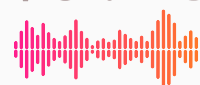




 循道衛理楊震社會服務處
YANG MEMORIAL METHODIST SOCIAL SERVICE

Our Voice
楊聲

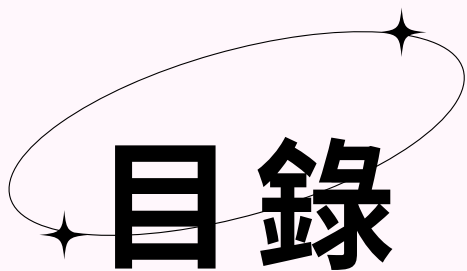
Vol. 13



楊震人 楊震事

— where services meet stories. —

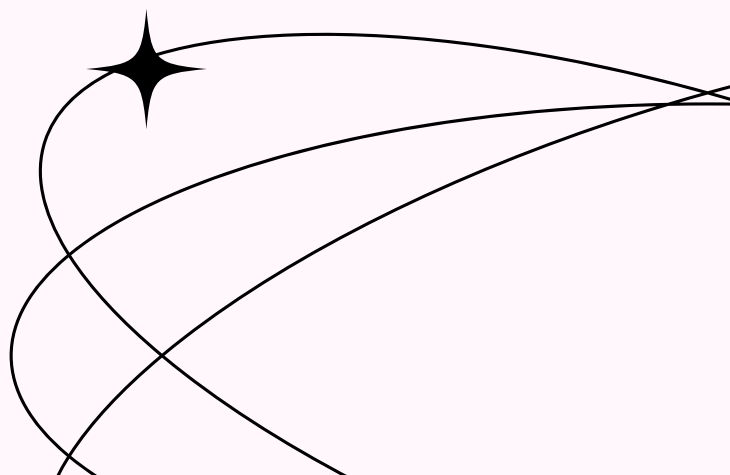




目錄

1. 總幹事的話	02
2. 楊火子穿越任務	03-04
3. SPDD震震報：創刊號	05-10
4. 人物專訪 - MOON	11-16
5. 活動回顧	17-28
6. 感謝同工活動 & 讀者遊戲	29-30

Thank You!





總幹事的話

♪ 總幹事 林俊明先生 ♪

“同事之間也不妨多一句關心：
「今天有否見字飲水？」”

八月過去，天氣仍然熱得令人發愁，同事見面都說：
「很熱、外邊很熱！」

極端天氣下，總會想到各位到戶服務、外勤、帶領戶外活動等等需要在戶外工作的同事們，紀念各位的辛勞，為服務使用者的福祉而付出。汗流浹背地關顧陌生的他者，不只是一份工作，更是實踐機構使命和基督信仰。

請各位同事緊記，多補充水分，避免長時間曝曬在陽光下。如感覺身體不適，例如頭暈、冒汗異常或極度疲倦，請不要勉強自己，儘快休息並告知上級；負責督導的同事，請盡早作出暑熱評估，多認可同事的辛勞；同事之間也不妨多一句關心：「今天有否見字飲水？」，一同營造工作間的良好氛圍，這樣機構才可以凝聚人材，持續發展。

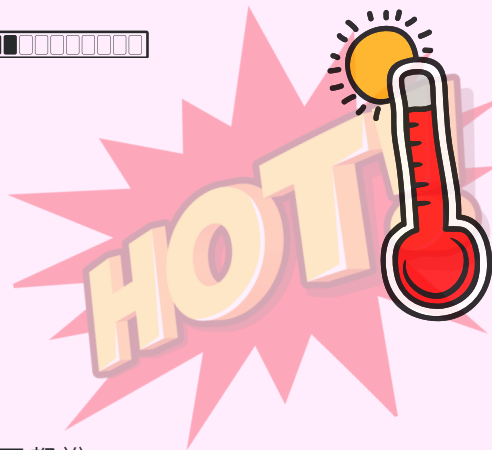


「情緒中暑」如何降溫？

高溫會引致壓力，除了身體會感到熱不可耐之外，也會令到情緒中暑！

心理學家將情緒中暑稱為「夏季情感障礙症」。情緒中暑的主要徵狀是：心煩氣躁、易怒、思維混亂。當氣溫超過攝氏三十五度和濕度高於百分之八十時，情緒中暑的機率會急速上升。

簡而言之，就是身體心靈也「熨熨」，怎會易相處？所以同事之間，在日常工作之餘，互相問好，關懷一下對方，既可以讓情緒降降溫，亦可以促進工作間的融洽，同時能減少發生衝突的機會。



“多一份體諒，留一點尊重，
各人看別人比自己強”

在機構工作多年，曾遇過不少同事之間不咬弦的情況。輕則對質，重則投訴，甚至對簿公堂。但凡此種種，十居其九都是從小誤解開始。然後相由心生，或許也跟天氣悶熱有關，小誤解變成大難題，對方由平易近人變得難以相處，同事變為敵人，實在可惜。

其實，多一份體諒，留一點尊重，各人看別人比自己強，以開放友善的態度溝通，工作間的氛圍才會輕鬆。

當然，很多時都需要作出妥協和主動諒解，才可達至雙贏局面，但我相信，求同存異，總比出盡全力開火或處處提防，來得容易，結果亦會出人意料的美好。

善用溝通平台 彼此了解

除了日常的溝通之外，所有單位都有各種工作會議，有些單位有交更機制，緊密交流訊息；機構層面有各層級會議、去年又設立了總幹事茶聚；個人層面有督導，所以職員之間的溝通平台肯定是有的。

能用上這些正式或非正式的溝通平台，讓同事之間或者同事與機構之間，彼此多了解，多明白對方的崗位需要顧及的事，就會減少很多帶主觀的猜測，也可以減少處理衝突的時間。

“「怕礙清風入，叮嚀莫下簾」”

現代人因為有空調，所以在室內往往關上窗戶，為室內降溫，涼快一下！在沒有電力的宋代，宋人真山民的空氣調節方法是「怕礙清風入，叮嚀莫下簾」，意思是緊記打開窗戶和窗簾，讓清風送爽，驅除悶熱。

借喻一下：與其緊閉心扉，拒絕溝通，只看到自己遇到的困難，不妨打開心窗，讓團隊的幫助和鼓勵送到心中，才可以繼續有動力繼續工作，繼續服務、持守加入社會服務的初心。



楊火子穿越任務 - 第一站

回到香港1950S

1950年代的香港處於戰後復原的階段，當時的社會面臨許多挑戰。隨著局勢動盪，大量難民湧入，短時間內使得香港人口大幅增長，對基礎設施和資源造成了極大的壓力。由於城市規劃尚未完善，大批難民只能居住在簡陋的木屋區或寮屋，這些臨時住所缺乏基本的衛生設施，經常面臨火災或暴雨的威脅。

