

高英高級工商職業學校 101 學年度第 1 學期班級讀書會

閱讀心得報告

班 級	資訊 2-2	學生姓名	范振邦		
研讀書名	生死大事	書籍作者	David Carroll		
出版單位	遠流出版公司	出版年月	1990 年 08 月 16 日	版次	初版
班級導師	林芊儒老師	國文老師	吳美娜老師		

心 得 報 告 內 容

一、相關書訊：

本書主要是介紹該如何與死亡邊緣的人交談，當你面對一個快要死的人該用哪種心情何觀點去面對他，與他聊天還有該如何讓他面對事實。

第二則是介紹還健在的親人及友人該如何面對自己的親人或是朋友要走的時候心態該如何調整，也許別人的死對自己來說不是一個結束，而是另一個啟示也說不定。

第三是當自己面對死亡的時候，要怎麼釋懷，不要一直否定自己將在幾個禮拜或是幾個月後告別這個世界。

二、內容摘錄：

垂死的人中大約有半數會公開承認自己的死亡並接受，另外四分之一則餘怨未消的談死亡，還有四分之一的則完全否認，隻字不提 (P. 80)

這五種接的大綱只是我們在大多數末期病患身上發現的共同點而已，有序多病人的心理變化並不按照這五項過程的程序，而且這種順序對病人而言根本無所謂好壞，我們的目的是在引導病人表明需求，同時發現他正處於何種狀況，然後才能以最恰當的方式來幫助他 (P. 153)

三、我的觀點：

人接近死亡的時候，會出現很多的想法，像是死了以後財產會被孩子們怎樣分阿，家庭會有什麼變化，如果自己不再了以後家庭裡面的家人會不會想我，是不是可以不用靠我就能繼續維持家庭之類的，導致很多人會不接受死亡，別人來跟他說生命已經剩下幾個月的時候，有的會極力的反駁，有的則是完全不理會，把他人的話當作耳邊風，決不承認自己的死亡期

限將近，有的人是家人來安慰也只會破口大罵，不管用什麼口氣對你說話，都沒辦法讓你打從心底相信自己已經快要走了，有的人是，親人在告訴你快要到另一個世界以後，他是欣然的接受，然後開始計畫他的下一步應該要做什麼，才不會再接下來的人生中留下遺憾。要讓一個人接受自己的死亡是需要花很多時間的。

也許安撫到他要死亡的前一天才會相信自己的死，因為這對一個人來說，可能是一種折磨，會讓他在死以前一直活在恐懼之中，也可能是一種解脫，像是殺過人或是做過連自己都無法原諒自己的過錯，死亡對他們來說也許是種解脫，可以讓他不用每天晚上都夢到同樣的惡夢，某方面來說，死亡對一些中年失業的人並不恐懼，因為死了以後，就可以不用擔心每天要繳清的債務，不用擔心每天回到家會有人向你問今天賺了多少，上級有沒有獎賞你，什麼時候可以加薪，為什麼那麼晚回家之類的話，死了以後，眼睛閉上就什麼都不用想了，當我自己面對死亡的時候，我應該會想辦法去接受吧。

畢竟，當我快死的時候，應該也是都已經證明好我快死的證據，像是一些絕症，都是醫不好的，而且現在醫療進度，預測人的死亡是越來越準確的，幾乎都是說剩下幾天就幾天，剩下幾的禮拜就是幾個禮拜，到那個時候，不接受也不行，接受了以後，應該是想想後事了，一些想說的話要快點說出來，而不是一直不接受自己快要死亡的事實，要把該說的都說了，才不會出現親人有很多的問題，結果因為自己堅持不接受自己的死，而什麼都沒辦法知道，導致這成為一生中的遺憾，像是今年常常出現的遺產問題，很多人都是堅持自己不會死，而不說，有些人則是守財奴，明明死了以後就什麼都沒了，閉上眼睛以後，什麼都帶步走，剩下的也只是留在現實世界，不可能跟著走的，明明知道，但還是不想把自己的財產平均分給自己的親人，才讓非常親的兄弟為了財產翻臉不認人的在互打官司，搞的家庭不寧，好好的風氣為了錢都沒了。所以，當死亡靠近你的時候，盡量得接受他，想想這是人生的最後一個步驟了，就欣然的接受吧，會讓自己最後的日子過的快樂一點，也讓親人好照顧，不會造成他們的麻煩，這樣才是對家人最好的呢！

四、討論議題：

如果是你要面對死亡，你會如何面對？

當你的親人極力反對自己要死亡的事實，你該如何安撫他？