

以循證為本方針 推動社會服務實踐及發展

信義會生命故事計劃 從人生回顧到人生圓滿

服務總監(長者服務)：林錦利
生命故事計劃主任：吳婉儀

創新

關懷

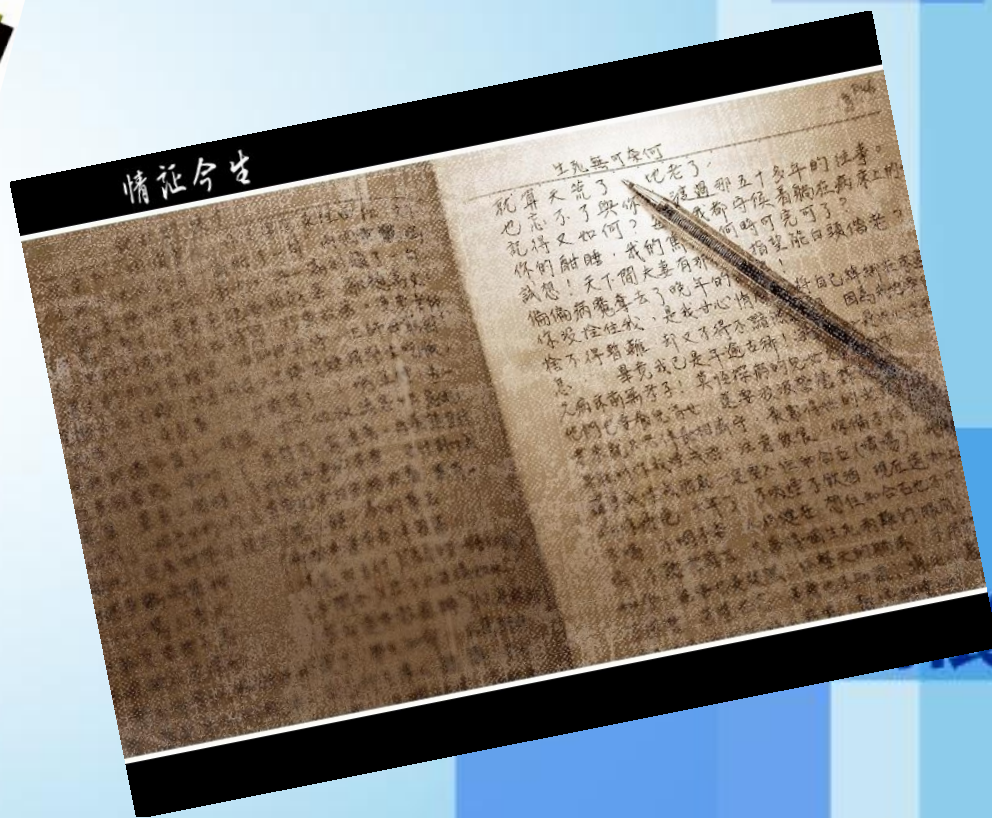
以人為本



基督教香港信義會
社會服務部

「生命故事」是.....