在這個年代，基層市民的生活艱難，工人多數從事低薪的勞動工作，例如製造業、建築業或街頭小販，勉強養家糊口。兒童失學現象普遍，許多家庭因經濟困難無法負擔學費，加上教育資源有限，許多孩子只能輟學幫補家計。

醫療方面，由於公共醫療系統尚未發展完善，貧困群體難以負擔醫療開支，傳染病如霍亂、肺結核等在貧民中肆虐，公共衛生問題亟待解決。

教會的角色

在這樣的社會背景下，教會在扶助弱勢社群方面扮演了重要角色。

1952年，當時已年屆70歲的黃安素會督受美國聯合衛理公會總議會的差派來到香港服侍。他目睹香港社會的困難與需求，特別是市民的生活困境，決心建立及帶領教會積極回應社會的需要。

隨著1953年衛理公會於香港的事工正式展開，美國衛理公會社會福利部也隨即聯合教會在香港提供多類型的服務，包括：緊急救濟、現金援助和徙置支援。更與多個世界性及不分宗派的福利機構緊密合作，如美國基督教世界服務會和瑞士普世教會協會，為困難中的家庭提供幫助。

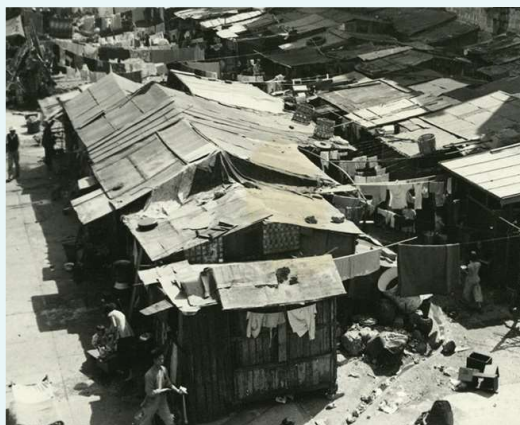
黃安素會督亦於1954年著手開拓九龍地區的教會事工，並得主任楊震牧師應允肩負這項使命。致力於建立教會，同時積極推動社會服務工作。



1950年代的香港



楊震牧師(圖右)積極推動九龍區的教會事工及社會服務工作



1950年代的香港



安素堂與楊震社會服務中心位於窩打老道的新大樓在1967年正式落成

社區牧區密不可分

當香港早期尚缺乏受過專業訓練的社會工作人員時，衛理公會福利部與本地教會及多個本地福利機構合作，積極投入緊急援助工作，緩解了許多家庭的燃眉之急。在此過程中，衛理公會亦逐步培養並建立了一支專業的社會工作員團隊。

1965年，香港政府與安素堂合作，除了簽約在窩打老道地段建堂外，更規劃建立一所社會服務中心。服務中心由安素堂贊助成立，並於同年舉行禮拜堂及服務中心的動土儀式。

1967年，安素堂與社會服務中心位於窩打老道的新大樓落成，並舉行奉獻啟用禮。服務中心以安素堂第一任主任楊震牧師命名，紀念他對教會及社會的卓越貢獻。

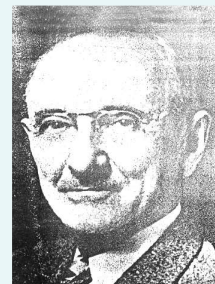
為延續教會之社會服務事工及推動社會服務走向專業化，衛理公會於同年正式將福利部的工作轉交給「楊震社會服務中心」負責。此舉不僅標誌著教會在社會服務領域邁出重要一步，更體現了服務社群的使命精神，成為當時香港社會服務發展的重要里程碑。

楊震社會服務中心由始起積極推動創新服務，建立成為一所「社會工作實驗室」，以支援社區不斷變化的需要。

安素堂命名

教會於1955年5月8日開始了第一次主日崇拜。那時油麻地的現址還未建成，教會得到九龍青年會借出場地舉行崇拜。

至1956年，堂會職員感於黃安素會督一生致力服務中國教會，其行事為人，足為信徒典範，因此教會命名為「安素堂」，以表彰其畢生的貢獻。



衛理公會黃安素會督



安素堂第一任主任楊震牧師

震震專欄

創刊號

各位親愛嘅同事，又係SPDD新搞作！！🕶️

成日聽到「創新」、「實證為本」、「新點子」... 其實楊震入面高手多的是！知道大家工作忙，希望透過「震震專欄」以輕鬆又貼地嘅方式「震」動下大家腦袋，激活創新小宇宙！

我哋今期準備左：

- 兩位資深同事專訪，睇下服務點樣「與時並進」，又Keep住創新，長期吸晴吸關注！
- 前線同事分享點樣將「創新」同「實證為本」真係落到地實行！
- 成日聽SPDD講，今次不如聽下前線同事點睇！

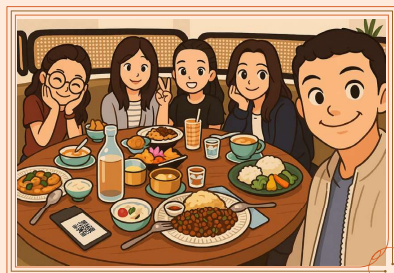


SPDD服務策劃及發展部(Service Planning and Development Division)專責推動創新及實證為本服務策劃文化同機制，實踐機構「社會服務實驗室」使命；同時協助發展中央項目、調查研究同支援機構各部門發展新服務。

SPDD亦透過「社會服務實驗室培育計劃」，以不同元素嘅活動同培訓激發大家嘅創新思維同實證為本概念，培養楊震嘅社會服務實驗室！

想知更多？記得上內聯網 > 中央行政 > 服務策劃及發展部 瀏覽！

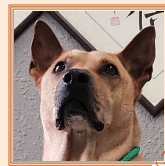
服務策劃及發展部



機構資深同事專訪 — 我哋嘅「汪星人」拍檔！

「我哋唔係寵物係同事黎架～我哋嘅訴求就係返工！」

— 傻福 & Mcqueen之職場生存術



傻福

「咁多年我係機構接觸好多人架，仲出埋書！」

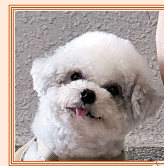
姓名：傻福

性別：男

年資：9年

專長：性情穩定可靠，每次做訓練都咁叻豬！

喜好：喜歡食、喜歡玩；天氣好最鐘意郊遊行山！



Mcqueen

「我係楊震服務左咁耐，就黎拎長期服務獎啦！」

姓名：Mcqueen

性別：男

年資：4年（正式成為同事前我

已經係機構做左義工4年啦！）

專長：非常聰明！但係我都有D性格唔係人人都理架！

喜好：好天氣最鐘意去草地玩仲有最鐘意痴住義工哥哥姐姐，最鐘意哥哥姐姐逐粒逐粒餵狗糧！

【獨家專訪】同事眼中的計劃進化史(代答人:Be@HIC)

