



2015年5月10日 第2期

人間有情



宁养社会工作服务示范项目

主办：民政部 李嘉诚基金会-全国宁养医疗服务计划办公室 中国社会工作教育协会 承办：中国青年政治学院-北京青少年生命教育基地 责编/美编：詹方歌 刘蕴馨

越过山川和大海，宁养全心系住爱

□本报记者 詹方歌

■ 在这个春暖人间的四月里，全国16个宁养团队积极行动起来，关爱癌症晚期患者及其家属，使他们拥有应得的尊重和理解。同时，宁养志愿者也愿意通过自己的付出帮助患者走出阴霾。他们将关爱的种子播撒，宁养之籽在广袤的土地上生根发芽，遍地开花。



甘肃团队开展“拥抱阳光，让快乐随行”小组。

温暖甘肃——“拥抱阳光，让快乐随行”小组

2015年4月20日，甘肃团队的宁养志愿者来到兰州大学第一医院宁养院，开展第一次小组活动。在这次活动中，小组带领者首先通过热身游戏，活跃气氛。逐渐熟悉的组员们开始自我介绍，交流护理经验，气氛十分融洽。最后，全体成员一起讨论在照顾患者时遇到的问题，群策群力，分享各自

的经验，组员们纷纷表示收获良多。这次活动，通过宁养志愿者的引导和组员间彼此交流，组员在小组中获得自我成长。有部分组员表示，他们感到有能力处理烦恼，并且有了自我宣泄的途径。本次活动促进患者家属之间的相互学习，增进了患者家属个人的力量。

聆听重庆——“开心快乐同路人”小组

2015年4月15日，重庆团队的5位宁养志愿者来到重庆医科大学第一附属医院宁养院活动中心，为8位癌症患者家属开展了第一次互助支持小组。小组正式开始后，宁养志愿者带领患者家属进行了自我介绍，促进家属互相认识。为了活跃小组气氛，宁养志愿者首先运用“击鼓传花”活动帮助小组

成员热身，小组成员逐渐摆脱最初的拘束和紧张。接下来的环节是“生活小常识”有奖问答，宁养志愿者提出有关生活小常识的问题，组员进行抢答。通过第一轮破冰，组员非常活跃，宁养志愿者刚提出问题，组员就立刻说出正确答案。宁养志愿者将简单实用的生活小常识以问答的形式普及给组员，

也用这种轻松愉快的方式让组员增强自信、缓解压力。活动结束后，宁养志愿者和组员就此次活动进行了分享：“感谢你们这么关心我们，真的很感谢！”组员郑阿姨表达了真诚的感谢。在本次活动中，宁养志愿者细心地观察每个组员的表现和特征，为以后能更好地开展小组活动做准备。



重庆团队开展“开心快乐同路人”小组。

感动青海——“用心沟通，为爱筑巢”小组

2015年5月6日，青海团队在青海大学附属医院宁养院举行了第二次小组，此次小组共有14位患者和家属参加。这次活动的主题是“用心沟通，为爱筑巢”。为了给家属提供情感支持，建立良好的互动关系，宁养志愿者全力以赴。

活动一开始，小组带领者通过“击鼓传熊”的活动让大家相互了解，活跃气氛。活动很简单，当敲响时玩具熊在组员之间传递。鼓声停止，熊落在谁的手上谁就

要介绍自己。游戏中，一位患者说自己很高兴来参加这次活动，也很感谢宁养院给他们发免费的止疼药。这样的做法不仅减轻了他们身体上的疼痛，也减轻了他们的经济负担。最让他们开心的是宁养志愿者为他们带来精神上的愉悦。这位患者还为在场所有人唱歌，感谢生命的美好。

接下来的活动是吹气球，家属们将自己压抑已久的情绪释放，这样的做法有利于他们更好地去照顾患者。活

动的最后，6位宁养志愿者合唱了一首《心愿》，祝愿大家的生活越来越好。这次活动，不仅增进了患者与患者之间的情感，也增加了患者及家属与医务工作者、宁养志愿者之间的互动，也为患者和家属们提供了一个情感的交流地。同时，这次活动拉近了宁养志愿者与患者的距离，让彼此之间不再那么陌生，也让宁养志愿者看到了患者坚强乐观的一面。