創新



基督教香港信義會 社會服務部

以人為本

生命故事

創新

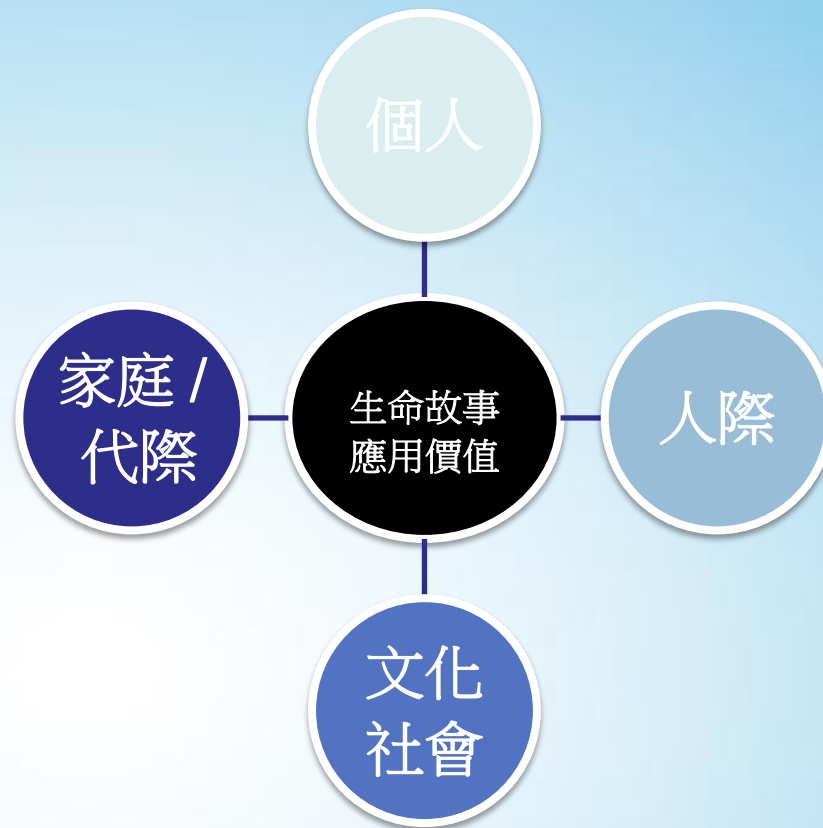
過程與素材

兼具**輔導治療**及**生命教育**元素
的工作手法

關懷

以人為本





綜合各地學者 + 實戰經驗：

- ▣ 整合人生經歷、意義和價值；更能接納死亡
- ▣ 紓緩抑鬱；加強解難和適應轉變的能力
- ▣ 與過去的自己和解；建立自我形象，增加自我了解
- ▣ 增加生命的延續感和代際連繫
- ▣ 增強家人、護老人員對長者的接納與關愛
- ▣ 弱勢、患病長者獲得更人性化的對待

創新

關懷

以人為本



我們的團隊

- 持續創新：團隊文化，植根機構以人為本的土壤
- 最佳拍檔：前線精進 突破「指定動作」↔ 管理層給力
- 學習型／知識型團隊：善於整合及分享知識
- 活潑生動：能說動人故事，讓更多人說故事
常運用「攻其不備、先破後立」、體驗學習、not knowing
- 我們相信
 - * 能感動自己的，更能感動他人
 - * 弱勢社群不是無能的受助者 → 優勢為本
 - * 身邊還有很多未被動員的有心人
他們正尋覓有價值、有意義的服務機會

