

後事我話事 - 與長者談死

社會服務
通訊

效主愛人 締造豐盛生命

2014'11

當新生命誕生前，夫婦倆都會喜孜孜地準備各式各樣的嬰兒用品；當熱戀的情侶預備要共諧連理時，亦會大費周章準備各項所需……在面對人生大事時，我們都需要好好準備，同樣地，當要面對我們人生的畢業禮——「死亡」時，也沒有例外，我們不單需要準備好自己的心態，在實務上亦有很多細節要安排。很多時候，我們聽見喪親家屬為了種種身後事，如殯葬安排、喪禮形式、遺產分配等問題反面，從此不相往來，實在教人遺憾。如果我們一早準備好，與家人交代清楚，實不難避免發生以上無謂的爭執。

香港行為健康教研中心研究助理 **康倚華 小姐**
香港大學社會工作及社會行政學系系主任 **陳麗雲 教授**

No.
43

在傳統中國人的思想中，「死亡」二字為約定俗成的禁忌，我們避免談論死亡，藉此逃避死亡的威嚇，卻反加增了對死亡的恐懼。根據二零零七年香港行為健康教研中心的研究顯示，仍有兩成三人相信與病重者談「死」會加速其離世，在此文化影響下，我們傾向避免與長者談死。

然而，根據我們的研究，發現在老、中、青三代人之中，其實長者對死亡最為豁達，其恐懼、逃避和焦慮指數都比年青人和中年人低，而其對死亡的接受程度亦比另外兩組人為高。在小組傾談中，長者亦表示很難與子女談及醫療和喪禮安排，有時甚至在主動開展這話題時被子女阻止，未能與家人表達自己的意願。這些研究結果都反映出長者是不怕談死的，反而他們相對明白自己的時日有限，希望在臨終前能交代好身後事；未準備好的，其實是我們這些距離死亡較遠的人。

但就算長者與子女雙方都預備好談論死亡，我們該如何開口？相信這是不少人的疑惑。各人對死亡有不同的接受程度，故我們應利用切合其接受程度的方法進入死亡的話題。如果家人對死亡的話題比較抗拒，我們可以嘗試從日常生活的話題入手，例如名人的經歷、電視劇集或新聞報導談起，以輕鬆的語氣，帶出自己對生死的看法，從而引起對方的討論。在某些場合，例如中國人的春秋二祭、探病、出席朋友的喪禮等，也是談論死亡的良機，只要我們懂得把握，其實不難發現身邊有很多機會談到死亡。如果家人對死亡的態度較為開放，我們不單可以直接與他們討論各項身後事的安排，更可以藉著回顧過去人生的種種片段，肯定他們過去的成就，對家庭及社會作出的貢獻，並表達自己對其的欣賞和感激之情。



因此，我們一直提倡以「二人三囑」的模式去談論死亡，「二人」分別為「人生意義」和「人生回顧」，幫助我們從生看死、從死看生，透過思想生命的價值以及回顧自己的人生，為生命及死亡賦予意義，並學懂活在當下，珍惜所有。而「三囑」則是針對實務的安排，包括「遺囑」，即遺產及遺物分配、遺體或器官捐贈、殯葬及喪禮的安排等；「預囑」，如設定預設臨終照顧計劃，作臨終時醫療上的選擇；以及「叮囑」，與親友的情感交流、人生智慧的承傳等。事實上，現在不少社福機構都有為長者而設的生死教育講座，或帶他們參觀墳場、骨灰龕、殯儀館、長生店的導賞團，增加他們對死亡的接受，幫助他們準備身後事，從態度及實際層面提供支援。而且亦有不少相關的書籍及小冊子可以作為參考，引導我們與親人談論死亡。

死亡為人生的必經階段，實為生命的一部分，只要我們不將它看成生命的對立，其實死亡並不可怕。要緊的是，我們要準備好怎樣面對死亡，藉此知道如何活好現在的每一刻，並且事先計劃，將我們的想法告訴家人。如此，便能免除很多不必要的遺憾及爭執，後顧無憂。



由我做「揸 fit 人」

年屆八十三歲的我偶爾在二零零五年參加了由福禧長者中心舉辦的「最後揸 fit 人」生死教育小組。自那時始，我便思索有關「死亡」、「後事」這課題，也逐漸學會為自己的後事作未雨綢繆，盼望能為自己的人生畫上完美的句號。

