

雅風



【本矜憫之懷 · 促全人健康】

103期 | 2023年 第一季

全人健康 與 全人關顧 在醫院

謙遜
Humility

雅風

103期 | 2023年第一季

編者話	謙遜	2
專題文章	淺談謙遜	3
	謙遜的力量——專訪內科顧問醫生楊漢明醫生	4
	謙遜建構團隊——專訪兩位部門經理	6
	謙遜——助人者的修為	10
心靈向度	活出謙卑——耶和華上帝對人的心意	12
人物專訪	雅麗氏何妙齡那打素慈善基金會董事——王家輝牧師	14
	專訪新界東醫院聯網護理總經理——何沛儀女士	16
關懷故事	兒科小醫護	18
書籍推介	做人放下身段，做事不擇手段：做人 and 氣，做事充滿霸氣的60種人性算術	19
機構動向	雅麗氏何妙齡那打素慈善基金會及雅麗氏何妙齡那打素醫院135週年暨選院大埔25週年「那打素之夜聯歡晚宴」員工福利活動及媒體報導	20
學院動向	NICHE 伙伴計劃推廣暨招募日	22
你講我聽	病人讚賞檔攝錄 (二〇二二年十月至十二月)	23
心靈格言	心靈格言	24

編輯委員會

顧問	冼藝泉醫生 (AHNH&TPH 醫院行政總監) 楊桂蓮女士 (AHNH&TPH 護理總經理) 羅玉琼女士 (AHNH&TPH 行政事務總經理) 唐志德醫生 (AHNH 兒童及青少年科顧問醫生) 曾秀華女士 (NICHE 名譽專業顧問) 陸亮博士 (NICHE 名譽專業顧問) 梁傑兒博士 (慈善基金會轄下委員會【臨床牧關教育專業諮詢】主席；【牧關事工督導】院牧事工聯絡 外展復康督導 人力資源) 委員) 馮家柏醫生 (拉撒路會創辦人) 李錦洪先生 (時代論壇創辦人) 岑素園女士 (UCH 前任護理總經理) 李鳳琴博士 (NICHE 學院主任) 周雪惠女士 (NICHE) 程家俊先生 (AHNH 骨科) 方小蘭女士 (AHNH 外科) 羅麗珍女士 (AHNH 內科) 凌建華先生 (AHNH 內科) 凌銳輝院牧 (AHNH 院牧部) 董小明先生 (AHNH 精神科) 陳潔開女士 (AHNH&TPH 前任內科部門運作經理) 葉婉茵女士 (慈善基金會總辦事處) 鄭小萍女士 (NICHE) 劉嘉儀女士 (NICHE) 黃慧純女士 (NICHE) 劉芷詠女士 (NICHE)
主編 執行編輯 委員	那打素全人健康持續進修學院 The Nethersole Institute of Continuing Holistic Health Education 香港新界大埔全安路十一號J座七樓廿八室 Room 28, 7/F, Block J, 11 Chuen On Road, Tai Po, N.T., Hong Kong 電話：2689 2182 / 2689 3875 傳真：2667 4439 電郵：niche@nethersole.org.hk Open the Close 版權所有，須經本院同意方可轉載或翻印
出版單位	全稱 雅麗氏何妙齡那打素醫院 及 大埔醫院 基督聯合醫院 那打素全人健康持續進修學院
設計 / 印刷 版權	非賣品



謙遜

李鳳琴

謙遜，聽來如同在俗世洪流中遇上的一股清泉。你會怎樣待她？

有人愛惜「謙遜」，視為生命中的瑰寶；

有人視「謙遜」為理所當然，奉為待人接物的真理；

有人看淡「謙遜」，把她停留在孩童時代，成為一種回憶。

你呢？你會為謙遜留一個什麼的位置？

今天，讓我們一起尋找和發現「謙遜」在生活上的足跡。今期雅風主題為「全人健康與全人關顧在醫院·謙遜」。謙遜是一種美德，正如專題文章一「淺談謙遜」開首的點題，是值得培養的一種內在品格；謙遜是一種力量，文章二專題訪問「謙遜的力量」，楊漢明醫生分享他在職場上遇見謙遜的學者、同工等故事；謙遜為團隊帶來正面的動力，文章三訪問本院自開院至今的兩位部門主管，有膳食部主管王漢明先生和物理治療部主管劉永強先生在退休前分享「謙遜建構團隊」；謙遜是助人者的修為，文章四有子雨分享「助人者的修為」，從助人者角度剖析以謙遜聆聽與受助者同行。文章五心靈向度，由凌院牧分享「活出謙卑——耶和華上帝對人的心意」。人物專訪兩則，專訪本會董事王家輝牧師，以及新界東醫院聯網護理總經理何沛儀女士。特別鳴謝本院兒科部門運作經理陳淑嫻女士為今期的「關懷故事——兒科小醫護」提供寶貴的資料和照片。