係楊震，有兩位超人氣「員工」，無論咩年齡層見到佢哋就會即刻笑容滿面，無論晴天陰天雨天，有幾多活動都唔會請假（太熱另計）！佢哋就係我哋嘅狗狗拍檔-傻福同Mcqueen！今次邀請佢哋同「愛·無限犬隻義工計劃」負責同事Be一齊分享13年來點樣Keep住創新同與時並進！

Q：想問下兩位點睇計劃嘅變化？

傻福：「最初淨係陪學生散步，後來發現有唔少同學仔都想認識我哋，甚至想我哋可以幫助到學生去經歷同成長，所以我哋又諗服務上係咪可以有D新嘅玩法呢？」

Mcqueen：「之後我哋開始參與更多學生小組，仲有去學校做分享！學生見到我哋十分投入，照顧我哋開心之餘又有自信！」



Q：有無數數據證明計劃有效？

傻福：「過去13年，我哋服務超過全港160間中小學同機構，近50000人次，每年都會有問卷同回饋架！」

Mcqueen：「超過九成學生見完我哋情緒會好咗，自信提升！」

Be：「義工隊由最初第一屆8人參與，發展到依家超過80人，年青人擔當領犬義工後情緒改善，學識對生命嘅尊重同埋責任感，仲有人係由學生做到出黎工作都繼續參與！」



Q：「計劃咁多年都Keep住咁受歡迎，而且好多年青人都會係完成計劃後繼續擔任義工，你哋係點樣Keep住創新架？」



傻福：「每年都有新嘅年青人加入做領犬義工，佢哋嘅需要都唔同，所以每年嘅計劃內容都會跟住調整。最重要係我哋每年都會收集學校、家長、學生同義工意見，再結合數據同經驗，下一年就有突破！」

Be：「每年都要根據學校、學生需要不斷調整；加入動物輔助介入、生涯規劃新元素，令到服務更能配合到學校同學生嘅需要！」

Mcqueen：「係啊係啊，最近仲同機構嘅長者服務單位合作，希望幫助長者進行認知訓練，緩減因認知障礙症嘅退化和提升生活動力！」

Q：「創新過程入面有無遇到咩挑戰呢？」

傻福：「照顧我哋唔易，要大家擺好多時間同心機，更加重要就係要義工付出嘅心力啦！每次我哋都會因應學生唔同嘅需要去調整服務重點，令佢哋感受到參與後嘅成果同滿足感！」

Mcqueen：「以前都有學校會擔心衛生同安全問題，又或者要外出到狗場又有安全考慮...我哋都會主動解釋返同保持自己非常整潔哈哈！（要多謝我哋嘅拍擋同埋一班照顧我哋嘅義工！」）有咩困難就一齊再搵解決方法，唔怕試新嘢先有今日嘅成果！」

【總結】

Keep住Review、保持開放心態、勇於嘗試新方法睇黎就係兩位同事嘅職場生存術！下次見到傻福同Mcqueen不妨同佢哋交流下！

「愛·無限犬隻義工計劃」😊

2012年成立，以動物輔助介入手法應用到兒童及青少年工作之上。13年來為超過160間中小學和機構，近5萬人次提供動物輔助介入服務，深受好評。

動物輔助介入（Animal-Assisted Intervention，簡稱AAI）是指有目的地將動物納入各類的治療、教育或人類服務中，以促進人類的生理、心理、社交或認知功能，同時也強調動物福利的介入方式。

聯絡方法：何文田青少年綜合發展中心（HIC）



Be Chow

2718 1330

【摸得到的記憶】

一針一線勾起公公婆婆的回憶！

有無諗過拉鏈、鈕扣、魔術貼、鞋帶依D平平無奇嘅材料，加埋一齊可以變成一件愛的Cushion？YTNEC聯同職業治療師及長者義工創作出「觸福」布藝品，專為認知障礙症老友記度身訂造！

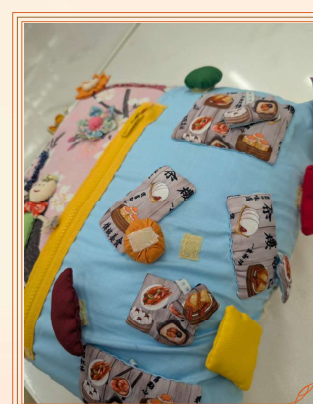


- 暗藏玄機：拉鏈、鈕扣、鞋帶等「機關」，邊玩邊訓練手部肌肉
- 獨特記憶：部分選用長者舊衣布料，令長者一摸就開始「想當年...」
- 「黑科技」元素：內置鈴鐺等機關，令長者使用時發出聲響加強刺激（當然經過職業治療師同事嘅用心設計！）依個系列唔止創新，仲結合訓練功能，將「創意更新」同「實證為本」發揮到極致！

【有溫度有故事的Cushion】

日復日嘅練習對認知障礙症老友記黎講都做到好悶，但有得摸、有得玩、有得講嘅Cushion就唔同！我哋設計左唔同功能：有拉鏈、有鈕扣、有繩帶、有軟毛、有鈴鐺，刺激唔同觸感。每個Cushion都係根據長者嘅喜好、經歷、職業、甚至偶像去『度身訂造』，有D一摸到熟悉布料，老友記就會主動分享童年趣事，令到個Cushion變成個溝通同接觸嘅橋樑。

真實用家分享：娟姐鍾意帶孫去遊樂場，亦喜歡同家人去到酒樓飲茶。根據佢嘅生活點滴同喜好，我哋特別設計左一個充滿回憶同親切感嘅觸感Cushion，左下角縫上一對小男孩同小女孩嘅娃娃，代表孫仔孫女。娃娃裡面內藏小鈴鐺，搖動果陣會發出清脆聲響，增加添聽覺刺激。Cushion右邊用點心圖案加小口袋，幫助娟姐分辨同回憶日常食物，同時訓練認知同觸感。希望依份小小心意能帶俾娟姐更多歡樂與互動！



【連職業治療師都要創新入腦!】

話說每個Cushion都係為使用者度身訂造；根據職業治療師建議，需要加入唔同質地同機關，訓練觸感、手眼協調同小肌肉靈活度！團隊同事同義工一齊研究邊D布料最岩用、組合方底、又要確保有趣又安全、仲要針對長者獨特需要同故事，所以都真係考驗同事們嘅創意應用！



【我哋個Cushion係有實證理論做Back Up架!】

吓？乜摸下D布就可以幫助到認知障礙症患者？Nonono! 唔係咁簡單!透過多感官治療同回憶，有助引發認知障礙症長者嘅腦筋去轉動；每一個細節都係經過職業治療師團隊設計同試用，唔係亂黎架！



【環保 x 資源再生 x 社區動員】

除左療愈同實用，背後仲加入埋環保理念。「觸福」Cushion布料來自社區捐贈舊衣、布碎，再經過義工巧手升級，變成一件件有溫度嘅Cushion aka訓練工具！今次計劃仲連結商界同社區人士捐贈布料資源；義工加入製作行列，助人自助；唔同同事嘅團隊分工合作，確保Cushion設計又靚又實用！



【總結】

「觸福」Cushion計劃結合創意同實證應用、環保同社區嘅力量，將服務做得有型有根有據有心！而服務亦正正體現左我哋成日提住嘅理念：

- 創新唔係大搞新意思，而係用新方法，又或者係現有服務上微調加新元素，貼近服務使用者需要
- 實證為本唔止做研究，而係用數據同理論去改善同確立服務成效

如果你都想訂返個，快D搵YTNEC傾傾!