車少珍婆婆

福禧長者中心社工 許哲雅 代筆

憶當年初次考慮要為自己籌劃後事的情境，在已達七十多高齡期時，自覺死亡離自己不遠，或許也是合適的時候為身後事作安排。我期望能表達自己的意願之餘，也能讓自己及家人後顧無憂。我明白到真正面對死亡那一刻，家人在悲傷中想必手足無措，對我的後事安排也不知如何是好。一旦我在生前並沒有作任何的表達及指示，家人或許未能清楚我的意願和喜好！尤記得與一班年紀相若的老友記參與「最後揸 fit 人」小組時，縱然我們談的都是與生死有關的嚴肅課題，但我們這班老友記全都明白「始終會有這一天」，故此大家也能抱著開放、輕鬆的態度去談死。

作為「最後揸 fit 人」小組的其中一份功課，我需要為自己的喪禮作具體的計劃，並認真地、仔細地記錄。經過周詳的考慮後，我希望我的喪禮可以基督教儀式在殯儀館內舉行，並選用西式靈柩及進行火葬。火葬後放置骨灰的地點，則以方便子女為最大考慮。細想各項流程，至今唯一仍然待決的就是執行喪禮的人選。我有兩子一女，分別是長子、次女及幼子。作為基督徒的我當然盼望喪禮的執行人為信仰相同的子女。我遂決定，假如在我離世前我的長子已信主並成為基督徒，那就由他來負責我的喪禮，若不，則交由已信奉基督教多年的次女擔任。



認真周詳的計劃好後事，導師希望我們可以讓子女知道自己的心願。故此我在「最後揸 fit 人」小組的指導下，主動與家人分享自己對後事安排的想法。近年，隨著身體機能日漸衰退，我又不厭其煩地再三與家人重提自己的後事安排。過程中，大家總是有說有笑，家人也表示會尊重我的意願及竭力為我安排，這讓我感到釋懷。至於我的老伴，因他長居內地，每年只留港數月，我也把握機會與他分享我對後事安排的心願。在日常生活中，我也會抓緊每一個合適的機會，鼓勵身邊的朋友及早訂立平安紙及為自己的後事作安排，我覺得訂立平安紙不單能讓自己後顧無憂，更可以避免家人因處理財物分配而傷和氣。

盼望我這篇個人分享能夠鼓勵各位老友記也早點為自己作好打算。亦很鼓勵各位負責長者服務的社工朋友，可以考慮幫助老友記們，面對及計劃自己的後事安排，讓大家在人生旅程的末段仍然可以按自己的心意行事。現在我再沒有任何顧慮，且能每天積極投入生活，這已是莫大的恩典了，感謝神！

001

耆樂警訊

福康長者中心主任 **陳秀德**



警隊在慶祝成立一百三十周年的時候成立了少年警訊，又在四十年後，當警隊慶祝成立一百七十周年的時候全面推行耆樂警訊。耆樂警訊的成立目的為要加強警方與長者群體的溝通；與長者建立夥伴關係，以宣揚防罪滅罪訊息；亦藉此提升對長者的保護，減少他們成為罪案受害人的機會和提高他們的道路安全意識。透過參與耆樂警訊，長者有機會參與有意義的活動及繼續服務社會。

福康長者中心於去年十一月獲香港警務處大埔及北區分署邀請參與「耆樂警訊」試驗計劃，成為大埔區三隊耆樂警訊的其中一隊。會員對此活動反應雀躍，共有二十一會員參與成為耆樂警訊的一員。

在過去一年中，耆樂警訊成員參與了大大小小的「防止罪案」宣傳活動，包括在街道、酒樓及屋邨派發防罪單張、於單車徑宣傳道路安全意識、參觀大埔警署、參與標語創作比賽及慈善音樂會等。會員們認為各項活動甚具意義，讓他們能退而不休繼續服務社會。部份會員更認為在耆樂警訊所學到的防罪及道路安全訊息，既能幫助別人，同時讓自己受惠。

