XXXX 养老机构哀伤辅导服务记录

长者姓名：_____

家属姓名：_____

服务起始：_____至_____

服务人员：_____

是否提供后事指导：_____

内容阐述：_____

日期

借鉴内容：

为丧失提供一个哀伤过程。

处理失落和悲伤特别考验咨询师的功力，如果可以陪伴来访者度过这些特殊时期，对咨询的效果会有很大的促进作用。以下讲述了失落和悲伤发生的原因，并提出了相对具有可操作性的处理方案。

一、丧失与哀伤

丧失是指失去亲近的人，可能是死亡或者是离开；失去未来的各种可能性；以及身体的损害等。亲近的人特别指父母、配偶、子女，抚养人如祖父母、外祖父母，还有兄弟姐妹、恋人、朋友等。失去有两种含义，一个是死亡，另一个离开，没有联系，或者感到被对方拒绝，遭到遗弃。亲近的人是我们成长过程中的重要客体，特别是父母，是人幼年成长中最重要的客体。亲近的人死亡，可以说最重要的客体丧失。不管是童年还是成年。丧失也同样包括失去未来的可能性，比如升学的机会、学习自己喜欢的东西的机会、恋爱、结婚、生育等。笔者曾咨询的一个大学生，是个易性癖，他感觉所失去未来可能性是他几乎不能变性，也就不能实现内心的愿望：作一个女人和所爱的男人结婚，做一个妻子和母亲。身体上损害，包括身体某一部分功能的缺乏，如不能怀孕（也意味失去未来的可能）、残疾如不能说话或视力的丧失、乳房的切除等。丧失会给人带来悲伤。亲人的死亡或离去，使人有一种被抛弃感，与内心世界连接的客体的消失，会带来无助感。甚至会有内疚感，以为丧失者可能会认为亲人的离去是自己的错。正常的悲伤是我们记住美好的东西。我们通过悲伤而达到心理的痊愈，即丧失的痛苦的解除。但是，常常会有其它形式的悲伤，成为心理发展中的障碍，使丧失成为了创伤。如：未解决的、延长的悲伤；忧郁；常年的哀悼者。未解决或延长了的悲伤表现为哀伤的过程被停止或阻碍；内疚感、回避、周年的纪念等是未完成悲伤的症状。常年的哀伤者的表现为：丧失的客体以与心理隔开的方式保留，可以表的哀伤是需要的，并且哀伤和通过心理治疗达到康复是间能够采用的两条平行线。精神分析和心理治疗的大量文献支持在治疗中哀伤和悲伤有利于康复。哀伤是一个高级的社会过程。存活的客体在完成哀伤的主要心理任务中，扮演着一个决定性的角色。周围的人帮助哀伤者如果失败的话，治疗师在心理治疗过程中对于其哀伤有着重要的作用。精神分析作为一种心理治疗，提供了修复过去的丧失，一个哀伤的过程，甚至作者认为，精神分析本身就意味哀伤的过程。精神分析治疗的功能之一是固定的设置，包括固定的时间和空间，治疗联盟的建立，为求助者提供了哀伤的可

能性。

治疗的功能，就是帮助求助者进行现实性检验。这可以使那些有丧失但一直否认的求助者可以面对真实的丧失。精神分析为丧失者提供了一个诉说氛围，可以表达对丧失的客体的爱与恨，表达时会伴随强烈的情感体验，甚至忧郁，而这是与丧失的客体分离的过程。当然也适用于其他的丧失。与旧的客体分离，与新的客体建立联系，精神分析师常成为丧失者新的连接客体。而这种连接通过稳定的治疗设置以及较长时间的陪伴而逐渐建立起来。

精神分析师作为新的客体连接常是通过移情，求助者（丧失者）将重要的客体（失去的客体）投射在精神分析师身上。而通过修通，求助者与精神分析师建立起新的连接。这是哀伤后所恢复的重要能力，与新的客体建立系的能力。