聯絡方法：:悠逸軒 (YTNEC)



3149 4123

【創新？實證？咩黎架？】

成日聽高層/老細同埋老是常出現嘅SPDD講要創新要實證為本! 但到底點先叫創新? 實證為本姐俾做research寫report? 唔係唔想做，但平時已經做到半條命都無，仲搞創新係咪想迫死同事先? 所以我哋特登邀請兩位機構嘅神秘職員傾下計8卦下：

「你係工作中點樣實踐『創新』或者『實證為本』?」(以下為真實同事訪問!)

受訪者A：「『創新』創造出全新的事物，文職野好少可需要。『實證為本』經過實驗去做，文職野唔洗實驗，所以我覺得唔需要！」



楊記者：「我哋好Real嘅同事真實想法必須記錄！但其實唔同職位都有創新嘅位，例如簡化工作流程、用方法減少錯誤等等都可以架！」



受訪者A：
靚靚文職同事



受訪者B：
跑KPI跑到氣咳嘅
Center同事

受訪者B：「用創新點子可以更加容易engage 到服務對象，亦可以突破傳統滿足client需要。但坦白講傳統嘅社福服務可以幾創新？」

楊記者：「問得好！傳統嘅框架固然有，但你肯咁樣問已經成功踏出第一步，就等緊你去Break果個框框！」



楊記者

睇黎大家對創新同實證為本嘅概念都有唔同想法，不過！我哋「楊」式創新都有唔同解釋，就等我為大家再進一步講解下！

迷思	破解
創新 = 高科技	錯！創新 = 小改變/新方法解決問題
實證 = 報告OR研究	實證為本 = 用證據支持你嘅做法有無效
無時間搞新野囉！	試下日常工作中微調？(機構絕不離地係絕對知道大家忙到暈)
治療師同事需要實證為本	所有崗位都可以有實證為本嘅元素(你自己觀察「量度」服務成效都可以係架!)
前線同事唔需要識創新！	唔同崗位同事都有空間去創新！你加少少新元素都好創新啦！

「創新」唔一定係由零開始去發明，「實證」亦唔係要大家寫文。其實小小嘅嘗試已經係好開始！下次再有新點子，唔好怕「太新」「得唔得架？」，試左，記錄，就係進步嘅一步！下期再見！BYE！



“MOON的故事，從一次楊震義工活動開始！”

從義工出發 尋回生活意義

陳穎霞，喜晴個個都叫她做呀MOON，是喜晴計劃一家居照顧服務的一名全職家居照顧員（簡稱：HCW）。MOON的故事，從一次楊震義工活動開始。

「我有一位小學同學在楊震工作了18年，經常邀請我們一班朋友去做義工，但我都一一拒絕，生活太忙喇！」回憶過往，MOON說自己當時的生活其實並不快樂。在90年代擔任工廠管工的她，需長期往返香港和大陸。「那段時間我覺得賺錢最重要，根本沒空關心社會關心別人，更別提自己的生活。」她因此總是拒絕朋友「做義工」的邀約。然而人到中年，持續的壓力和空洞的生活讓她逐漸思想：這樣的生活真的有意義嗎？

一次偶然的機會，她決定打破自己的心理關口，嘗試走進義工的世界。「第一次參加活動，我帶著一班有特殊需要的小朋友去郊遊，沒想到這樣簡單的互動卻讓我感受到前所未有的快樂，甚至比賺錢更有滿足感！」

這次經驗不但開啟了MOON的義工生涯，亦令她重新思考活著的意義。「我發現人生的意義不僅僅是賺錢，付出和幫助別人原來同樣重要，亦令我找到希望與平靜。」這份領悟改變了MOON的生活軌跡，也為她後來投身家居照顧行業奠定重要一步。

“我不怕這些工作，只擔心自己做不好”

後來，MOON聽說楊震需要人手，她立即熱心向朋友詢問是否需要幫忙。當時喜晴中心同工告訴她欠缺兼職幫手，雖然主力負責簡單的任務，例如陪診或基本協助，但亦有機會需要處理大小便、換片、清潔嘔吐物等等厭惡性工作。

「他們問我是否能接受這些挑戰，我當時有心裡準備，便回答說：『我不怕這些工作，只擔心自己做不好。』」她的坦誠與熱情，讓同工看到了她的決心。

隨著政府對護理行業專業資格的要求提高，MOON決定進一步裝備自己，並報讀了一個為期三個月的課程，學習專業護理知識。

「我順利拿到了相關證書，更正式以兼職轉成喜晴的全職家居照顧員（HCW）。」就這樣，MOON準備好迎接一個全新的職業生涯。



不平凡的崗位 不平凡的使命

MOON分享社會上可能有些人會認為HCW的職位比較低，更曾有人用「工人」或「阿四」這些詞來形容他們。這份工作看似簡單，其實需要很大的耐心和細心。「我們由8歲至108歲的都需要照顧，需求各有不同。事實上，每個崗位都有它的價值，我敢說家居照顧員也是一個專業！」

上門工作時，HCW會負責個案基本的生活照顧，比如餵食、洗澡、換片、抹身、去廁所等等，過程中需很大體力作扶抱處理。另外，亦會協助家居整理，如打掃、抹窗、洗廁所等，即使有些獨居長者家中衛生情況惡劣，HCW亦會排除萬難認真清潔，使他們居住空間更舒適。

說到外出服務，除了陪診外，HCW亦會帶同個案接觸家外的世界！推著輪椅逛街和散步已是他們的日常。

推輪椅看似不難，其中卻蘊含了無數的學問和細節。MOON認真地說：「推輪椅不是每個人都識的，轉彎和上落斜路都有技巧。一路與個案傾計的同時，又要分析路面情況，預防意外發生，因為保障CASE安全是首要任務，同時亦想他們出行感受舒服輕鬆。」MOON分享有時就算惡劣天氣下仍需要陪個案覆診：「有時真係好天曬落雨淋架。就算穿了雨衣，都是「由頭濕到落腳」。又要時刻保持警惕，觀察和處理突發情況；有些個案很需要陪伴逛街，有時推著輪椅兩三個小時都沒有休息。」

MOON坦言，這份工作並不輕鬆，但她從不覺得辛苦。

「當你看到他們滿足的樣子，你自己也會感到滿足。這種時候連疲憊感都會被沖淡。」她坦言，這種投入感來自於對工作的熱愛。「我一直認為，我們的核心就是服務他人，並從中找到自己的價值。無論我們的職位被怎樣看待，哪怕有人說我們像工人也好，只要能幫到個案，讓他們開心滿意，或聽到一句「姑娘，謝謝你」，就已經覺得非常值得！」