雅麗氏何妙齡那打素慈善基金會135週年之歡慶活動「那打素之夜」於二月中圓滿舉行，那打素大家庭共有八百多人歡聚慶賀，活動詳見今期機構動向，一同回味。

2023年的首季，我們帶着什麼心情來開展這一年呢？

期望明天會更好？

不如把握今天。**雅**

淺談

謙遜

李鳳琴

謙遜是一種美德，形容人處事為人低調，態度謙虛，不驕傲，不自滿，不誇大個人的能力或價值。謙遜的人不但認識自己的不足和限制，還懂得欣賞別人的優點。與人溝通時，能不被自己的想法影響，持開放的態度聆聽別人。做事情時，不會魯莽或一意孤行；反而會向人請教，先收集各方面的意見，並再三思量。除了從大體上看，也可以講究在那方面顯出謙遜。例如有一篇文章談論如何在多種族的護士團隊中建立文化上的謙遜，認為這方面的謙遜有助隊員尊重和接納同事之間的文化差異，增進團隊成員間的溝通和包容。

謙遜對人的心理、智慧、社交及靈性健康都有裨益。謙遜者較能正面審視自己的錯誤或失敗，從中汲取教訓，並重新振作，再次出發。人生是充滿困難和挫折的，謙遜能使人的心靈更柔韌，有更強的復原力。謙遜者因為願意聆聽和考慮別人的觀點和意見，一般都會有較好的人際關係。也有研究顯示謙遜比智商更能預測人在工作能力上的表現。謙遜與人的靈性健康息息相關，驕傲、自滿妨礙人拓展視野，虛心使人能放眼周圍遼闊的人、事、物，更懂得欣賞大自然，在廣闊的天地間，認識人的渺小和限制，在眾多的人群中，認識各人都有不同的長處、弱點，因此，謙遜者較能領略人際間彼此相連，互補不足的觀念，也較容易寬恕別人的不是。

謙遜能為團隊帶來效益。謙遜的領導者關注下屬的個人成長和意願，鼓勵下屬發表意見，屬意幫助他們成長和發展，所以能得到下屬的認同和信任，使下屬願意投入工作，繼而在工作上獲得滿足感。加上謙遜的領導者能感染下屬，謙遜的下屬也能感染上司，使整個團隊變得謙遜，團隊在謙遜的氛圍下，人際關係融洽，溝通更有效，團隊效能也會隨之提升。曾經有一項研究訪問了一

群公認為在臨床上表現卓越的醫生，發現謙遜的品格是他們其中一項共通的特徵，例如謙遜地從錯誤中學習，不重蹈覆轍；認識醫學領域廣闊和日新月異，持續學習；明白自己在醫療系統中的角色和限制，需要與別的醫療人員互相配合；不以自己是醫生的身份而輕看病人，認識到病人才最清楚疾病帶來的感受和經歷，不但從聆聽他們中找出癥結對症下藥，也認識到病人的分享能幫助醫療人員更認識該疾病。

總的來說，謙遜是一種值得我們追求的美德，不但對個人的全人健康有裨益，也使別人更健康。在醫療團隊中，謙遜為團隊帶來融洽的溝通，並提升醫療質素。**雅**

參考資料

1. Oxford University Press (2022). Oxford Learner's Dictionaries - Humility. Retrieved from <https://www.oxfordlearnersdictionaries.com/definition/english/humility?q=Humility>
2. Cambridge University Press (2022). Cambridge Dictionary - Humility. Retrieved from <https://dictionary.cambridge.org/dictionary/english/humility>
3. Merriam-Webster, Incorporated (2022). Merriam-Webster Dictionary - Humility. Retrieved from <https://www.merriam-webster.com/dictionary/humility>
4. Collins (2022). Collins English Dictionary - Humility. Retrieved from <https://www.collinsdictionary.com/dictionary/english/humility>
5. 謙遜 . <https://www.zdic.net/hant/%E8%AC%99%E9%81%9C>
6. 謙虛 . <https://www.chinesewords.org/dict/273234-647.html>
7. Wadhwa, A., & Mahant, S. (2022). Humility in medical practice: a qualitative study of peer-nominated excellent clinicians. *BMC Medical Education*, 22, 88, 9 pages. <https://doi.org/10.1186/s12909-022-03146-8>
8. Markey, K., Prosen, M., Martin, E., & Repo Jamal, H. (2021). Fostering an ethos of cultural humility development in nurturing inclusiveness and effective intercultural team working. *Journal of Nursing Management*, 29, 2724-2728.
9. Zhong, J., Zhang, L., Li, P., & Zhang, D. Z. (2020). Can leader humility enhance employee wellbeing? The mediating role of employee humility. *Leadership & Organization Development Journal*, 41(1), 19-36.
10. Owens, B. P., & Hekman, D. R. (2016). How does leader humility influence team performance? Exploring the mechanisms of contagion and collective promotion focus. *Academy of Management Journal*, 59(3), 1088-1111.
11. Zawadzka, A. M., & Zalewska, J. (2017). Can humility bring happiness in life? The relationship between life aspirations, subjective well-being, and humility. *Annals of Psychology*, 16(3), 433-449.

