

藝術舒壓

The Power of Art

■ 文/王淑貞 花蓮慈濟醫院護理部督導

心蓮病房是誰在講故事？喔！原來是慈濟技術學院幼保科的李雪菱老師及同學，在教心蓮病房的護理人員如何運用繪本及繪畫創作來緩解病人心中的苦悶，在臨床上一提到要與病人畫畫，病人的第一個反應就是——我不會畫，這時候繪本就可以派上用場了。

「畫圖課結束了，葳葳卻還是無法離開，她的圖畫紙是空白的，葳葳說：『我就是不會畫圖呀！』老師說：『妳就畫幾筆，看他最後會變成什麼！』威威抓起一支筆，用力在紙上點了一下。老師把紙推到葳葳面前，輕聲說：『請簽名。』葳葳想了想：『好吧，雖然我不會畫圖，但是我會簽名。』一星期後，威威看到他的畫配上金色漩渦的邊框掛在牆上，嚇了一跳。心想：『我可以畫得更好！』於是威威就開始打開他的彩色筆，用小點點展開他的畫作。」
(摘自《點》，和英出版社)

從點到空白 創作無所限

其實每個人都有創作的的能力，但是我們都被畫得好與差的評價，而限制了自己的創作能力。在同學講完繪本後，參與的護理人員也一起隨著音樂開始以「點」創造出一幅幅的畫作，當然在這短短的三十分鐘裡，護理人員投入的不

只是藝術的創作，而是有更多情感的宣洩，與壓力的釋放。

過去幾年，在心蓮病房有呂素貞老師(註)一起在心蓮病房參與病人照護，其帶領藝術治療的方式，常依病人的情境不同，能隨時、隨處、隨樣創作，老師曾經用團體創作，帶領護理團隊一起以捏陶的方式，表達對某一位剛往生病人的感覺。這位病人在住院的早期是一位情緒容易爆發的病人，為團隊人員帶來不少困擾，後來在藝術治療的過程中，病人的情緒有了很大的轉變，進而與團隊人員如同家人般相處，有一次這位病人拿著一張白紙到護理站，問護理人員他畫得好不好，大家左看右看就是看不出圖畫紙上有無任何圖案，結果還是病人自己揭開謎底，他的圖就是「牛吃草」，因為草被牛吃光了，所以紙上是空白的。

藝術介入 重新為生命上色

對一位癌末的病人而言，其所過的生活不只是因疾病面臨到的身心困擾，而且還有其過去經驗與社會支持系統的調適，都會影響到病人的生活品質。就如文中提到的這位病人，在退伍時發生一場嚴重車禍，當場三位同伴就此離開人世，剩下殘廢需坐輪椅的他，也因為如



藝術治療，不僅可幫助病人走出情緒的枷鎖，也可幫助護理團隊抒發工作瓶頸。圖為花蓮慈院心蓮病房舉辦藝術治療課程，護理人員與志工共同參與學習。

此造成病人自暴自棄的性格，更因在36歲的壯年發現罹患癌症且是末期，對病人而言，該如何看待這樣「不公平」的待遇？幸虧有藝術治療的介入，讓病人重新發現世界的美好。

愈創作愈愛自己 護病都受惠

安寧療護強調身心靈照護，身體症狀可以藉由醫師的處方、護理人員的評估與舒適護理來緩解身體的病痛；心理及靈性的症狀可藉由護理人員、心理師、社工師、宗教師及其他醫療團隊的合作來陪伴病人渡過。然而，一個完整的人無法從身心靈的整體性劃分開來，就護理的角色就需要涵蓋了身心靈評估與照護。從過去的教育經驗中，學習到身心靈的評估與處置，期望能夠盡一切所能的改善病人及家屬的困擾與痛苦。

但是，在這樣的學習過程中，慢慢

的發現自己常常陷入一些困境，在護理人員的處境中，常常是發現問題多於希望，在以問題為導向的環境中，因為有許多無法解決的問題，也因此讓挫折困擾著我們；在助人的角色中，醫療團隊在每日為病人所呈現出來的徵兆，或是自認為是問題的問題中打轉著，越面對著問題，越感自己的不足。

直到認識藝術治療，運用在心蓮病房一起陪伴末期病人，才讓我深深的體會創作的的神奇。醫護團隊不再是被動的處理，而是能在預期的處境中，緩解病人的壓力，甚而激發病人及家屬在潛意識中抒發期內在的情緒，並激發其潛能。在過程中，團隊醫療人員也能藉此緩解壓力，更重要的是更能了解自己。

註：

呂素貞為《超越語言的力量：藝術在安寧病房的故事》作者