“我當然也試過被罵喇！”

在工作中能找到意義當然感恩，同時間亦會面對不少困難和氣餒。與不同的個案交流是HCW的日常。少不免會遇到比較固執、心存戒備、不願意分享的個案；有些自尊心強，害怕會被人看不起；有些又會非常自卑，甚至覺得自己「骯髒」或「無用」而會被嫌棄。這些情緒讓個案更容易焦慮甚至發脾氣。

「我當然也試過被罵喇！有時心裡也會感到一絲委屈。但我的原則 - 就是永遠不能在個案面前表現出任何負面情緒。」MOON憶述有次幫個案洗澡。當時個案突然情緒激動，大吵大鬧，甚至打電話到中心投訴說腿被弄斷了。雖然經檢查後發現並沒有大礙，社工也介入處理，但程序上MOON仍然要寫報告交代。「我當然感覺不舒服，自己一直盡心盡力，卻好像被質疑了。」

不過MOON很快便調整了自己的想法。「這些個案大多經歷了很多困難，那些負面情緒其實並非針對我們，而是因為身體和心靈上的不適，他們需要人接納和引導。」HCW的工作不僅是身體護理的支援，還要具備包容和理解的心理狀態。「我始終提醒自己要專業、要穩重。因為我們的責任是讓個案感到被尊重和支持，不要因自己的情緒使個案變得更複雜。」



“人人都有機會病和老去，這是我們無法控制的”

MOON堅持用耐心和理解去面對難題，同時站在個案的角度思考。讓他們慢慢感受到HCW是來協助他們重回生活軌道，而不是來評價或干涉他們的疾病和生活。

有次，MOON被安排要去照顧一位非常挑剔的伯伯。伯伯對所有人都很不滿意，派誰來他都罵一通。MOON卻耐心地跟他聊天，並發現原來伯伯的「壞脾氣」是因為渴望外出飲茶的需求沒被理解。因此MOON投其所好，最終成功說服他乖乖「換片」。

「後來，我陪著他出門飲茶，進食過程中他又因弄髒了自己而發脾氣。我跟他說：「不要緊的，弄髒了我們慢慢清潔乾淨就得啦。」從那天起，他對我沒了之前的戒心，甚至會主動表達自己的需求，還對我說：「姑娘，你真是好脾氣！」

MOON發現，很多個案之所以不友善，是因為他們不懂得如何表達自己的需求，又或他們的需要一直沒有被正視，其實內心仍舊渴望被關心和被照顧的。「我們需要站在他們的角度思考。有時候，我會把照顧老人家當作嬰兒般照顧。當嬰兒弄髒自己時，我們會毫不介意並細心地幫他們清潔；那麼為什麼當老人無法自理時，就要遭到嫌棄呢？人人都有機會病和老去，這是我們無法控制的。」



“我們是密切接觸個案的人，是極具責任感及使命感的工作”

曾聽個案分享，他們說「見HCW」和「同HCW傾計」的時間比自己的家人還要多。

「確實很多個案可能長期缺乏與家人的溝通，有些話他們覺得不方便對家人說，但卻願意和我們分享。這些傾訴能讓他們釋放內心的壓力，情緒健康也會得到改善。」MOON形容HCW的角色有時亦會像家庭成員的中間人。「有些個案的照顧者可能因為長期照護而感到疲憊，雙方的關係容易緊張。」MOON在數年前亦曾照顧過一位非常深刻的個案，讓她深深感受到需要敏感於個案及照顧者的情緒，聆聽他們的心聲，同時再次體會到這個崗位的責任和重要性。

「這個個案的家庭問題非常複雜，雖然家裡有女傭，但她的情緒和需要卻無法被真正理解及安慰。丈夫經常不在身邊，讓她感到更加孤獨和無助。」服務過程中，MOON察覺到她內心的壓抑。從言語中亦得知個案經常失眠及流淚。有一天，MOON更留意到個案的表現不尋常，她敏銳地察覺到個案可能有輕生的念頭。

當時她在服務完成後立刻打電話給跟進的社工，向他反映情況，並建議他上門探訪個案。當第二天再與社工聯繫時，MOON感到既慶幸又沉重。「社工告訴我幸好我昨天立即匯報，否則真的可能出事。」原來，那位個案當日確實正考慮輕生，在MOON的開解和社工直接的面談後才讓她改變了想法。

「我們是密切且直接接觸個案的人，是最能第一時間察覺到他們行為和情緒的變化。如果我們選擇忽視，可能會導致無法挽回的後果。」現在那位個案已走出了低谷，生活環境也比較穩定，MOON亦感到相當欣慰。「HCW不只是嘻嘻哈哈的與個案閒聊，發現問題，並及時採取行動，與同事互相合作，是極具責任感及使命感的工作。」

“這種彼此扶持的關係，是我最珍惜的一部分”

說到互相合作，MOON認為一個好團隊真的非常重要！而楊震及喜晴團隊正正是她的好拍檔，非常團結，亦彼此支持。

「即使只是簡單的一句「辛苦啦，小心點！」，也讓我覺得很高心，瞬間感覺到自己的辛苦被認可了。」MOON分享有次處理比較複雜的個案，因突發情況而無法即場一人處理。那時她立刻致電中心請求支援。儘管當時已接近下班時間，社工同事仍然主動前來幫忙，最後甚至加班一起完成這個個案。

「單位同事從不計較，只是單純地確保個案能得到妥善照顧，這種支持真的讓我很感動。同事之間亦很樂意分享案例和經驗，從不會隱瞞或者保留什麼。大家一起了解個案的脾性、習慣、忌諱，討論發生過的問題，以及如何改進。這樣才能更好地提供服務。」

MOON說一個團隊就像一個齒輪，每個人都在自己的崗位上努力運轉，才能讓整個機制順暢運行。現在的社會比以前更加透明，很多事情都需要即時處理，責任也變得更大。「我們的社工和管理層也非常辛苦。他們的工作，除了安排我們的工作行程，還要不斷思考如何更好地協調和解決突發問題。總幹事也一樣，每次我去不同的地方工作和參與活動，總是能看到他的身影，事事親力親為和關心。他的投入和付出，讓我感受到一股榜樣的力量。」

正是因為有這樣的團隊，才能在工作中收穫更多的成就感和歸屬感。「我覺得自己不是一個人在奮鬥。我們每個人都在為了幫助個案而努力，這種彼此扶持的關係，是我最珍惜的一部分。」



