

香港学习培训之旅

武汉大学中南医院宁养院社工 吴新



啊!期待已久的日子终于来临，凌晨 5:30 分我们一行四人踏上了奔赴香港的旅程。来到香港刘晓芳主任给我们购买了八达通，名副其实，交通、餐饮八达通一票通。

今天是个天气晴朗的日子，也是个充满乐趣的早晨，有几个同学因没有搭上通往医管局的车辆，竟走来到医管局，虽然有些劳累，但洋溢着一脸的兴奋和满足。9 点 30 分，首先有医管局的领导和我们基金会的领导做了简单的开幕仪式，拉开了香港为期四天的培训参观学习的帷幕。

首先我们了解到，香港医管局是负责管理全港公立医院及相关的医疗服务，是一个立法机构，其使命：与民携手、保健安康，主要合作伙伴 1、病人自主组织：同类病人一起坐下来自助（200 个自助组织）；2、非政府组织：癌症协会，他们在不同的时间进行讲座，召开研讨会，让他们的家人及病人了解病情。3、

公营及商业机构：医管局与公家及私家有不同程度的合作，如：地铁公司、商业机构等，推广健康理念。4、来自各方的义工：管制委员会都是义工，与不同医院联网。义工的服务项目和培训管理与我们大同小异，但硬件设施比较完善，针对义工的培训防感染的宣教，值得我们学习和借鉴，这样不但保护自己同时也保护了别人。

香港是法制及环境、慈善福利比较健全，社会资源丰富，在这个机制完整的环境下，10 人中就有 3-5 个是义工，且大都是社会人士，社工涉及各个领域，形成规范体系，相互协作，整个专业医疗服务团队齐全，加之义务导师的加入，给整个团队增加了助力，国内的情形难以与香港比较，国人的宗教信仰大多是患病后的救命稻草，不过牧灵人士的加入在一定程度可缓解患者的灵性困扰和对死亡的恐惧。借由这个机会，直接请教萧贞建主任，我在工作中遇到的困惑，天主教患者因自己的关于宗教论著难以完成而焦虑、烦躁，当时我给她说，你的任务没有完成主是不会要你的，虽然平服了她的情绪，事后想想又感欠妥。萧主任的回答是：不用担心你未完成的事业，会有人帮你完成的。事有凑巧，回来后患者急切的想见我，交谈中我把萧主任的话说给她听时，她说是的，有一个西安的神父愿意和我合作完成，不可思议。在香港，社工有一定的权限，患者的状况由社工根据他的家庭、工作、情绪/心理、经济、社交、住屋来评估需要，在这一点上我们还没有真正意义上的实施。

香港宁养/舒缓服务的发展，从 1982 年的首个舒缓服务团队到 1998 年成立舒缓医学专科，短短的 16 年从无到有，从非政府组织到与政府共同声音共同工作，到成立专科，有机会培训、学习发展舒缓医学的机会，国内我们也开展了选修的课程，但没有引起足够的重视，随着社会的需要也会迅速发展起来的。在舒缓照顾方面，生理上我们可以正确指导，但我们在灵性方面可能忽略了自己的灵性是否照顾好了，心理方面是否有正确的思维，对患者的称呼，有没有让患者/家属感到被尊重，这些细节上的注意。我们的患者/家属的团体教育多偏重于生理的指导，今后应开展一些病患互助的活动，让他们之间互相交流、互相帮助支持，指导家属如何照顾好自己。

谈话技巧的学习，让我耳目一新，是的很多时候我们所说的并非患者/家属听到的，有时因为方言也会听非所说，难以明白患者的感受，患者要的，不是我们给的，交流中忽略了语气要慢、要简单、还要沉住气，多用肯定、赞美、欣赏、真心、感动的语言来充分了解了患者的心理感受、心愿后，才知道如何让患者达成心愿，可以释怀。