青海团队开展“用心沟通，为爱筑巢”小组。

拥抱新疆——“芳心有约，聚在春天”小组

2015年4月10日，新疆团队的宁养志愿者前往新疆医科大附属肿瘤医院宁养院，为癌症患者家属做支持小组。本次小组的主题是“芳心有约，聚在春天”。宁养志愿者希望在这个春暖花开的季节，家属们能怀着一颗对生活充满希望的心，积极、乐观地参与到此次活动中来。宁养志愿者通过医务社工卢建老师的搭线有幸请到了当地肿瘤医院的孔医生，她为患者及其家属解答了用药及症状方面的疑惑。在此之后，家属们在卡片上写下了近期的生活状况，宁养志愿者配合卢老师根据卡片所反馈的信息为家属做心理疏

导，希望能缓解家属的心理压力。

小组后期，患者与宁养志愿者进行了一次深入的交谈。患者们追求有品质的生活，尽情享受当下的人生态度，让大家深受感动。患者家属支持是目前社会比较缺失的关爱癌症患者的方式，这样的活动能引导患者家属以一种良好、正确的心态接受家人的离去。本次小组中，宁养志愿者得到的不仅仅是知识的充实，还有对这个群体的深入认识，更接受了精神的洗礼，同时懂得了生命的价值和意义。



新疆团队开展小组。

2015各团队进度统计（截至5月10日）

团队	个案数	小组数	社区数
重庆工商大学	10	1	0
甘肃惠群社会工作服务中心 / 兰州商学院	13	2	1
贵州大学	16	5	2
华北理工大学	12	5	1
黑龙江工程学院	13	3	3
河南师范大学	4	0	1
长沙民政学院	6	2	0
长春工业大学	5	0	0
江西财经大学	4	0	1
沈阳师范大学	4	2	0
宁夏阳光正茂社会工作发展中心 / 中国矿业大学银川学院	2	1	1
青海师范大学	13	2	0
成都信息工程学院	7	2	1
山西医科大学	8	2	1
西北大学 / 西安翻译学院	16	3	2
新疆师范大学	6	5	0

（稿件来源于兰州商学院工作简报、重庆工商大学工作简报、青海师范大学工作简报、新疆师范大学工作简报。）

桂海君：“家属小组一艰难、充实、感动、收获。”

□本报记者 詹方歌

桂海君作为宁养（临终关怀）社会工作服务示范项目贵州大学团队的负责人，对于宁养服务中的小组，有着自己独到的见解。她提到，自己的团队开展小组时也曾遇到一些困难，比如：组员到达时间不一致、有时组员人数比较少、活动环节设计比较简单，如此的问题不在少数。有时组员情绪反应较大，需要宁养志愿者单独处理。有时组员之间交流过于热烈，需要进行提醒或打断”，桂老师说。

尽管有问题存在，项目取得的成效依然令人欣喜。“整体上小组开展比较顺利、流畅，有部分组员愿意主动来参加小组了，组员心态发生变化，变得更加开朗、积

极、主动与人沟通了。”桂老师说。

宁养服务带给患者和家属的收获是巨大的。对此，桂老师说：“组员最朴实的反馈就是感谢我们提供的服务，能够让他们暂时忘记病痛，释放压力，有机会跟大家分享自己的经历和感受，结交了新的朋友等等。”她还提到，有的年轻家属“希望以后的活动可以更加活跃一些，难度也可以大一些。”这样的小组也能够带给宁养志愿者阳光的心态，尽管带领小组活动比较辛苦，他们依然能够感觉到自己的成长和收获。桂老师说，她的团队成员对生命有了更多的思考，因而更愿意珍惜当下。提到宁养志愿者的变化，桂

老师很欣慰地说：“学生的变化由紧张、害怕变得沉稳、理性，感觉越来越自信了。”

几次小组工作后，桂老师也有很多心得。她认为，团结合作、艰难、充实、感动、收获是非常重要的。在小组策划方面，如何调动组员的参与性是工作重点。而常规的主题应该围绕如何缓解压力、如何与家人相处、爱、感恩、制作小礼物、感悟生命等。可以采用分组讨论、集中讨论、头脑风暴等方式确定整个小组活动计划。活动进程中宁养志愿者还应当灵活机动、积极回应、全身心投入。

最后，桂老师还有几点建议可供大家参考。首先，组员准时到达很重要。活动

设计要紧扣主题，越详细越好，开组前最好能够模拟一次。其次，小组带领者自己的准备和投入很重要，需要有一定的应变能力等。最后，

团队合作非常重要，宁养院医护人员、宁养社工、宁养志愿者要齐心协力。此外，及时跟宁养志愿者沟通、交流、督导等也非常重要。



图为贵州大学桂海君老师照片。

颂生命之诗，燃希望之火

■ 四月匆匆流过，爱心让春水渐暖。转眼间，团队服务已经开展一月有余。宁养志愿者细心聆听，用宽厚的臂膀舒缓患者紧张的情绪。他们真挚倾听，用清澈的眼神给予患者最大的鼓励。服务开展以来，他们用行动诠释了那句“陪伴最是长情”……