回想往昔 不再「蝦碌」

現在身經百戰的MOON當然經驗老到。然而回想初入行的自己也有「蝦碌」的時候。

「記得有次陪一位男個案覆診。因為尷尬他堅拒讓我替他穿尿片，我唯有妥協。當時沒有經驗的我不知道這個決定的嚴重性。結果在等待醫生期間，個案突然在診所大便失禁了。」

當日的驚惶失措，成為了重要的經驗。如再遇到這種情況，MOON坦言有信心化解。「如遇到尷尬的情況，我通常一邊跟他們聊天，一邊輕鬆地處理，儘量讓他們感覺這是一件很普通的事，沒什麼不好意思的。」

聊天是MOON化解尷尬的好方法。因此每次服務前，她總會「袋定」各種輕鬆的話題，比如天氣、新聞、或者個案感興趣的事情。

「有時陪個案去覆診，表面上只是陪著等候，而其實這段時間正正是打開他們心扉、建立信任的好機會。」MOON表示個案的心思一般特別敏感，他們能輕易分辨出別人是真心對待，還是敷衍了事，通過有效真誠的溝通，可以讓他們感到被用心對待，服務過程就能更加順利。

“我的態度很簡單，如果自己不懂，就一定要學”

從義工到成為全職家居照顧員，MOON說自己這11年來仍然不斷反思和持續學習。

「我的態度很簡單，如果自己不懂，就一定要學。我相信，學習是永無止境的。」MOON認為當每個人踏進一個新行業時，不應揹著過去的包袱或經驗自以為是；抱著虛心學習的態度才有進步和得著。

「來自不同背景，不同年齡的人，也可能帶來更好的方法和觀點。到今天為止，我依然保持著學習的心態。」MOON又分享無論在職場還是家庭中，都要避免「倚老賣老」的心態，保持開放、謙遜和進取的精神。只有這樣，我們才能不斷成長，跟上時代的步伐。

「曾經我覺得自己的生活很淒涼，像是在「做牛做馬」，抱怨自己的父親不是李嘉誠。」但通過貢獻和幫助他人，MOON發現了生命中更多值得珍惜的事情。有全職工作的MOON，現在於工餘時間仍然常常「做義工」，更是一名失明/視障人士的領跑員。「當你為社會付出時，其實社會也會回饋給你。這種回饋不是物質上的，而是精神上的滿足與成長。」

MOON鼓勵大家更多的關心社會，走出自己的圈子看看，參與義工活動。這些經歷會讓你重新認識自己的生活、找到工作壓力的出口、尋回生活重要的意義！

NEXT



後記

感謝MOON的分享讓我們更認識HCW的工作和專業態度，讓我們更尊重及欣賞每個崗位的付出。與此同時，大家亦可透過以下活動更了解家居照護的重要性及需要！



研究反映殘疾人士社區到戶醫療照顧成效

隨著香港進入超高齡社會，長期病患者數目大幅上升，連帶殘疾人士的比例也隨之增加，對長期護理的需求激增，且照顧者的角色也愈見重要。為協助殘疾人士和照顧者紓緩壓力並提供適切支援，楊震開展為期18個月的「『家護住理』研究計劃——探討殘疾人士家居護理服務成效與價值」研究，剖析到戶的家居照顧，對殘疾人士及照顧者的影響。結果顯示，殘疾人士及照顧者接受到戶「家居照顧」服務後，整體身心質素都有所提升，入院次數亦明顯減少。同時，研究計劃亦首創「社區復康護理模型（5C MODEL）」，為殘疾人士及照顧者提供專業護理及支援。

研究計劃邀得香港中文大學醫學院那打素護理學院及香港都會大學護理及健康學院的學者，擔任計劃的學術顧問。有關計劃由2024年4月起，以混合式研究進行。計劃透過兩個部分，「量性問卷調查」及「質性訪談」跟進服務使用者、照顧者/護理團隊長達6個月，從而驗證到戶「家居照顧」服務的成效，及歸納社區復康護理模型。

楊震的到戶「家居照顧」服務由跨專業團隊組成，包括：物理治療師、職業治療師、言語治療師、護士、復康工作員、家居照顧員等，為殘疾人士和照顧者提供適切的外展服務。

完整新聞稿及研究計劃詳情，可瀏覽：
<https://yang.org.hk/新聞及公告>



研究團隊分享



患有痙攣性腦性麻痺的安琪分享自身經歷
在得到適切的家居護理後，
現已重返職場，建立自己的生活。



香港中文大學醫學院那打素護理學院陳裕麗教授分享



「拾健康地圖：進入青少年隱藏壓力族群路徑」研討會

隱藏族 難發現 找情緒路徑 助青少年步出困境

近年學童輕生事件引發社會廣泛關注，部分青少年面對精神健康壓力卻未能被及早發現。為進一步探索青少年「隱藏族」的需要與支援方法，楊震聯同香港中文大學那打素護理學院日前，假香港中文大學博文苑創博館舉辦「拾健康地圖：進入青少年隱藏壓力族群路徑」研討會，吸引多位教育界及社福界代表參與，一同關注青少年精神健康議題。

逃避篩查 以方法介入

所謂「青少年隱藏族」，意即情緒或精神狀況處於「亞健康」、慢性疲勞症的青少年；他們一般不易被校內的教師和社工察覺，箇中成因之一，是青少年會逃避學校的壓力篩查。比方說他們在填寫壓力測試問題卷時，會刻意迴避問題，令校方無法識別及提供支援。

為及早識別「青少年隱藏族」，我們的青少年服務與學校合作透過軟性介入，如表達藝術及桌上角色扮演遊戲，支援青少年尋找表達情緒出口，一方面支援青少年的情緒和精神需要，另一方面亦能避免讓他們被標籤化。過程中，學校和社工察覺出青少年「隱藏族」表達情緒的路徑，並舉行是次研討會分享經驗。

完整新聞稿及活動詳情，可瀏覽：

<https://yang.org.hk/新聞及公告>



楊震高級臨床督導戴曉寧指部分青少年會選擇透過社交平台討論精神健康議題。



參加計劃及負責劇本創作的青少年，與帶領導師、計劃社工，在「自創劇本」環節，與參加者進行交流及分享。



楊震的青少年服務積極推行精神健康支援服務，新能加強「家庭-學校-社區」的連結。



長者退休適應研究 調查發佈會

退休四寶 締造豐盛人生

香港人口老化問題嚴重，長者因抑鬱而自殺、或照顧者因長期壓力爆煲而釀成的倫常慘劇屢次發生，而近日立法會更辯論「構建長者友善生活環境」議案。

為探討長者退休後面對的壓力與生活困難，楊震於本年3月委託聖方濟各大學湯羅鳳賢社會科學院，舉行「長者退休適應研究 調查發佈會」從中剖析「長者退休壓力不休」的問題並提出建議方案。

