

一次非比寻常的精神洗礼——赴港培训心得体会

福建省立医院宁养院 王素梅

终于从香港回来了，虽然此次出行日程紧凑，任务艰巨，身体疲惫极了，但是我却一直不知疲倦的回忆那三天所看到的，说听到的，所发生的事，思考我们宁养院的发展和社工的工作。真希望在自己的脑子中心安装一个多功能摄像机，把这三年来所见所闻所感都录制下来，带给同工，也带给以后遇到困惑的自己。

第一天上午参加了第二十届香港国际肿瘤会议 宁养社会工作专业论坛，各位老师进行了精彩的演讲，虽然讲粤语，听起来很困难，但是自己还是收获不少的。特别是关于“如何和孩子谈生说死”这个主题。以前，我总以为孩子小，不懂事，他们不应该涉及到悲伤的事情当中，特别是“死亡”这么沉重的话题中，应该让孩子远离“死亡”的事情，等孩子长大后他们自然会明白“死亡”的。现在想想，自己的这种想法是多么愚蠢，多么幼稚。当孩子面对丧亲时，他们与成年人一样，都会经历哀伤的历程。所以，作为身边的成年人，要能确切明白孩子的感受，并提供有效的支援，这样不但可以帮助孩子过渡哀伤，更能成为他们生命中成长的重要一课。在宁养工作中我们也会遇到小孩丧亲的个案，作为一名宁养社工，不能忽略小孩的需要，应该有敏锐的观察，需要适时介入小孩的哀伤辅导，帮助小孩逐渐恢复正常生活。

第一天下午我们去参观了东华三院，实地了解了东华三院的【圆满人生】服务计划。这一次的参访给我留下了深刻的印象。首先是【圆满人生】的几位社工，他们有着社工人身上的味道，在他们身上我看到了社工职业和人性真善美的融合体。同时，这个机构设计制作的各种宣传单、宣传册都非常的精美，特别是那本资源手册，更是他们机构服务的缩影。我想，在以后的工作中，自己也要慢慢积累，在若干年后也能出一本属于自己宁养院的资源手册。最让我感动的是，这个机构是自负盈亏的，他们没有稳定的资金支持，他们需要自己去筹措资金，其中的艰辛是旁人无法理解的。他们只有4名专职社工，却提供了丰富的服务内容，他们对社工职业的坚持，对人的关爱深深感染和激励了我。

第二天上午，我们去参访了东区尤德夫人那打素医院，又一次视觉冲击。

从医院的地板、天花板到墙壁、门窗，都是暖色调的设计，让人感觉非常温馨，毫无冰冷的感觉。同时，在医院里还有病人的活动室、音乐治疗室、舞台、临终病人的告别室，多么人性化的照顾。深感在这个医院里的病人是幸福的。参观完之后我自己可以学习的地方是他们墙上的布置，有各种社工的活动预告、义工的招募等内容，非常的醒目，我想在宁养院争取一小块墙面，用来供社工专用，让宁养院充满更多的社工元素。

第二天下午，我们参访了屯门医院，重点是儿童哀伤辅导中心。儿童哀伤辅导中心在内地应该是鲜见的，至少我从来没听说过。而屯门医院的儿童哀伤辅导中心于 2003 年就成立了，中心的工作者帮助了许许多多的丧亲孩子及其家庭积极面对丧亲的打击，让他们在充满爱和关怀的环境中，克服不同的生活挑战，重建和谐及温暖的家庭生活，让孩子的身心与智能得以健康发展。儿童哀伤辅导中心推行的“EQ 爱心大使计划”是非常好的一项计划，我觉得可以在工作中借鉴。同时，哀伤辅导中心也有各种各样的玩具，他们运用心理学的沙盘治疗方法来帮助这些孩子缓解不良情绪。

第三天上午，我们参观了香港大学行为健康教研中心，田芳讲师给我们上了精彩的一课《善别辅导》，使我受益匪浅。之前对于哀伤辅导我的内心是恐惧的，因为我很无助，面对丧亲者我不知道要说什么，做什么。但是经过老师的讲解，我学到了许多实务的方法，我相信对以后的工作是有帮助的。

第三天下午，我们去圣公会圣匠堂学习了安宁服务。从梁社工的讲课当中，我深刻感受到他们对生死教育的重视，他们进行了大量的生死教育讲座，生死教育宣传。我们知道在人生路上，生老病死，总是难以避免的，但很多人对死亡颇为忌讳，避免去想去谈。特别是在大陆，很多人认为谈论死亡是不吉利的。通过这一次的学习，我觉得生死教育是很重要的。我们相信，认清生命的有限，就更懂珍惜，更能积极寻找生命意义。如果能以豁达、开放及理性的态度来看待及预备死亡，才能真正享受生命的每一刻，更懂珍惜与挚爱相处的光阴，能更正面、积极和感恩地面对生命的每一天。我想，在以后的工作中，我要尝试进行生死教育，让患者拥有圆满的人生，让家属达到善别。而且在进行生死教育的同时也能对宁养理念进行宣传。

通过这次的培训，我想在自己的工作中，要非常注意进行资源整合，不仅是

义工资源，还包括社会爱心资源、社工服务机构资源等，当自己能够整合各种有用的资源时，才能更好的满足患者的各种需求，以更好的帮助不同的患者。希望自己在某年后能够形成一本福建宁养院的资源手册。另外，也希望设计一两个宁养社工品牌项目，让这些项目也能够持续的运作下去，使社工拥有独特的服务，而且服务能够长期运作。同时，面对自己挑战最大的哀伤辅导工作时，也能够关注孩子的哀伤辅导，确实的帮助孩子顺利渡过哀伤期。最后一个方面是关于生死教育的，这也是我比较感兴趣的领域，我希望自己能够多学习相关的内容，多实践，多积累经验，能够逐渐推广生死教育。

关于义工服务方面，我想根据患者的身心社灵的需要，招募相关专业的义工，身体方面，招募医护专业的学生和医院的医护人员，他们拥有专业的医学知识和技能，能够在病人的身体方面提供确实的帮助。在心理方面，可以招募心理学专业的学生和心理学工作者，他们可以在心理辅导方面发挥重要的作用。在灵性方面，可以招募有宗教信仰的义工，让他们更好的与患者和家属进行灵性方面的交流和辅导。在社会方面，当然就要招募社工专业的学生和社工工作者，他们可以很好的协助宁养社工开展服务。当然，患者的身心社灵是不能分开，所以不同的义工要进行很好的分工合作。

这次出行不仅是视觉冲击，更是一次思想碰撞，短暂的三天给我带来了许多精神粮食。看看自己看看宁养院，我们的世界如此狭窄，需要我们去开拓的空间那么庞大与复杂，如何才能进步呢，这并不是对比下的自卑，而是现实下的深省。先行者的悲哀是挑战重重、困难重重，先行者的幸福是挑战重重、机遇重重。我对自己说：不再彷徨、不再退缩，路漫漫其修远兮，吾将上下而求索，我坚信宁养事业的生命颜色是五彩斑斓的……