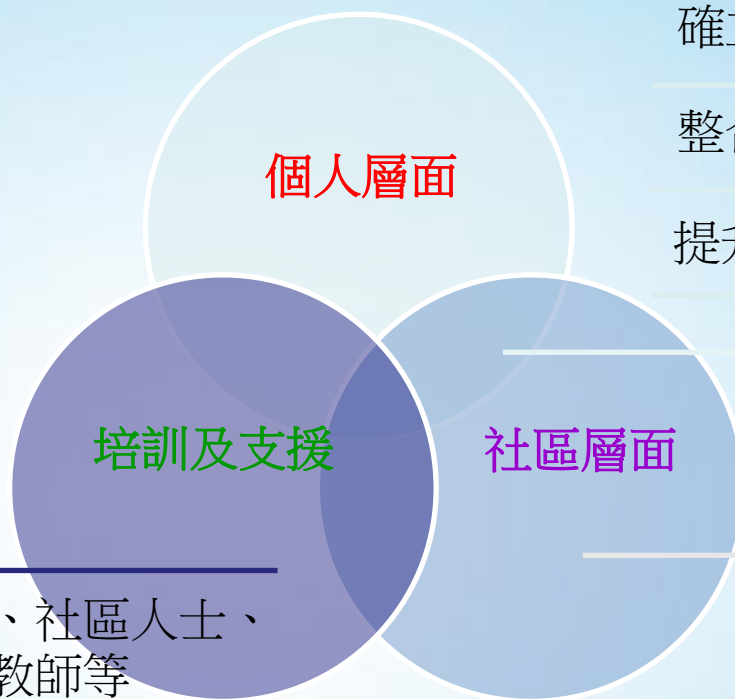
創新

關懷

以人為本



目標及預計成果



減輕抑鬱情緒和焦慮

確立自我身份

整合人生經歷，重塑生命意義

提升自我形象及自信心

創新

培訓護老者、社區人士、
專業同工及教師等

為有需要社群撰寫生
命故事

推廣、發展及深化生
命故事手法本土應用

運用長者豐厚的生命故事
製作教材

支援教育工作者進行社
區教育

於青少年群組推動代際
共融與積極晚年的訊息

關懷



困難與挑戰



- 服務對象GDS 8分或以上，如何處理？
- 研究的執行及服務對象的獨特性(如抑鬱情緒)，如何兼容及平衡優次？
- 服務先？研究先？

實踐與研究需要有效的整合及平衡！
服務對象不是研究工具！
需要工作團隊的耐力以貫徹執行

創新

關懷







基督教香港信義會
社會服務部

以人為本

推行時期與服務對象

多元介入

階段/ 年期	蘊釀期 	開拓期 	轉化期 	承傳期 	邁進期
	2005—2006	2006—2009	2009—2010	2010—2012	2012—至今
服務對象	<ul style="list-style-type: none"> ● 抑鬱情緒長者 	<ul style="list-style-type: none"> ● 抑鬱情緒及缺乏支援長者 ● 大學生 ● 在職人士 	<ul style="list-style-type: none"> ● 護老者 (子女兒媳等) 	<ul style="list-style-type: none"> ● 臨終人士 ● 專業同工 ● 中學師生 	<ul style="list-style-type: none"> ● 企業義工 ● 中學生 (前瞻：更全面的校本計劃)
<p>* 計劃持續為情緒困擾及缺乏支援長者提供人生回顧及生命故事撰寫 *</p>					



運用與介入



用者、義工及家人不同程度的參與

發展性

治療性

組織/培訓
/支援

生命故事
小組

治療介入

創新

關懷

以人為本



預期成效	評估方法	達至成效
長者抑鬱情緒獲得改善/ 紓緩	量性研究： 中文版老人抑鬱量表 (Geriatric Depression Scale, Boey, 2000)	證實生命故事最明顯有效地減輕 長者的抑鬱徵狀，且長者的抑鬱 情況在年半內都維持在低水平。 (抑鬱分數由7.8分減至5.3分)
長者於「生命意義與滿足感」獲得提升	量性研究： 自我評估	超過90%參與於「生命意義與滿 足感」、「自我形象」及「自信 心」獲得提升。
逾80%義工於個人生活及工作上 學以致用	量性研究： 培訓後檢討問卷 (4- point scale)	超過85%義工於個人生活及工作 上學以致用，從而衍生不少小型 計劃。 例子：香港小童群益會「L.I.F.E. 闊生命線」計劃
逾80%參加者滿意所參與之培訓 課程/ 服務		超過95%參與培訓人士對培訓課 程表示「滿意」及「非常滿意」
逾80%參與培訓人士，認同培訓 在個人/ 工作上有所裨益		超過95%參與培訓人士，認同培 訓在個人/ 工作上有所裨益



計估方法



新
關懷

創新

1. 中文版老人抑鬱量表 (Geriatric Depression Scale, Boey, 2000)

- 香港實證其效度(Validity) 及信度(Reliability)
- 15 項: 最高15分，最低0分
- 1分表示抑鬱徵狀得1分
- **Cutting point：8分以上** <計劃參加者5 – 7分>
- **隨機臨床試驗 (Randomized clinical trial)**
- 採用科學評估服務成效
- 由香港大學社會工作及社會行政學系
周基利博士與信義會團隊策劃及執行

關懷



創新

□ 200多位抑鬱症徵狀的長者

實驗組

□ 把參加者分為2組：

比較組

- 20分鐘，面對面形成
- 地點: 中心或長者家中
- 訪問的時間：

生命故事前



生命故事後

關懷



參與研究人數

成功訪問人數			
訪問次序	實驗組別	比較組別	總數
第一次問卷	74	34	108
第二次問卷	73	34	107

研究結果

老人抑鬱量表分數	第一次 問卷調查 (服務前)	第二次 問卷調查
	Mean (SD)	
實驗組別	7.76(3.38)	5.27(3.51)
比較組別	6.41(3.64)	6.21(4.21)