服務傳真

辨識及處理 懷疑虐兒事件 幼師培訓

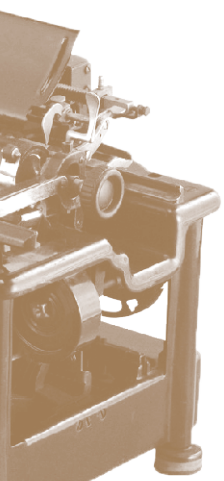
幼兒學校駐校社工 **蔡坤嫻**

根據社會福利署資料顯示，二零一二年本港共發生八百九十四宗虐待兒童案件，在二零一三年數字躍升至九百六十三宗，即平均每天發生二至三宗虐兒案件，情況令人憂慮。作為前線的幼兒工作者，幼師每天恒常地接觸幼兒與家長，能觀察幼兒的成長及其與家長的相處，在辨識家庭問題、甚至虐兒事件中可以扮演著重要的角色。

為協助幼師們掌握辨識及處理懷疑虐兒個案的要訣，本機構的幼兒服務於二零一四年九月十七日邀請防止虐待兒童會的資深社工，為幼兒學校的幼師舉辦工作坊。活動內容包括講解兒童權利、相關法例、幼兒工作者的角色及處理懷疑個案的注意事項和技巧等等。透過講員分享的個案及報章報導，眾幼師及社工參與討論如何識別虐兒事件，以提升意識及提高警惕，因為及早辨識及處理，往往有助避免更嚴重的虐兒個案，為解決家庭問題帶來契機。

002





使命導向 VS 責任導向

行政主任 黃文英

服務傳道 — 本機構一直以來期望透過提供社會服務見證主愛、傳揚福音。同時，我們又希望與機構同工分享我們的信仰，更藉每年的宗教活動，培育同工傳道服務的心志。

導向 (mission driven) 為主還是責任導向 (burden driven) 較多？兩者的比重又如何？又希望協助同工反思是什麼阻礙了他們實踐工作的使命？進而尋求如何可以在繁重的工作中仍保持機構或其個人的服務使命？

004

本機構與崇真會傳道部於二零一四年十月二十八日合辦福音半日營，主題為「我的崗位，發光發熱」，當日邀請了東莞好漁夫漁場負責人方惠棋先生分享見證，承蒙工業福音團契總幹事葉漢浩博士主講專題講座，更由崇真會筭灣堂敬拜小組帶領詩歌敬拜時間。是年主題與工作息息相關，期望透過活動讓同工在營營役役、勞勞碌碌的工作中，檢視其個人狀況和工作態度，到底是使命

感謝主安排了方弟兄夫婦的分享，讓同工們十分感動，葉博士的訊息提綱挈領的讓大家清楚明白使命導向和責任導向；更叫人動容的是同工們在分組討論時間不分彼此，跨越職系級別的隔膜；坦誠分享工作中的辛酸苦樂、回應主題帶來的啟思和共鳴。最讓人鼓舞的是有幾位同工因著感動願意決志信主，盼神祝福我們的團隊及各項具使命的服務！

與澳門社會工作局 分享社區保姆經驗

深恩軒社工 張淑儀

社區保姆計劃在港推行已達六年，其成效獲得廣泛肯定。本機構在深水埗區及中西區營辦此計劃多年，亦累積了一定的服務經驗。澳門特別行政區社會工作局借鏡本港的經驗，在是年八月起委託當地三間非政府機構推行為期一年的「社區保姆服務試驗計劃」。該計劃於二零一四年九月二十日在當地舉行了「社區保姆服務試驗計劃宣傳周暨啟動禮」。本機構總幹事潘少鳳女士獲邀擔任主禮嘉賓，而兩位來自深恩軒的社區保姆亦獲邀在典禮上分享擔當保姆的心路歷程與經驗，保姆們真摯的分享感動了每位參與活動的坊眾。

應澳門社工局的邀請，深恩軒於典禮翌日為來自澳門明愛、澳門婦女聯合總會及澳門街坊會聯合總會的同工舉辦了培訓工作坊。本計劃的主管張淑儀姑娘分享了機構在深水埗及中西區開展社區保姆計劃時所遇到的困難及應對策略；深恩軒中心主任曹紅生先生則講解服務宣傳及與服務使用者建立互信的要點。我們衷心感謝澳門同工的投入及參與，亦祝願此計劃能夠在澳門順利推行，造福社群。



