

赴港学习总结

汕头大学医学院第一附属医院宁养院社工 黄木春



我作为国内宁养服务的一名社工人员，今年的10月30日有幸参加了国内宁养社工及资深义工赴港学习交流活动中。本次由李嘉诚基金会精心组织的交流活动虽然只有4天，时间短，任务重，一开始真有不少思想压力和顾虑，没想到到了结束的时候，竟是意犹未尽，老师精彩的演讲，启迪人生的小故事和内容丰富的参观访问使我学到很多专业的知识和实践技能，紧锣密鼓的学习和交流让我收获良多，给了我人生的诸多感悟，给了我开阔的视野和清晰的工作思路，感谢李嘉诚基金会！感谢香港医管局和香港宁养中心的所有老师们！

在第一天的学习过程中，香港医管局的老师们介绍了香港宁养服务的概况以及义工发展的策略和现状，了解到宁养服务起步较早的香港目前的宁养服务提供了住院服务、门诊服务、居家探访、日间中心以及哀伤辅导等，相比较于国内的宁养服务，香港所提供的服务更加多元化，更加适合不同服务人群的需求，特别是住院服务，对于国内的宁养服务很有借鉴作用，这样更能够满足末期病人的身

心灵的需求；他们的日间中心为患者提供了一个彼此支持、互相学习，以及消磨时间和精神寄托的空间和场所，由于香港设有宁养病房，不少住院患者都很愿意来到日间中心参加各种各样的活动，也有少部分居家服务的患者在身体许可的情况下也来到了日间中心，日间中心可谓是晚期癌症患者一个精神的家园，他们在这里彼此互相温暖，寻找到抵抗病魔的力量，得以走出了忧伤和绝望的心境，这些对于国内的宁养服务也有很好的借鉴作用。老师在授课中讲到，他们利用生命回顾纪念册帮助患者回顾了生命历程，整合了人生中重要的阶段，往往许多患者在患病之后变得很悲观也很消极，通过生命回顾手册，帮助他们建立积极的自我认识，整合人生，找到了当下活着的意义，也为家人留下一份珍贵的记忆，这些对我启示很大，我们现在也正在开展“旅行笔记”活动，完全可以参照香港的生命回顾纪念册当作一种工具，帮助患者整合人生，找寻到面对疾病的勇气和力量，相互道爱道别，达致去者无憾，留者善别的愿望。老师在授课中还提到了种“园艺治疗活动”，这可是一种全新的治疗艺术，但却非常有价值和用处，可以通过园艺治疗这一方式帮助处于痛苦煎熬中的患者看到了另一种希望，看到了另一个生命的产生与成长，让他们渐渐明白了人生的过程，面对着生命的终点不再惧怕和恐惧，这种方法也是十分有借鉴作用的。

香港的宁养服务团队配备了各种各样的专业人员，既有医生、护士、社工，还有心理学家、物理治疗师、职业治疗师、义工和牧灵人仕等，这样的配置真正能够满足患者及家属的社会心理灵性等方面的需要。在宁养服务过程中，确实有一部分人存在在心理问题，局限于专业的能力，碰到复杂心理问题时，并不是三言两语就能开导的，能有专业的心理师及时进行辅导，或者有专业的牧灵人仕满足其灵性方面的需要，会让患者更加安祥，心灵得到满足。随着国内宁养服务的不断发展和服务内涵的丰富，在条件许可的情况下，配备这方面的人员将有利于更好为服务对象提供更加完善适切的服务，也将使宁养服务的内涵更加细致和丰富。

香港的社工服务由来已久，从过去的依赖救济活动发展到今天拥有专业和多元的服务系统，达到了世界水平，社工服务是社会文明发展的一种需要。从梁淑敏老师和肖贞建老师的讲课中了解到宁香港宁养社工的角色，在香港地区，对社