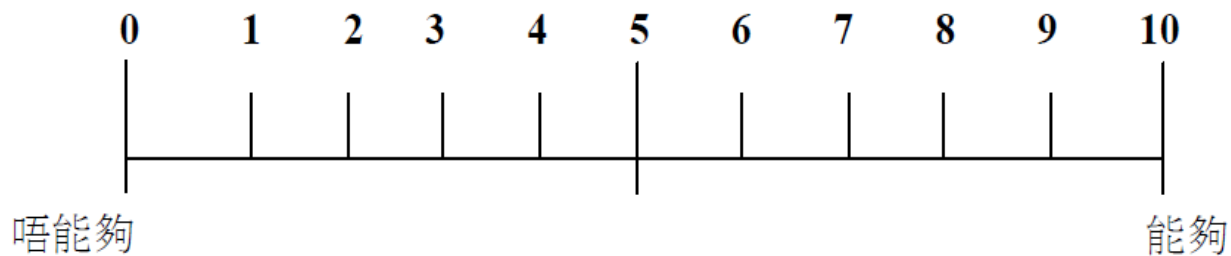
實驗小組第一次及第二次訪問的變化大於比較組的變化
(mean = 0.19; SD= 3.21) $t(100) = 3.212, p < 0.01$



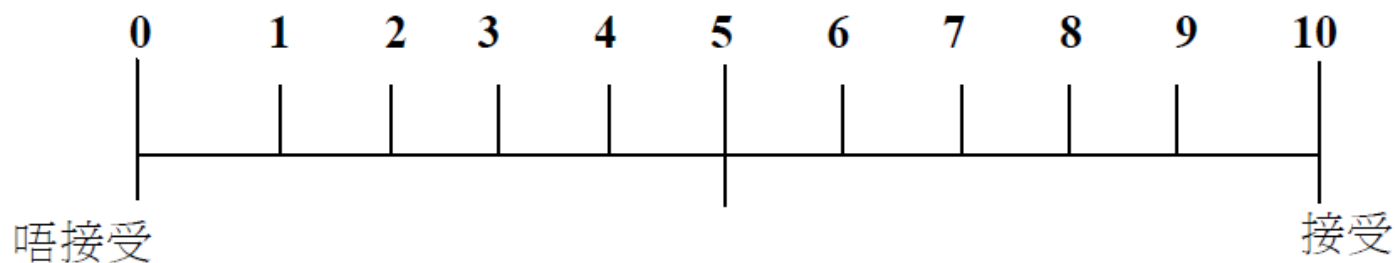
4. 我能夠解決困難



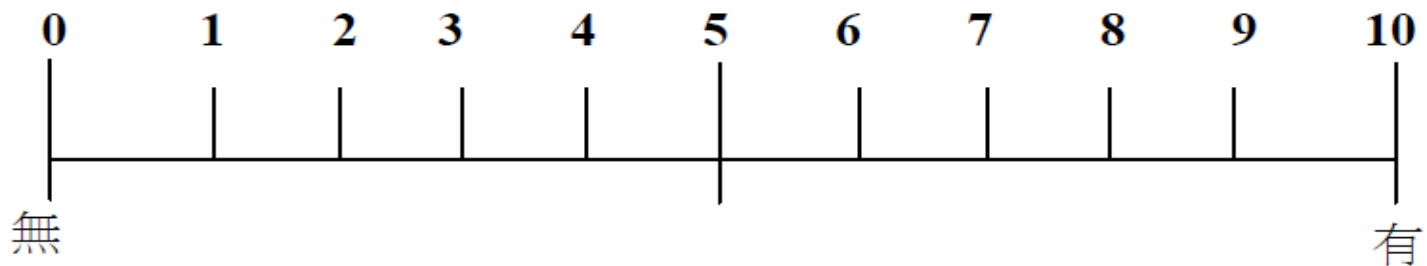
10. 我能夠接納人生有缺失同不足 (如：病患、失去健康、財富、喪親、成就等)