003

我的小兒子

各位具特殊學習需要子女的家長：

相信你們也正在面對家中有特殊學習需要孩子所帶來的各樣煩惱，我明白你們的感受，因為我也曾走過這麼一條滿有挑戰的路。

我家有三個兒子，小兒子入讀幼稚園後，我已察覺他在學習方面與兩位哥哥不同。升讀小學一年級後，功課深了，老師常常投訴小兒子懶惰、分心，測驗、考試、默書等成績更常常不合格。在一個偶然的機會下，我在書本中認識了「讀寫障礙」，於是我向兒童適體智能中心申請為小兒子進行評估。結果，小兒子在小學二年級時被評為有「讀寫障礙」。當我將這個評估結果告訴兒子的老師時，老師竟然否定這個評估結果，並堅持小兒子只是懶惰而已，只要多點用功，成績便會改善。

由於當時老師不太了解「讀寫障礙」，要老師提供協助更是談何容易？於是我惟有努力自學一學習不同的方法來教導小兒子，也與老師多作溝通。最後，老師們終於提升了對讀障兒童的瞭解，而我也努力讓小兒子明白他縱有讀寫困難，同時他也擁有很多其他方面的優點。

有一次在街上，小兒子很高興地告訴我，他懂得一個附近店舖的名字叫「清美」。然而，當我望向該店舖時，竟發覺那店名其實是「潔麗」，原來兒子將「清潔」與「美麗」混淆了！由於小兒子在吸收與輸出資料的過程中出現誤差，所以縱然他花上很多時間溫習，也常常「滿江紅」，而「食雞蛋」更是常客。若我們只看分數，孩子與我們的關係容易產生張力；唯有欣賞、肯定孩子在過程中付出的努力，才能給孩子動力前行。

小兒子升讀中學後，我仍然繼續不停地為他打氣，明白他在學習上的困難，認同他所作的努力及付出，也鼓勵他發展他的強項，從而建立自信。為了能在中學文憑試中獲得「調適」的安排，小兒子在中四時需要再進行學習評估，當時教育心理學家告訴小兒子：「評估結果仍顯示嚴重的讀寫障礙。」小兒子則回應說：「這只是我的一部分，我還有很多很好的部分。」

今年，小兒子將展開他的大學之旅，大步邁向「電子工程」的夢想！

我寫這封信給大家，是想為同路人打打氣，請相信每個孩子都是「獨特的」，都有他的優點，都渴望有好的表現。只要他們相信父母愛他們、與他們同行，他們也會相信自己可以有所不同。

祝身心安康！

沙綜 25 周年 — 激戰海陸空

沙田綜合服務中心主任 謝飛翔

基督教香港崇真會沙田綜合服務中心前身為博康青少年中心，在一九八九年正式投入服務，至今已經踏入第二十五個年頭。多年來，中心一直與時並進，因應服務使用者及社區的需要，拓展形形色式的服務，既照顧青少年的成長發展，同時服務社區內不同的社群。

為慶祝成立廿五周年，中心特別設計一個別出心裁的「廿五周年 ~ 激戰海陸空」活動，為一連串慶祝項目揭開序幕。顧名思意，是次活動分別以海、陸、空為主題，共招募了二十五個家庭、二十五位青少年及二十五位家長參與。啟動儀式於二零一四年九月二十一日假烏溪沙青年新村展開，先由約一百名參加者於青蔥的草地上排列出二十五字樣，及後由義工操控的兩部遙控直升機徐徐升起，將中心的廿五周年口號「伴你同行廿五載 • 潛能盡展創未來」橫額升至半空。當橫額在空中飄揚之際，由嘉賓及參加者高聲朗讀，繼而將手上的紙飛機一同飛出，寓意中心的服務向前邁進！為了留住這極具紀念性



的一刻，我們的義工將整個「空」中啟動儀式透過具備拍攝功能的遙控直昇機進行航拍，此亦為中心服務之創舉！

「空」中儀式剛畢，二十五位青少年在主禮嘉賓 — 本機構綜合服務管理委員會主席鄧永漢先生手上接過三個象徵體育、藝術及音樂才藝的「吉祥物」(布公仔)，隨即肩負起「陸」地上的任務。他們以踏單車形式，將吉祥物由烏溪沙青年新村送往石門的龍舟基地。當吉祥物抵達龍舟基地的時候，最後一站「海」上環節即告展開。二十五位家長負責以龍舟接載吉祥物環繞城門河一周後，再送交予主禮嘉賓鄧永漢先生，是次「廿五周年 ~ 激戰海陸空」的啟動儀式即告順利完成。整項活動突顯同工及義工們的心思及安排，更反映我們的年青人及其家庭活力的一面。

