

个人学习总结

青海大学附属医院宁养院社工 祁淑英



2011年11月31日，我有幸来到香港参加宁养服务社工人员及资深义工交流课程的学习，虽然短短的四天时间，通过这次学习，受益匪浅，感触颇多。深刻认识到宁养社工服务在宁养工作中的重要性，是宁养工作的重要组成部分，是提高宁养社工服务工作质量，提高晚期癌症病人生活品质，做到生死两无憾，达到身、心、灵全方位照顾不可忽视的一门学科。

老师别具匠心的授课方式，深深地吸引了我们，从中学到了许多新知识，以便在今后的工作中有针对性地实施，解决病人存在的各种身体、心理、及灵性方面的问题。老师让我们看小悦悦遇难的视频，亲身体会那种无助，需要他人帮助的感觉。亲身感受失去亲人的痛苦。必须感同身受了解病人的需要、痛苦、家庭背景、心愿，才能有效地进行心理沟通，满足病人的心理需求。关于死亡谈论在大多数人眼里是一件禁忌的事情，从死亡意义的角度认识死亡，他们相信死亡是人生必经的阶段，生活的素质比生命的长短更为重要。在这一信念的支持下，宁

养院从住院服务、家居宁养服务、日间宁养服务、哀伤服务及义工服务等多方面，为晚期癌症患者及家属提供完善的“五全照顾”服务。

宁养社工在宁养工作中起到了至关重要的作用。如何告知病情也是我们在工作中经常遇到和较难解决的问题，告知病情是一门学问、一门艺术。通过这次学习，我更加清楚的明白应根据病人的情况有选择性地告知或不告知病情。其实病人是最清楚自己病情的。对于有怀疑迹象，经常问为什么的病人，病人想知道病情时，我们可以先与病人家属进行沟通，选择适当的时机，适当的地点，态度温和诚恳，坐下来与病人慢慢地进行沟通。如果一直回避，不正面回答病人的问题，病人便会感到更加孤独、寂寞，觉得自己的痛苦不被人知晓，不被人了解，从而将病人封闭起来了，病人的内心会非常痛苦，少言寡语。当然在告知病情前，我们也应了解病人是否有足够的力量知晓实情，心理上是否做好了充分的准备。病人一旦知晓了病情，他会出现一系列的心理反应—极度的悲哀、否认、矛盾、接受等，我们应用同理心、同感心感同身受，认同他的悲痛，鼓励其表达感受，继续给予心理支持。病人的情绪会渐渐地平稳下来，能够正确的面对、接受事实。有些病人会静静地思考一番，整合自己的人生，计划自己的生命。交代一些事情，安排自己的后事，完成自己未了的心愿。通过这次学习，提高了我的理论知识水平，以及在工作中的应对措施。了解到晚期癌症病人的心理是复杂多样，变化多端的，一个病人在某一时期可能同时出现愤怒、焦虑、恐惧等心理问题，也可能同时出现沮丧、抑郁、不安、内疚等心理问题，我们最好的办法莫过于静静地陪伴，用心地聆听，给予心理支持，有时可达到无声胜有声的效果。对于比较年轻，整日抱怨，或闷闷不乐者，可采取生命回顾意义治疗的方法，帮助病人寻找其生命中的亮点，有意义有价值的一面，让病人感知自己曾经对社会、家庭或多或少做出过一些贡献，从而肯定其生命价值。对于不安、内疚者，我们可以帮助病人找出其不安的原因，寻找理由，推脱责任，从而达到病人原谅自己的目的。经过这些护理措施，最后使病人达到心理平安、思想平安。我学到的不仅是这些，在今后的工作中将灵活变通，不断地总结经验，摸索沟通的方式和方法，提高自己与病人及家属的沟通技巧。

11月2日，在进修院校长的带领下我们小组一行三人来到玛嘉烈医院宁养院。校长首先给大家介绍了院舍的发展历史、院舍服务理念宗旨及服务运作模式，其中重点介绍了玛嘉烈医院宁养院特色服务。在这里，优雅的环境和热忱的人文关怀给人带来更多的是安静与温馨，似乎察觉不出面临死亡的哀伤。针对内地与香港宁养服务的差异，我们小组团员积极地向工作人员学习、了解有关宁养服务方面的丰富经验，玛嘉烈医院赖姑娘也热情地与大家一一分享。之后医院社工部主任有介绍义工的招募及培训的经验，与大家分享了有关病人资源中心的运作、服务特色。接着，带领我们实地考察了医院的病人资源中心、癌症病人资源中心、病人资源中心设有图书馆、上网区、家庭聚会室、活动健教室，这里优雅的环境为病人和家属营造了一个温馨的家，让人忘记疾病和疼痛的困扰。

我们来香港学习的是什么呢？来之前如果这么问，我一定会说是看看香港的社工是具体怎么做的，他们是怎么结合专业理念开展具体工作的。我求的是“方法”。相信这也是很多想来香港学习的人的初衷。但是现在我的答案变了。因为来香港我真正学到的除了具体的工作如何开展外，更多的还是理念，包括香港的社会工作者的工作态度、香港社工政策和实践的人本理念的处处体现、以及香港社工的理念是如何“灵活”地运用于工作中。宁养社工也必须是中国特色的宁养社工事业。我们是不可能照搬什么模式的，不变的是理念。如果能够灵活地运用理念。要做好宁养社工工作并非是件简单的事情。病人除了要达到身体上的平安，更重要的是心理平安，思想平安。我们不仅要具有医学知识，还需加强心理学、人际关系、社会学等相关知识的学习；不仅要具有耐心、责任心、还必需具有爱心、同理心、同感心；不仅要了解本地的风土人情，还必需了解病人有无宗教信仰；不仅要给病人身、心、灵全方位的照顾，同时还必需照顾病人的家属，帮助家属顺利地度过哀伤期；不仅需要医务工作者的参与，还需要寻求社会支持，依靠宗教人员、义工等共同努力，才能达到所谓的五全照顾，即“全人、全家、全程、全队、全社区”，才能做到死者善终，留者善别。

回顾四天的香港学习考察旅程，每个考察基地都具有他们自己的服务特色与服务重点，但他们这几个服务机构都具有一个很大共同点，那就是团队合作。一

个完善的医疗卫生服务网络里，医生、护士、物理治疗师、社工及义工各自都演绎着重要的角色，他们的密切合作却构成一个不可分割的整体。任何一个新事物的成长都需要经历一个较长的磨合期，目前，卫生领域宁养社工服务在青海仍然是比较新颖的的试点工作，医社合作、病人资源中心、社区病人复康网络等这些资源的建立以及彼此间的合作是我们一线工作者共同的奋斗长期目标。此次实地参观学习，拓宽了宁养社工的视野，也启发了工作思路，为我院宁养社工服务的进一步发展提供了宝贵的经验。

总之，通过这次学习，丰富了我的理论知识，开阔了我的思维和眼界。虽然时间短暂，但我受益多多，特别是罗慧芳博士说“要用脑去想、更要用心去体会”深受感动，在今后的宁养工作中，我将利用所学的新知识，灵活变通，用我的爱心、耐心、责任心、同感心，服务于每位晚期癌症病人及家属，使病人达到身体平安、心理平安、思想平安、无憾无悔地走完人生之路，感谢李嘉诚基金会给我们的这次难得的学习机会，我们将努力将自己所学到的知识奉献给宁养社工服务事业。

2011-11-15