四大策略 提升生活質素

隨著年齡的增長，退休長者的活動範圍逐漸收窄，有歸屬感的社區有助提升長者心理質素。為此，我們建議政府計劃「構建長者友善生活環境」政策時，考慮組織「鄰里互助關係組織」，鼓勵及招募退休人士參與社區，推動跨代鄰里的活動。同時，政府亦可增聘「退休人士政策」專員，以「退休適應」為制定政策的本位，檢視退休人士各方面的資源，制定心理發展、義工發展、再就業、退休人士專上教育等政策，讓退休人士以另一身份貢獻社會。另外，政府在推動家庭政策時，宜考慮年長子女及年長父母的家庭組合增加，提供針對性的服務。

楊震提供四大策略（退休四寶），希望退休人士透過『增值保本』，提升希望感並減低抑鬱風險。」

完整新聞稿及活動詳情，可瀏覽：

<https://yang.org.hk/新聞及公告>



楊震長者服務部（九龍東）部門主管麥麗娥表示，不少退休長者只重視健康及財務資源，卻忽略「社會性資源」和「情緒、認知、動力資源」的重要性。



聖方濟各大學湯羅鳳賢社會科學院的蕭麗渝博士指，較低「退休資源」的長者，患上抑鬱風險較高。



鮑女士認為退休男士可跨過自尊心，多參與社區活動，儲存更多退休資源，令生活更愉快。



韶關交流團

DAY 1



楊震◆首發◆韶關交流團
總幹事率領部門主管及跨部門團隊
合共44位同工一同出發!!



到訪北伐戰爭紀念館



參觀韶關城市規劃館



感謝武江區蓉城綜合養
老服務中心及日新社會
工作服務中心接待



前往韶關老年大學參觀，楊震團隊更獲安排體驗大學中各種活動



韶關交流團



Our Voice
楊聲

DAY 2



到訪韶關市殘疾人康復中心，觀摩中心就聽障、智障、腦癱及自閉症兒童
提供之小組教學及各樣介入手法



參觀韶關市社會福利院及未成年人救助保護中心
獲中心主任接待分享保護兒童經驗



遊覽張九齡紀念公園及
韶關地標-百年東街



團隊走訪花城社區黨群服務中心和花城社區建設。從中見識到多方聯合、融入群眾的服務手法





DAY 3



參觀紅軍長征粵北紀念館

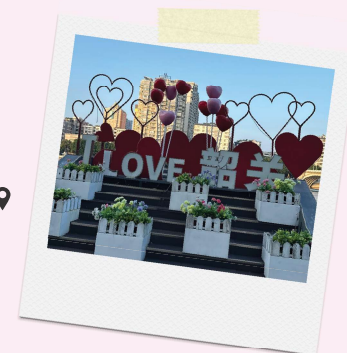
來到聯合國教科文組織評為世界地質公園—丹霞山
從索道纜車站登山，欣賞景色於水路欣賞
山上眾多摩崖石刻、碑刻、古山寨等
從靜謐中感受悠久、豐厚的歷史文化內涵

後記

再次感謝當地每個單位的接待，令楊震團隊更學習到以各種服務手法去推動與時並進、富有質素的社會服務！

踏上回程的高鐵列車，象徵是次交流之旅完滿結束，楊震團隊將會把這次首發交流團的學習與經歷銘刻在心：

- 👍 服務單位所分享的寶貴經驗
- 👍 對歷史文化的敬意
- 👍 社會服務多元發展方向
- 👍 對未來的期待與反思
- 👍 旅程中美好的回憶



🏆 這些都會化作我們持續致力推動創新及以人為本服務之動力！🏆



S + 高峰會暨博覽2025-PART 1

三個復康單位聯合參展 攜手推動職業復康服務

👑 畫出一片天 (SPA)

👑 晉業中心 (VAC)

👑 鯉魚門晉朗綜合復康服務中心 (IRSC)

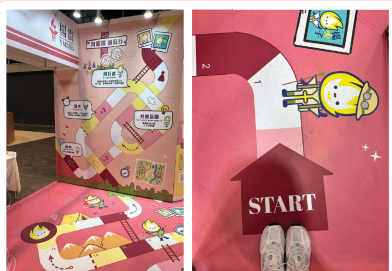
此次博覽會旨在：

- ✓ 介紹三個中心的職業復康服務
- ✓ 尋找合適的合作夥伴
- ✓ 推廣水筆仔及顆星製作品牌
- ✓ 現場設有會員手工藝示範製作環節
- ✓ 招募熱心義工



展覽更吸引近三百人次參觀！

參加者來自政界、商界、社福界、學界及公眾人士
當中涵蓋來自80個不同界別的持份者，為後續聯絡與合作奠定良好基礎。



創意展位設計 提升公眾認知

- 📌 以懷舊飛行棋為主題的展位設計
- 📌 配合中心服務介紹展板
- 📌 讓公眾更容易理解服務使用者的需要與獨特性
- 📌 進一步展示他們的才能與潛能



服務使用者親手製作紀念品 傳遞祝福

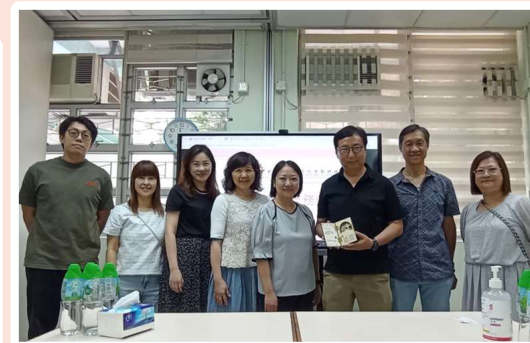
晉業中心及鯉魚門綜合復康服務中心的服務使用者，
親手製作了「打氣樹葉」匙扣紀念品，並分成兩部份：

- 1 樹葉部分供參觀者留言，寫下對服務使用者的鼓勵與祝福
- 2 鑰匙扣部分則由參觀者帶走，將祝福延續

所有留言樹葉將放入生命樹中，成為服務使用者莫大的精神支持。

與立法會議員狄志遠的寶貴交流

博覽會期間，遇上立法會議員狄志遠先生，雙方展開了深入交流。感謝狄議員於6月初帶領團隊參觀晉業中心，雙方有更多時間分享與討論，對中心未來發展意義重大。



僱主好評實況播放 彰顯服務價值

為表揚僱主對服務使用者的高度評價，現場
設有大電視播放僱主分享影片。

歡迎大家掃描下方QR碼，親身感受他們的真摯肯定！



SPA



VAC



IRSC



雖然活動已於五月結束，但我們的跟進工作仍在持續進行，爭取更多合作機會，
展示服務使用者的潛能與價值，讓他們在社會中發光發熱！



S + 高峰會暨博覽2025 - PART 2

記得上期《楊聲》曾分享機構大力推動關注在職照顧者的服務嗎？

大家有否好奇當中「『職』時照顧COMFORT『鬆』計劃」的名字由來？現在開估！

以服務策劃及發展部(SPDD) 活潑好動及喜歡「食字」的風格，絞盡腦汁希望讓大眾知道其實「『職』時」代表「工作期間」及「即時」，「照顧COMFORT ZONE」代表儘管照顧工作不能避免，亦能有友善及相對舒適的照顧空間，同時「鬆」代表希望讓他們在工作過程能盡量放鬆一點，從而在照顧路途上注入力量。

