

運用認知行為療法於一位憂鬱症合併 自殺行為個案之護理經驗

黃姿瑋 許禎娟*

摘要

本文呈現照護一位憂鬱症合併自殺行為個案的護理經驗，在照護過程中以觀察、會談等方式進行整體性護理評估，了解個案面對壓力採負面思考，合併有自殺行為，護理期間確立個案有危險性自我傷害／與負向思考有關、個人因應能力失調／與缺乏適當因應技巧有關、家庭因應能力失調／與家庭成員無法有效溝通有關等護理問題。於護理過程中與個案及家屬建立良好治療性人際關係，運用認知行為治療、書寫家庭作業及不良功能認知紀錄表，協助個案學習以正向思考、適當之因應技巧面對壓力。而個案於住院期間雖未能完全摒除負向思考，但已可嚐試以正向思考來面對問題，進而減少自傷想法，故藉此經驗與大家分享。

關鍵詞：認知行為治療、自殺行為