工的要求特别是宁养社工的要求是相当高，承担的角色更多，因此作为一名宁养社工需要具备有良好的沟通能力，有由心而发的利他精神存在，还要有良好的专业合作精神并有良好的自我调节能力，能够及时自我释放负面情绪和心理压力，这一切正是我当下所需要具备和努力完善的地方，将当作一面镜子时时警醒自己往这方面努力。

第二天一大早我们来到了葛量洪医院的宁养服务中心进行参观学习，受到了沈茂光医生和梁淑敏老师等宁养服务同仁的热情周到的安排，从梁老师的介绍中得到他们的病人集体活动可谓丰富多彩极了，既有户外的参观游览活动，也有室内的棋艺活动、手工艺制作、烹饪、戏曲欣赏和生日会、感恩会、茶聚等等，真正为患者营造了一个“家”感觉，葛量洪医院的家属支持手段很多，特别是有关单张的知识应有尽有，极大地方便了家属对专业照顾患者的需要，这方面给了我很大的启示，结合试点社工的有利契机，将把这方面尽快进行完善。从“笑谈人生”中，悄悄帮助他们进行生命回顾，启迪他们倍加珍惜当下的生活以及与家人团聚的时光，引导病人真正能够明白生老病死是自然的一种规律，不用去刻意回避。这些梁老师她们都做得非常好，很值得学习和借鉴，开拓了思路和方法，在以后的家属或者病人的集体活动中，将有更有的方式方法开展丰富多彩的适切活动，帮助他们找回失落的快乐，让他们面对着死亡不再恐惧不再无助和无望；在那天下午与患者及义工的交流活动中，收获到了一份深深的感动，一位曾患上癌症的七十多岁的老太太不离不弃当了十多年的义工，她与无数的服务对象分享了自身的经历及困难，帮助了许多人避免了自我绝望，找到了当下的意义。结合目前我宁养院的情况，大部分是学生，社会义工比较少，大部分社会义工是本院的职工，医务工作者工作多，压力重，要抽出更多的时间去关怀照顾着晚期癌症患者，实在是心有余力不足，如何积极发展社会义工及留住老义工的继续服务，通过本次与他们面对面的交流，了解到了作为一名老义工的心理需求，为未来社会义工工作的继续开拓发展增进了许多见识和宝贵的经验。

第三天的课程更是丰富多彩极了，洪彩英老师的沟通技巧课程让我听得如痴如醉，她举了许多例子告诉我们：你讲的不等于他就能听懂的。告知我们应注意

影响沟通的因素，并通过图例谈到沟通的组合是身体语言占 55%，话语仅占 7%，语调也占 7%，可见身体语言在沟通的过程中是多么的重要，而这些正是我们在与服务对象沟通时常常忽略的东西！洪老师还归纳告诉我们沟通的七要素，这些对于工日常服务中将会带来非常大的好处和改变，非常感谢洪老师的无私分享！何孝恩老师的课程让我学习到了完成生命回顾过程的技巧和方法，明白了生命回顾的灵性需求所在，更让我懂得了制作生命回顾原来是一种工具，这种工具能够更加有效地帮助患者整合人生的意义，建立积极的自我认识并找到当下的意义。林翠玉老师的课程让我学到了开导病人的一种很好方法——讲一些富有哲理性的小故事给患者听，让他们感悟生活，感悟生命，感悟生死的意义。

最后一天的学习中我们来到了香港大学参加第十八届香港国际肿瘤会议宁养社会工作专业论坛，专家们严谨的治学态度和精彩演讲让我也获益良多，从参加者的热情可以看到香港市民对社会责任的担承态度，一个和谐幸福的社会就是应该这样，而不是靠嘴巴喊出来的！中午时李嘉诚基金会罗慧芳博士和陈瑜博士的宴请真让我受宠若惊，她们在百忙之中的热情接待让我更加明白基金会对国内宁养事业的重视和殷切期望！我希望能够通过本次香港学习到的专业知识，为宁养社工服务的大力开展起到应有的作用，并为需要得到服务的贫困晚期癌症患者及其家庭带到更多的服务和关爱，努力为宁养文化的建设丰富更多的内涵。

2011 年 11 月 14 日