捐款表

本人樂意支持 貴機構之社會服務，並 是次 每月 捐助港幣 \$ _____

捐款方法

- 劃線支票 - 支票號碼：_____ (抬頭請註明「基督教香港崇真會社會服務部」
或 The Tsung Tsin Mission of Hong Kong Social Service)
- 直接將款項存入本機構戶口 - 匯豐銀行：018 - 129924 - 004 或 中國銀行：012 - 875 - 0 - 047998 - 1
- 以右方的條碼到 7 - 11 便利店捐款

如欲索取收據，請填妥以下資料，連同存款單據 (直接將款項存入本機構銀行戶者適用)
或交易紀錄 (透過 7 - 11 便利店捐款者適用) 寄回本機構地址或傳真至 2331 3277。



姓名 _____ 先生 / 太太 / 小姐 電話 _____

地址 _____

(請用正楷，並在適用方格以 ✓ 表示)

* 任何捐款 \$100 以上憑收據可申請扣減稅項

本機構服務單位

單位	地址	電話	電郵
安康幼兒學校	九龍深水埗大埔道 70 號太子中心 2 字樓 C 室	2779 6861	oh@ttmssd.org
安基幼兒學校	九龍紅磡黃埔花園第 5 期青樺苑第 9 座平台	2764 7050	oi@ttmssd.org
安強幼兒學校	九龍鑽石山鳳德邨鳳德社區中心 5 樓	2321 0580	ok@ttmssd.org
安仁幼兒學校	新界大埔富善邨 (明雅苑停車場側)	2661 2866	oy@ttmssd.org
安怡幼兒學校	九龍油塘高怡邨高盛樓地下	2727 6468	oe@ttmssd.org
改善家居及社區照顧服務	新界大埔廣福邨廣平樓地下 130 - 131 室	2657 5522	eh@ttmssd.org
福康長者中心	新界大埔廣福邨廣仁樓平台 207 - 209 室	2651 4082	fh@ttmssd.org
福禧長者中心	新界粉嶺聯和墟和睦路 9 號海聯廣場 1 樓 130 室	2677 4111	jb@ttmssd.org
和禧天地	新界粉嶺聯和墟和睦路 9 號海聯廣場地下 71 號	2677 4511	fl@ttmssd.org
廣福頤養院	新界大埔廣福邨廣仁樓 3 樓	2653 0636	kf@ttmssd.org
妥安心 - 家居照顧服務	新界大埔廣福邨廣義樓地下 101 - 103 室	3590 9270	hcv@ttmssd.org
沙田綜合服務中心	新界沙田博康邨博達樓地下 20 - 30 號	2647 7337	st@ttmssd.org
沙田綜合服務中心家庭及青少年服務支援中心	新界沙田沙角邨雲雀樓地下 33 號	2647 7335	st@ttmssd.org
深恩軒	九龍深水埗黃竹街 17 - 19 號深崇閣 2 樓	2776 7600	fg@ttmssd.org
葦田成長中心	香港上環德輔道西 32 - 36 號帝權商業大樓 11 樓 1102 室	9036 9017	rf@ttmssd.org
崇恩匯	香港上環德輔道西 32 - 36 號帝權商業大樓 11 樓 1101 室	2547 9300	gp@ttmssd.org
學校社會工作服務	九龍九龍灣啟業邨啟裕樓地下 2 - 7 號	2331 2877	ssw@ttmssd.org
臨床心理服務	九龍深水埗黃竹街 17 - 19 號深崇閣 2 樓	2776 7600	cp@ttmssd.org

督印人：潘少鳳

編輯小組：黃慧嫻、簡鳳群、吳慧蘭、林越珍

基督教
香港崇真會  社會服務部

效主愛人 締造豐盛生命

機構資料：

地址 / 九龍九龍灣啟業邨啟裕樓地下 2 - 7 號 / G2-7, Kai Yue House, Kai Yip Estate, Kowloon Bay, Kowloon / 電話 / 2331 2877 / 傳真 / 2331 3277 / 電郵 / ssd@ttmssd.org / 網址 / www.ttmssd.org



慈善機構
Wisegiving