017.03.010>
- Espinosa, J. (2013). Maternal bereavement: The heightened mortality of mothers after the death of a child. *Economics and Human Biology*, *11*(3), 371-381. <https://doi.org/10.1016/j.ehb.2012.06.002>



- Freud, S. (1957). Mourning and melancholia. In J. Strachey (Ed.), *The standard edition of the complete works of Sigmund Freud* (Vol. 14, pp. 243-258). Hogarth.
- Gillies, J., & Neimeyer, R. A. (2006). Loss, grief, and the search for significance: Toward a model of meaning reconstruction in bereavement. *Journal of Constructivist Psychology, 19*(1), 31-65. <https://doi.org/10.1080/10720530500311182>
- Johannsen, M., Damholdt, M. F., Zachariae, R., Lundorff, M., Farver-Vestergaard, I., & O'Connor, M. (2019). Psychological interventions for grief in adults: A systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials. *Journal of Affective Disorders, 253*, 69-86. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2019.04.065>
- Klass, D. (2006). Continuing conversation about continuing bonds. *Death Studies, 30*(9), 843-858. <https://doi.org/10.1080/07481180600886959>
- Li, J., Johansen, C., Hansen, D., & Olsen, J. (2002). Cancer incidence in parents who lost a child: A nationwide study in Denmark. *Cancer, 95*(10), 2237-2242. <https://doi.org/10.1002/cncr.10943>
- Li, J., Laursen, T. M., Precht, D., Olsen, J., & Mortensen, P. (2005). Hospitalization for mental illness among parents after the death of a child. *New England Journal of Medicine, 352*, 1190-1196. <https://doi.org/10.1056/NEJMoa033160>
- Lincoln, Y. S., & Guba, E. G. (1985). *Naturalistic inquiry*. Sage.
- Liu, S., Hung, J., Peng, H., Chang, C., & Lu, Y. (2016). Virtue Existential Career Model: A dialectic and integrative approach echoing eastern philosophy. *Frontiers in Psychology, 7*(1761), 1-15. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2016.01761>
- Maciejewski, P. K., Zhang, B., Block, S. D., & Prigerson, H. G. (2007). An empirical examination of the stage theory of grief. *The Journal of the American Medical Association, 297*(7), 716-723. <https://doi.org/10.1001/jama.297.7.716>
- Morris, S., Fletcher, K., Goldstein, R. (2019). The Grief of parents after the death of a young child. *Journal of Clinical Psychology in Medical Settings, 26*, 321-338. <https://doi.org/10.1007/s10880-018-9590-7>
- Pohlkamp, L., Kreicbergs, U., Prigerson, H. G., & Sveen, J. (2018). Psychometric properties of the Prolonged Grief Disorder-13 (PG-13) in bereaved Swedish parents. *Psychiatry Research, 267*, 560-565. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2018.06.004>



- Snyder, C. R. (2002). Hope theory: Rainbows in the mind. *Psychological Inquiry, 13*(4), 249-275. [https://doi.org/10.1207/S15327965PLI1304\\_01](https://doi.org/10.1207/S15327965PLI1304_01)
- Stroebe, M. S., & Schut, H. (2010). The dual process model of coping with bereavement: A decade on. *Omega: Journal of Death and Dying, 61*, 273-289. <https://doi.org/10.2190/OM.61.4.b>
- Sveen, J., Pohlkamp, L., Kreicbergs, U., & Eisma, M. C. (2019). Rumination in bereaved parents: Psychometric evaluation of the Swedish version of the Utrecht Grief Rumination Scale (UGRS). *PLoS One, 14*(3), 1-16. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0213152>
- Willig, C. (2008). *Introducing qualitative research in psychology* (2<sup>nd</sup> ed.). Open University.
- Worden, J. W. (2009). *Grief counseling and grief therapy: A handbook for the mental health practitioner*. Springer.
- Wright, P. M., & Hogan, N. S. (2008). Grief theories and models: Applications to hospice nursing practice. *Journal of Hospice and Palliative Nursing, 10*(6), 350-356. <https://doi.org/10.1097/01.NJH.0000319194.16778.e5>
- Yin, Q., Zhang, H., Shang, Z., Wu, L., Sun, Z., Zhang, F., Zhou, Y., Song, X., & Liu, W. (2020). Risk factors for PTSD of Shidu parents who lost the only child in a rapid aging process: A cross-sectional study. *BMC Psychiatry, 20*(37), 1-11. <https://doi.org/10.1186/s12888-020-2446-3>
- Zhang, H., Shang, Z., Wu, L., Sun, Z., Zhang, F., Sun, L., Zhou, Y., Wang, Y., & Liu, W. (2020). Prolonged grief disorder in Chinese Shidu parents who have lost their only child. *European Journal of Psychotraumatology, 11*(1), 1-13. <https://doi.org/10.1080/20008198.2020.1726071>



# Fluxion of Hope and Hopelessness: The Model of Parental Grief Healing in China

Cheng-Qi Li Shu-Hui Liu

## Abstract

Grounded theory was applied to construct a theoretical model of parental grief healing in China. 54 bereaved parents' data were obtained; their narrative texts written on the Internet were collected. Through in-depth coding and continuous correction, a four-level tree structure of concept, sub-category, category, and core-category was formed, which included four structure-core categories ("the dilemma of the secular connection," "living and psychological stress with lack of function," "the conflict of role dissonance," and "the difficulty of understanding life and death thoroughly,") and two process-core categories ("seeking hope in hopelessness" and "facing hopelessness in hope"). The "fluxion between hope and hopelessness" found among those sub-categories of the same category showed that the transformation was derived from endogenous power, and each category itself contained two opposite reversion points of hope and hopelessness. In addition, the fluxion between the paired categories of the four structural core categories, among four core categories of the same process, and between the two process-core categories presented a *yī-xiāo-yī-cháng* phenomenon, which can be literally translated into *waxing and waning*, under different conditions. The "fluxion between hope and hopelessness" at various levels and in different forms was intertwined within a gradual dynamic transformation process, which further developed a "fluxion between hope and hopelessness" model resembling a Taiji diagram. Discussion and implications of the findings were provided for theory-building, inventory-development, and practice.

**Keywords: fluxion between hope and hopelessness, grief healing, grief process, grounded theory, parental grief**

---

Cheng-Qi Li College of Teacher Education, Huzhou University, China;  
Department of Guidance and Counseling, National Changhua  
University of Education

Shu-Hui Liu Department of Guidance and Counseling, National Changhua  
University of Education (shl.intheworld@gamil.com)

<sup>1</sup> Funding: This research was supported by a grant from Youth Foundation of Social Science and Humanity, China Ministry of Education (14YJCZH070).