「職」時照顧
Comfort「鬆」

SPDD過去為機構在職照顧者同事及服務使用者舉行一系列放鬆工作坊，並夥拍了不同企業協辦工作坊，持續支援不同職場上的照顧者，共建友善職場文化。因此，我們當然要大力對外推廣，當中包括登上由社聯舉行「S+高峰會暨博覽2025」的舞台。

為了讓博覽參加者（包括各界別代表）更深刻體驗在職照顧者友善文化的重要性及對團隊的好處，我們絞盡腦汁後再嘔心瀝血設計不同的「沉浸式」互動體驗區，模擬真實職場及在職照顧者友善的工作環境，讓大家能深入了解在職照顧者所面臨的挑戰，以及職場放鬆對他們的重要性。就讓我們現在帶大家從文字中導賞：



「CHUR爆ZONE」現場

在「CHUR爆ZONE」的現場，我們不僅展示機構推行的《在職照顧者的心聲》問卷調查結果，顯示了在職照顧者面對的生活壓力外，參加者能夠真切體會在職照顧者日常生活中的壓力。例如，混亂的辦公桌上擺放著用來緩解頭痛不適的藥物、不停響起的電話及滿滿的錄音留言。此外，行事曆上也寫滿了工作和家人的排程。這些細節無不反映出在職照顧者的生活經常被疲勞所包圍，讓他們難以喘息。



人人有SAY

你可能好奇，當知道了他們的需要後，又如何？對管理層、職場及所屬工作團隊而言重要嗎？我們就要告訴大家：「僱主有SO！」，因為推行相關文化實在對僱主、企業/機構團隊是百利而無一害！有多不勝數的好處（下刪數千字），同時如果「人人亦有SAY！」，員工都能表達需要及與團隊共建友善措施，措施便能更以人為本。所以我們即場實踐「人人有SAY」，讓參加者透過互動投票裝置選出友善措施。兩日博覽合共有至少250位參加者（40位僱主及210位僱員）曾參與此投票。



就讓我們想像當僱主和僱員
「人人有SAY」共創友善文化後，
這個友善職場將會怎樣！



COMFORT『鬆』

煥然一新，來到環境舒服整潔，空間寬敞，綠植環繞的「COMFORT『鬆』」。這裏象徵著僱主對在職照顧者員工的關懷，時刻提醒員工要定時放鬆，自我關顧，以免壓力過度累積而產生不良影響。「COMFORT『鬆』」內設有同事的打氣字條和僱主/管理層送的小禮物，示意在職照顧者於職場上被理解，無需擔心被污名化。此外，這裡還聚集眾多職場紓壓好幫手，提供多重感官放鬆選擇，務求「百貨應百客」，讓在場人士能找到至少一種適合自己的職場紓壓好方法，亦希望啟發僱主/管理層於職場內為在職照顧者員工設立各類放鬆工具。多重感官放鬆選擇包括：



視覺
VR虛擬實境播放著大自然的清新景象，如小橋流水，能一解悶氣。



嗅覺
利用擴香石或香薰，令怡人香氣充滿工作環境，心曠神怡。



觸覺
提供一套四款的手部穴位按摩提示卡，提醒員工隨時隨地為自己鬆一鬆。



如果電話亭

除此之外，我們更特設「如果電話亭」，擺放小型電話錄音機，提供一個發洩渠道，讓在場人士表達對照顧者友善職場的願望。希望未來能收集大家的願望，向不同企業反映，共同創建更多「你『想』的照顧者友善職場」。



聽覺
雨聲棒模仿雨水滴落的清脆之聲，達到放鬆和冥想的效果。

戴上降噪耳機，聆聽最適合自己的白噪音或ASMR，透過音頻療癒煩躁的心靈。

透過敲打空靈鼓，聽著柔和的聲音，舒解鬱悶，尋回平靜。



經過兩日博覽，實在感激各部門負責照顧者服務的同事代表一同參與和協助，亦感謝各位參加者的支持。

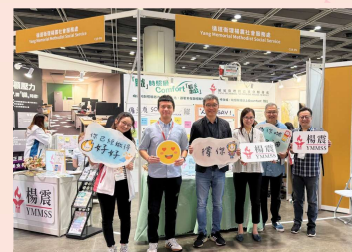
未來我們將持續向外界拓展此計劃，我們相信，其中一個最能協助搜索出在職照顧者的持份者就是僱主，期望這協作網絡能與僱主及其團隊共創支援網，讓更多有需要的在職照顧者能得到支援！



「照顧，不必硬撐，楊震與你同行！
還有僱主及同事與你同行！」



「職」時照顧
Comfort『鬆』





感謝同工活動



感謝同工辛勞

香港迪士尼樂園為慶祝20週年，向本處贈送10張樂園門票。

為感謝機構同工之辛勞，管理層決定將10張樂園門票分成五份，每份為兩張門票，開放5個名額給本處所有全職職員申請。

感謝各位熱烈參與!!

是次活動共有超過400名同工申請!! 恭喜被抽中的5位幸運兒!



讀者有獎遊戲



$$y = \frac{\Delta x}{\Delta z}$$

$$(x-y^3)$$

$$\lim_{x \rightarrow 1} \frac{ct}{2}$$

$$B \sum$$

$$y$$

$$+y^2=2$$

$$(x+a)$$

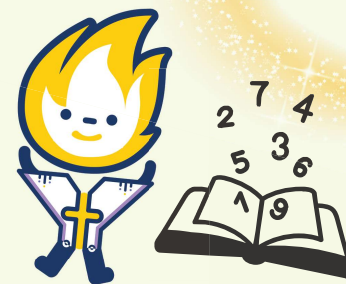
$$=(y-$$

	8	4		1		5	2
	6						7
5		1				4	9
			7	4			
8			6		3		2
				8	2		
4		7				6	8
	9						5
	5	8		3		1	9

來一起解開數獨謎題!

請將正確答案在9月15號前TEAMS 至 SAMANTHAWONG@YANG.ORG.HK

我們將抽出5位完全答對的幸運兒獲得 HAAGEN-DAZS \$50元雪糕禮券一張!!





循道衛理楊震社會服務處
YANG MEMORIAL METHODIST SOCIAL SERVICE



Vol. 13

我們的共同價值



以人為本



專業精神



承擔委身



關愛同行



與時並進



彼此配搭



謙遜務實



創意更新



facebook.com/yang.org.hk



instagram.com/ymss_hk



linkedin.com/company/ymss



<https://yang.org.hk/>

總部：九龍窩打老道54號

電話：2251 0888
傳真：2770 1417

電郵：YANG@YANG.ORG.HK

督印人：林俊明先生
編輯及校對：黃禧嬌女士
鳴謝：各單位資料提供 及 震震報專欄供稿