河北团队开展“爱，所以坚持”小组。

牵手河北——“因为爱，所以坚持”

2015年3月27日，河北团队在唐山市人民医院宁养院开展了“爱，所以坚持”小组。小组的第一部分，宁养志愿者首先通过破冰游戏“球传不停”让8位组员相互认识，营造良好的沟通氛围。游戏过后，组员们的脸上浮现了久违的笑容。在这时，

小组带领者给每人发了一张小纸条，让大家将最近的主要压力源写到纸上，大声读出来同其他组员分享。组员和医护人员共同讨论缓解压力的方法，帮助家属们保持良好心态，积极面对生活。在此之后，小组带领者带大家将代表压力的纸条撕掉，

象征着大家的压力无影踪。活动的最后，小组带领者拿出一张白纸，鼓励组员用彩笔在白纸上涂鸦，并共同为图画起名。这些活动不仅能够帮助患者家属有效地释放压力，更促进了组员之间的了解和合作，有利于在组员间建立起新的支持体系。

走进黑龙江——“以爱破冰，荡涤心灵”

2015年5月7日，黑龙江团队在哈尔滨肿瘤医院宁养院开展以“心灵SPA”为主题的第三节“护理妙招多”——晚期癌症患者家属减压小组。14名晚期癌症患者及其家属与黑龙江团队2名宁养志愿者以及哈尔滨肿瘤医院宁养院的社工共同参与了本次活动。

小组的开始，宁养志愿者选择了“猜五官”作为热身活动。组员们两两一组，在15秒的时间内，迅速指向自己的某个五官，并且口中回答对方所指五官。第一组由两位大哥率先示范，看到他们指手画脚，错误百出，大家都哈哈大笑。就这样，每

组都陆续进行了尝试，室内的氛围活跃起来。接下来的活动是“手指操”，轻松简单的手操不仅能缓解手部的疲劳，同时也能通过击打手部的穴位，使一些部位得到治疗和锻炼。小组带领者教授大家“手指操”，组员都认真投入，做到中途，有的组员幽默地说道：“我这刚做了几遍，怎么感觉立刻见效了似的”。

手指操学习过后，组员们很感慨：“难得能有今天这么一个放松的日子”。为了让大家持续这种放松、舒适的状态，小组带领者组织大家进行“相互按摩”，让大家围成一个圆圈，彼此为对

方进行捶背、揉肩、按太阳穴。看到大家放松的状态，宁养志愿者感到无比的开心。

最后，宁养志愿者带领大家进行本次小组活动的最后一个环节“我的护理经”分享，小组带领者给每人分发一张A4纸，让大家将“日常护理心得”、“护理难题疑惑”写下来彼此交流分享。有的组员提供饮食方法、有的组员交流中药调理方法、有的组员分享减压技巧……看到他们彼此交流支持，宁养志愿者心里暖暖的。接着，宁养院社工对大家提出的一些护理疑惑进行了回应，组员表示受益匪浅。



黑龙江团队教授“手指操”。

亲近贵州——“温情母亲节，一路上有你”

2015年5月8日，贵州团队开展了以“温情母亲节——一路上有你”为主题的小组活动。此次小组活动在贵州肿瘤医院宁养院的活动室顺利开展。

上午10点，活动正式开始，在这之前参加此次活动的小组成员进行签到，并且在工作人员的引导下填写活动的前测问卷。活动开始时，小组带领者点明本次小组主题，组织小组成员互相认识，（稿件来源于华北理工大学工作简报、黑龙江工程学院工作简报、贵州大学工作简报。）

彼此分享关于母亲节或亲情的回忆与故事。之后，进行到“健康讲堂”环节，在品尝到美味水果汁的同时，组员们了解到哪些水果适合癌症患者夏日食用等健康知识。活动结束后，小组带领者分发了团队成员整理出来的健康传单，组员们对此很感兴趣。最后，组员在手工学堂中，学习到如何制作手工花朵，并把做好的手工花朵放入早已为其准备好的礼物袋

中，组员们都相约定要把这一份特殊的礼物送给母亲或其他家人。

本次小组，贵州团队利用社工专业技巧，帮助癌症患者及其家属缓解病痛带来的紧张情绪，鼓励患者及其家属勇敢面对困难，并为他们寻找解决困难的途径。他们致力于为晚期癌症患者以及家属建立一个沟通的平台，帮助他们实现资源共享，提高自助能力。



贵州团队教授制作手工花朵。