

学习心得

贵州省肿瘤医院宁养院社工 闫俊



2011年10月31日我有幸出席了香港医院管理局进修学院举办之「人间有情」香港宁养服务计划第一期「宁养服务」社工人员及资深义工交流培训，为期5天的课程学习和生活经历让我受益匪浅、感触颇深。

我的思考

这次短期的培训给我的感触很大，让自己有了更多的思考与反思的机会，也深刻的体会到自己还有很多的东西需要去学习去借鉴。起初，立足我省本土环境的基础之上，在没有太多的可行的实际的可借鉴的经验这样的背景之下，摸索着尝试着去开展各项工作，有成功的，当然也存在不尽人意的方面，然而，社工的使命让我们时刻提醒着我们要认清自己及服务对象的处境、妥善解决其面临的困扰及问题、实践真正的“助人自助”，达到“天位生命定寿元，人为生命赋意义”。在这样的前提下我不得不思考怎样做一名合格的负责的宁养社工？怎样将宁养的理念真正的为病患带来安乐以致深入人心？怎样

拓展训练一批有体系、有素质、有能力的义工团队？等等，太多的问题、太多的领域需要自己不断努力、寻找答案、解决问题。所以，衷心的感谢主办单位能够给予内地各兄弟宁养机构提供这样一个学习交流的平台，让我们可以借此互相交流经验、学习可借鉴的工作方法，并期待将来会有更多这样的供我们学习交流的机会。

学习感悟

这几日，通过相应课程的学习及各位主讲老师的生动讲解让我们了解了更多关于医院管理局宁养 / 舒缓服务及香港的整个社工服务体系。同时，更是针对如何理解宁养/舒缓治疗的概念和服务进行了系统深刻的理解。在众多的课程讲解里面，给我印象也是感触最深的是香港大学行为健康研究中心研究主任何孝恩先生所主讲的关于“生命的回顾和理念”让我感触颇深。

因为正视死亡、面临死亡是服务对象及社工共同面临的问题。何先生说“死亡是每个人必定要面对的事，可是这个事实却并不是每个人能意识到”，只有当自己了解了自己对生死的态度和看法后，便可以开始与病人回顾生命，回忆不只是感性的缅怀和眷恋，回忆的同时也是知性的活动，心灵上的陪伴和交流才是我们存在的真正的意义，个人与他人互动的回忆即是生活史的回顾（life review），这种方式是对老人最有用的治疗方式。何先生将生命回顾形态分为：工具型生命回顾、传承型生命回顾、叙事型生命回顾、逃避型生命回顾、强迫性的生命回顾五种。通过社工及义工与服务对象的沟通中协助病患者与家人回顾一生，整合过去为生命赋意义；重温人生的得与失，数算恩典，整合成就和贡献；细味过去，重寻甜蜜，建立正面的自我形象；活在当下，颂赞生命的尊严。懂得了这些，我们在开展工作时能够感同身受的并合理控制好自身情绪的与病人及其家属进行有效沟通，实现临终病人的灵性需求。在这里。着重强调一点，生命回顾的重点不是事件，是以开放和谐的态度接纳自我，正视生命中的阴影，体认走过阴影的力量，进而统整自己的生命历程。生命的各家度那是延续性的发展，面对临终病人及家属时，一定要看到他们背后的生命史，而不只是个案记录与家系图。死亡是生命的一部分，我们能从中分学习和成长。容许我们自己用自己最舒服的方式表达情绪，同时，相信、接

纳和容许自己可以在此感受快乐，细数那生命长河中美好的浪花朵朵，珍存那些美好的回忆。但要放下对过去的依附和痛苦，容许自己继续迈步向前，为生命和死亡赋予意义，活在当下，解读完美人生。

针对义工这一块，课程里面也有相应的介绍，要求我们的临终关怀义工需要具备以下特质：真诚（一致性）、同理心（无缘大悲，同体大悲）、无条件的积极关怀、能与人同乐同悲、能保密值得信赖、宽容大度不偏见、知分寸有朝气有活力，懂得生活。同时，义工应具备志愿付出、帮助被人，成长自己、助人自助的理念，真诚关怀、真心付出，用欢喜心、感恩心、学习心去做事情，用我们的行为去影响他人及社会。我觉得，只有真正的从内心去理解、去接受、去感悟才能彻底的告知并指导自己应该如何去面对、如何去表达，如何秉承真心为人服务。

参观考察

这次参与培训的有内地其余 11 个兄弟宁养机构的社工同仁及 12 名来自各地的义工朋友们，我们相聚一起度过一周的时间，很高兴的认识其中几位同仁朋友，在课下的交谈中能够将自己在工作中总结出的经验教训和当前面临的问题做了深入的交流与沟通，能够以诚相待，互相鼓励予以慰藉，让自己在今后的工作领域中倍感欣慰和鼓舞。在参加培训的第二天，机构安排分组去医院/宁养中心考察交流，目的是在于了解其宁养中心的管理、运作要则，义工的管理及工作安排。我组 4 名成员在余嘉倩女士和陈秀英女士的带队下前往屯门医院宁养院进行参观考察。初步了解了该宁养院的管理模式，运作机制，和义工的管理模式和日常进行的工作，漂亮温馨的诊疗室顿时让人眼前一亮，原来那些精致的饰品、漂亮的摆设都是义工朋友亲手制作的，家的温暖，爱的氛围确实让每个人都沉浸其中。在机构的病房里给我印象最深的是那些默默无闻的正在进行服务的义工朋友们，让我略微惊讶的是，他们不是我想象的我们机构那样是一群稚嫩活泼的年轻大学生们，而是一些与自己同龄或稍比我们年长的大姐们，仔细了解下来，才知道她们多是家庭主妇或退休人员，利用闲暇时间来帮忙提供义工服务，他们与病人的年龄相仿或稍大，更容易贴心相处交流，融洽的气氛掩盖了病痛得折磨，让人感觉到了真正的安宁。

反思与成长

简短的培训和实地考察让我看到了我院的改进、提升空间，确实有很多的地方需要更用心的去思考、改进，最重要的是义工这一块，了解了这里的义工招募、培训、管理、运作的机制确有很多可以借鉴的地方。从义工的招募/申请、甄选/面试、导向及训练、服务安排、服务监察、奖励、辞退/请辞等一系列运作模式更具系统性、可看操作性，有明确的义工服务运作流程，这是值得思考借鉴的。在今后的工作里面，我会学习可借鉴的一些具体经验结合本地基本实情开展工作。

此次学习培训的经历对我来说意义重大，不仅学到了很多可行的工作经验，而是在内心里面更坚定了这样的方向，那就是用心做事、做好事。我希望今后众多工作在一线的社工同仁及义工朋友们能够多多交流、多多分享，互相学习、鼓励，心聚一起，共同努力，致力于“去者善终·留者善别”，让我们一起守候在日落的那一边，做一位平凡的宁养人。