12. 我接受自己既過去 (不論好壞、成敗)



13. 我對明天有盼望



8. 回望一生，我覺得滿意 / 滿足



達至成效：

超過**90%**參加者介入後，於「生命意義與滿足感」、「自我形象」及「自信心」獲得提升。



3. 故事主人翁回饋

創新

湯兩順：

整個計劃，幫我解開心結，人生有苦衷可講出來，由年青好辛苦到老，可以講出來，好好! 睇開左!

石菊英：

本書細仔問我拿來看，以前仔女細，無講亞媽d野，(子女)無咁了解我，依家清楚明白。

翟婆婆：

孫女睇完我本書，知道我以前身兼3職湊大仔子女，立即眼紅紅抱住我。

懷



當事人對生命經歷的演繹

創新

關懷

以人為本



4. 專業同工/義工活動檢討問卷

- 培訓後問卷：評估培訓內容與質素
- 服務摘要：評估同工應用實踐的比率 (+支援平台 +津貼)

達至成效：

超過**85%**參加者於培訓後曾應用GLR

Can use hyperlink to show the
questionnaire

創新

關懷

以人為本



支援平台

創新

Email from trainee

3/6/2011 致生命故事同工：

你好!我是剛完成第3班同工培訓的同學carol，有些關於提交報告及製作生命故事的問題，希望你們可抽空回答。如為剛有家人離世的長者進行生命故事，是否有需要在親人離世後一段日子才適宜進行呢?如有需要你們會提議多久呢?

Reply from Project Team

- 其實可按悼念者意願，我會直接問，當事人想唔想一齊去傾下有關兩人既經歷、為家人(子女)留下更多回憶，亦為自己與(伯伯/婆婆)的共同歲月留底份禮物。
- 如長者同意就可以，必須提醒長者期間有機會會笑、會哭，但你願意陪伴，請對方不要擔心自己的情緒會影響到你或家人而關閉起自己，獨自承受那份掛念感覺;我做過最短是剛太太離開2周便開始唔談。
-
- 傾談時需注意勿令長者過度沈溺情緒，開首要多聽少講，亦要配合悼念者生活上面對挑戰的介入(幫手解決)，定會事半功倍。加油，保持聯絡!
-

關懷



Email from trainee

4/7/2011 (替喪親長者進行生命故事晤談)進行的8次訪談時，是否需要先就每一次見面設定主題，就如設定小組的session plan一般？

Reply from Project Team

- 可做, 可不做! 有主題的好處是易於讓當事人明白自己今次傾咩，她不會只環繞講亡者事情(因為唔知傾咩，而你當初開始時以亡者導入，引致當事人以為投你所好的錯覺！他便不停重覆地著眼同一情境描述)
- 但我較常用是先協議框架，到傾時依當事人情緒作出調節。把亡者當依然健在的人去傾，有助當事人感覺自然、平和地與你分享，亦找到一個出口去憶念亡者(例如：美好鍾意同你去邊度飲茶？依你所講，漢生其實脾性都唔錯，但係夫妻有時難免有分歧，你地會點處理架？)
- 當事人有時會提：「他依家都死左」，我不會予口頭安慰，反之拍拍對方的手，反映感受「我相信佢既離開，令你很心痛。那份感覺，相信很難以說話去言喻？」云云，有助當事人慢慢確認事實之餘，亦感受到你的同行(empathy)。