如果让我们能在记忆中重温旧梦，感觉自己的智慧也将随之增长。当年许多看似支离破碎的事情，原来彼此都是有关系的，而且都是整体的一部分。我们将发现，一些当年无意中所做的决定，其实都是重要的抉择。而我们也可以诚实并冷静的为不好的决定叹息，为正确的决定高兴。我们可以追忆当年令我伤心欲绝的往事，并安详的将之抚平，原谅别人也原谅自己。当我们这样做时，就能够象当年一样，再度拥有自己的世界。这些语言让我真正领悟到了生命回顾的内涵。我也按耐不住借助于漫步人生画册，填写自己的生命回顾，看似简单，其实里面蕴藏着人生哲理。因此感同身受首先自己整理好我们是否安然接受自己的死亡，根据人们忌讳谈论死亡的特点，循序渐进从健康开始逐渐渗透，借助生命回顾将他们的过去-现在-将来串联起来，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，统整自己的生命历程，由此放下对过去的依附和痛苦，容许自己继续迈步向前。帮助他们消除克服恐惧（疾病、治疗、失落、经济）和对死亡的看法，来寻找生命的意义与态度，珍惜现在的每一天，在未来的日子完成心愿，让生命无憾。其实治疗不是一切，关怀才是最重要的。

有一位葡萄牙患者，住在澳门，来香港治疗，可是仍害怕讨论病情，希望号过来，朋友也讲他从不交待后事，病情加重，害怕，出现混乱，说电视在害他。护士分享经验，有一个画家，走回家，发现家里水池中的生物都不见了，原来小虫有个约法三章，有好的地方大家一起去。其中有一条小虫浮出水面，发现自己有翅膀，可以飞走，但感觉水面是那么的美丽，因答应过朋友一起去好的地方，就努力潜入水下，这就是蜻蜓点水的原因。问：为什么那么多人都死了，我还没死？医生：等一下，我打个电话。阎王说不要你。我们面对末期癌症的五个心理阶段，怎么办？一句幽默的话语，一段简洁的故事，竟然可以消除患者的愤怒、

忧郁等不良情绪，接受、面对、谈论死亡。这就是故事领悟的力量，也启发了我在服务患者寻找谈话无语时的话题。

每当有任何人在任何地方死，死亡也同时敲着你的门，不只是你一个人。当一只狗死，一只乌鸦死或是一片叶子变黄而死掉，从树上掉下来，你也同时也在死，因为我们都互相涉入对方，我们每一个人都互相是对方的一部分，人并不是一个孤岛，我们都以某种方式连接在一起。在全世界，死亡每一个片刻都以无数的方式在发生、存在透过死亡来活，存在透过死亡来更新它自己。死亡时最大的奥秘，比生命更奥秘。因为生命只不过是一个走向死亡的朝圣旅程。这段话让认识了什么是死亡，开启了我面对患者恐惧死亡时的勇气和智慧。利用垂死病人的权利，满足他们的愿望。

在第四天我们共同分享了六家医院的日间中心，他们的共同点是温馨舒适，给患者家属提供了一个休闲、放松、阅读、学习甚至忘掉自我的环境。我想说的是屯门医院宁养日间中心，在这个大环境下，注重小细节，休息接待室墙壁上的鱼缸里自由自在的金鱼，无处不在的绿色植物，许愿树上悬挂的心愿，呈现生命的存在。精美的手工艺术品，带有患者亲手绘制的鸡蛋壳，细微之处见真情。儿童哀伤辅导中心，布置得象儿童乐园，寓教于乐为一体，在这里他们的脸上洋溢着笑容，不仅为之动容。

为期四天的学习紧张又充实，对我们以后的工作开展提出了挑战。需要学习和借鉴的地方还有很多:协助护理部建立宁养护理门诊，宣传小册的丰富多彩，义工的进阶培训和按兴趣才能分类，小故事收集分享等等。能否达到预期的目标，也是我们自己的期待。

总之，感谢香港医管局给我们精心编制的教材，谢谢各位老师为了我们学习普通话；感谢宁养总部给我这样一个学习进步的机会，让我明白了宁养之路的深远意义。