

gustav / July 12, 2009 10:22PM

### [畢業後的家庭照顧者何去何從](#)

【篇名】畢業後的家庭照顧者何去何從

【出處】家庭照顧者關懷總會 發表於 [ 最新活動 ]

【連結】<http://www.peopo.org/familycare/post/38577>

#### 【本文】

家庭照顧者關懷總會6/26在台北市身心障礙會館舉辦一場別開生面的『第一屆家庭照顧者畢業典禮』，這一群畢業家庭照顧者，從被照顧的家人去世後，有的曾想要自殺，有的罹患憂鬱症，有的一提到去世的家人就痛哭落淚，有的因照顧工作結束生活失去重心而對未來徬徨憂心不已...，家總的陳金玲常務理事表示，24小時的貼身照顧，那種緊密的關係，讓家庭照顧者成為最難從親人逝去中走出來的人；長期身心的負荷，讓他們失去了自己的健康，沒有了體力；密集的照顧工作，讓他們與社會脫節，沒有朋友、沒有資源。在照顧的過程中，花光了積蓄，但是再就業卻有困難，茫茫未來，不知道自己該往哪裡走...。去年家庭照顧者關懷總會開始為這群家庭照顧者舉辦了專屬他們的支持團體活動，分別在台北及高雄舉辦，團體的帶領者林小鶯老師本身不但也是畢業的現任的照顧者，她說：『當初在美國念書也找到一份很好的工作，卻接到母親的電話說父親身體狀況多差多差，雖然家中有九個兄弟姐妹，但是卻沒有一個在父母身邊，那時心中非常的掙扎，回台灣？待在美國？後來還是覺得應該回家照顧父母，到現在照顧已經九年多，心裡沒有一絲後悔，期間也經歷了父親的往生，母親得了失智症.....，非常希望政府能夠重視家庭照顧者，不管是正在照顧或是畢業的照顧者都需要外界的支持與協助，且畢業即失業，家庭照顧者在照顧當下，失去青春、失去金錢、失去工作，畢業之後，就變成單身一人、金錢散盡、沒有收入，為了照顧他們沒有顧慮到自己的下半生』。因此我們呼籲政府應該要幫助他們，將家庭照顧假變成實際可行的政策，讓家庭照顧者可以透過短期的「留職停薪」及照顧津貼維持生計，降低重回職場的適應問題。也呼籲有長期照顧需求的家庭，注意身邊的家庭照顧者，持續的給予關懷與支持，必要時可以撥打0800-580-097（我幫您，您休息）照顧者諮詢專線，尋求協助。參加支持團體的畢業家庭照顧者，在經過團體的洗禮之後，有自殺意圖的絕望心情轉為正向積極，進而成為助人者帶領其他家庭照顧者走出陰霾。林小姐說：『當家人過世時，心情非常低潮，每天都在家流眼淚，也不想出門，有個好朋友也是照顧者拉著我參加團體，第一次參加時，中途還跟工作人員說不想在參加了，但是透過老師的引導，及在場擁有同樣經歷的照顧者，讓我在團體中感到快樂與看到希望，最後我成了從沒缺席過的成員。』另一位照顧者薛小姐，即便母親已過世一年多，談到這件事還是不禁落淚，她說『我自己也知道應該不要悶在家裡，要出去走走，但是騎車出去還是一邊騎一邊流眼淚。但是參加團體之後，覺得很開心，有這樣一個社福團體為我們做那麼多事，辦那麼多活動，真的很感激』。為了慶祝這群家庭照顧者原本晦暗的生命又重現曙光，我們舉行這場『家庭照顧者畢業典禮』，由家總的陳金玲常務理事頒發畢業證書，林小鶯老師與高雄家庭照顧者關懷協會的郭靚眉總幹事為照顧者撥穗，象徵他們已經可以從過去照顧的傷痛中復原，能夠以身為照顧者為榮，並為自己的未來做好生涯規劃。為了帶給更多畢業照顧者情緒及生涯上的協助，故家庭照顧者關懷總會將於98年7月至8月間於北高兩區再度辦理二梯次的「畢業照顧者支持團體」，邀請有需要的畢業照顧者參與，在專業人員的帶領，以及其他相同處境的朋友的陪伴下，更快走出悲痛，為自己的人生開啟新的頁面。