專業同工

寧養服務社工：硬件配套及課堂內容很豐富，從中帶出的價值觀很值得運用；個案分享有助對生命故事的掌握。

社工：欣賞這套理論/手法對受助人的貢獻；欣賞信義會各同工的配合/良好的配合；欣賞機構/同工毫不保留地分享。不但對工作上，甚或對自己都很大得益。

長者中心社工：分享之個案，接受生命故事服務後皆有正向轉變，「生命故事」形式之加入，能促進輔導效能。

安老院舍職員：技巧豐富及實用，此計劃意念相當好，要掌握技巧卻不容易。

隱長社工：有機會體驗人生回顧的過程，以了解服務對象作自我披露的困難與爭扎。

創新

關懷

以人為本



護老者/ 義工

創新

駱寶平：幫助我更加認識我將會面對和遇到的老年問題和解決的途徑。

梁凱琳：欣賞是了解自己更多，了解長者更多，了解生命故事更多，原來生命故事可幫到不同範疇的人。

劉佩雯：很欣賞各位同事的預備，每個課堂都很完美，既有**資訊也有實淺**，有遊戲，也有短片歌曲，很多元化，也很有趣味。

楊佩儀：很詳盡及豐富，特別是用了很多不同的個案，令我們更了解服務當中的問題以及留意的地方。

梁秋明：很多相關資訊作參考，練習中以第一身開始認識情緒很好：先認識自己情緒同理心+同情心。

關懷



青少年

創新

昔日，認為長者很煩，但現改觀，他們原來在生活上有很多困難，只是我們並不了解。

讓我能了解做老人家的苦處，痛患，情緒等，令我對生命有所反思。

透過今次活動，我學懂應如何與老友記溝通和進行訪問；另外，我十分欣賞食「特別餐」和體驗長者社區生活，讓我們更深切地體會他們的困難和需要。

做生命故事之前，我對長者的觀感大多都是負面的，例如嘮叨、反應慢等……

但在我跟這位伯伯交談後改變了我的想法，發現原來他們對社會的貢獻不少，只是我們不願意去了解……我會改變我做人處事的態度，亦希望我和其他同學會因生命故事而多去了解家中的長者，花更多時間去陪伴他們，增加自己對他們的認識。

潔心林炳炎中學—郭倩彤同學



出版系列

創新

香港中文大學
香港中文大學社會服務部
基督教香港信義會
長者綜合服務

人老了都會掉牙的！老人很難學習新事物！老人人口增加是家庭和社會的負擔！老人要有生活質素是奢侈的事！老人與青年有代溝是必然的

新高中·通識教案
人口老化 X 跨代共融
生命故事 X 通識教育

!?

香港中文大學
香港中文大學社會服務部
基督教香港信義會
長者綜合服務

親手做·
生命故事DIY
增值版

帶你進入生命與生命相遇的奇妙旅程

基督教香港信義會
長者綜合服務

葉裕來的生命故事

基督教香港信義會
長者綜合服務

從生命故事·看歷史

從生命故事·看歷史

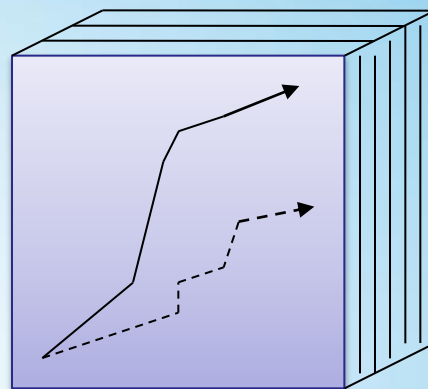
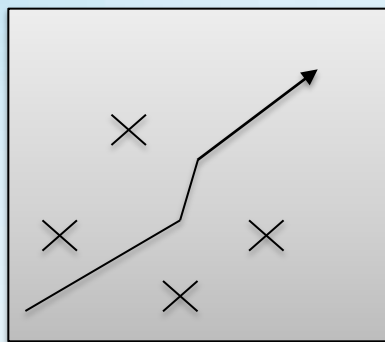
從生命故事·看歷史

基督教香港信義會
長者綜合服務

關懷

以人為本

生命故事的 能量



- ⊕ 單薄
- ⊕ 問題化
- ⊕ 疏離
- ⊕ 受助者(負資產)
- ⊕ 遺憾
- ⊕ 不被理解、不受重視
- ⊕ 遺忘

- 立體、豐厚、力量
- 非問題化
- 連繫(與自己和好；代際、文代共融)
- 資產、代際承傳
- 寬恕
- 理解、肯定
- 呈現、疏理、顯影

創新

關懷



創新



關懷

以人為本

