

法務部矯正署臺南監獄

辦理「暖暖餘暉」高齡收容人自我統合團體

在監高齡收容人常如黯淡的夕陽，即將西下而抱憾終身。本監為減緩高齡收容人身心適應困擾，提升身心健康與自我價值，讓夕陽仍可散發出金黃餘暉，自 110 年 4 月 1 日起由專業心理、社工人員規劃辦理「暖暖餘暉」高齡收容人自我統合團體課程。團體成員平均年齡約 72 歲，6 場次共計 56 人次參與。

老化是生命的必經歷程，當人邁入老年階段，身體各方面機能隨之下降，如新陳代謝的放緩、抵抗力的下降、毛髮開始變白、手腳靈活度不如以往，大腦的應變反應、記憶力等也不如從，再者，對於高齡收容人來說生命的結束與親友分離亦是重要的議題，這些變化，不僅侵蝕著高齡收容人的身體，更是在心理層面造成莫大的負向情緒與壓力。因此，本團體課程設計融入藝術媒材、桌遊之治療理念，包含「諾亞方舟」、「十巧手」、「快手疊杯」、「吃情卡」、「情緒百變卡」、「黏土創作」、「園藝拓印」等活動，透過平衡遊戲、肢體活動、媒材創作等不同面向之人際互動，以獲得正向回饋、提升自我肯定，減緩負向情緒、心理壓力；另一方面由社工員提供社會資源評估與家庭支持聯繫，使高齡收容人能適應監所生活。

過程中，多數收容人表示印象深刻的活動是「園藝拓印」，看似簡單的拓印活動，創作時會考慮媒材使用、顏色與空間配置，拓展觸覺、視覺、內在感受。團體結束時，收容人回饋：鮮少有繪畫體驗，在創作過程中體驗到專注、放鬆、愉快，亦連結到兒時正向的回憶，透由團體課程能抒發內在感受，也相當期待每次團體的到來，有助紓壓、穩定身心。希望藉由遊戲與媒材創作，促進並強化高齡收容人各面向之適應能力。



成員進行園藝拓印活動情形



成員進行黏土活動創作情形



成員透過諾亞方舟提升團隊合作



成員透過吃情卡連結過往記憶