謙遜的力量

——專訪內科顧問醫生楊漢明醫生

美洛迪

一個人外表散發的氣質，是經過長年累月的內在修練而成。所謂「有諸內而形於外」，內在的思想品質，會從言行舉止體驗出來，以致一舉手、一投足，一個眼神，一種語氣都能展現內在的涵養。提到謙遜這氣質，很多同事都不約而同地想到雅麗氏何妙齡那打素醫院的內科顧問醫生楊漢明醫生，總覺得他溫文爾雅，謙謙公子，待人溫和謙虛。究竟這種由內而外散發的氣質是如何養成的？是家庭耳濡目染，宗教道德教化，還是一己對素養的規範？

謙遜的養成

楊醫生成長於天主教家庭，自小到教會聽道，深受信仰核心價值——人本主義的潛移默化，成了長大後待人處世的指引。人本“Human”一詞的原意指「泥土」，根據聖經創世紀的記載，人類是上帝用泥土創造出來的，既然來自泥土，就無必要自高自大，應保持柔和謙卑，虛心接納意見，多欣賞他人。西方社會受基督教影響超過二千年，歐洲及北美洲老一輩的民眾普遍熱情好客，體恤別人感受。楊醫生憶述有一次到希臘旅行，慢活在蔚藍平靜的愛琴海上與當地平民無所不談，當地人對陌生人似乎沒有戒心，

坦蕩地向人傾訴自己的生活苦況，其生活處境並非如愛琴海的美景一樣令人神往。這種坦蕩其實也是基於人本主義，對人信任。近年的一次土耳其之旅更讓楊醫生感受到土耳其人的「有朋自遠方來，不亦樂乎」，沿途遇見的民眾都友善好客，樂於接納陌生人。印象深刻的是旅途中的班聾啞學生，雖然未能用言語與遊人溝通，但因好客的民族特性，加上對外國人甚感興趣，都熱情地運用肢體語言，友善的眼神向楊醫生示好，歡迎他到訪自己的國家，他們並沒有因自己天生的缺陷而感自卑。

謙遜的模範

人本主義與謙遜的道德價值從小就在楊醫生的心靈中孕育，靠着上帝和聖靈的引導，加上隨着年歲漸長，對人生有所感悟與反思，又慶幸遇上一些修養崇高的學者，成了自己的學習對象，促使他一直持守這道德箴言。謙遜之於楊醫生並非單純的羨慕別人，這容易釀成嫉妒，更不是貶低別人而造成敵對，但又不是過份貶低自己，形成一種虛假的謙遜。健康正常的謙遜是正確客觀地認識自己的能力與限制，不高估自己，不貶低別人，同時欣賞自己和別人的優點及成就，對於自己的不足要多加改善及充實。同時，心胸要廣闊，能夠包容變數和不確定性。楊醫生曾認識一位國際栢金遜學會會長，他是運動障礙腦科的頂尖學者，為人睿智，洞察力強，但從不自吹自擂。2019年這位學者來港作學術研討，當時有一位澳洲華裔醫生因無法在論壇上對一名患者進行準確的診斷而顯得尷尬，學者隨即對這位醫生說：「不如我們一起研究吧。」讓他有個台階可下，化解了當下的困窘。一個微小的舉動，反映了學者的謙遜不驕，尊重人本。楊醫生發覺很多國際知名人士為人都很謙厚，越是成就高的人越不把自己放得高高在上，就如那個家傳戶曉的比喻「飽滿禾稻總彎腰」，只有半桶水才會噹噹響。驕兵必敗的真實例子，楊醫生認識一位性情高傲的教授，因在一次法庭作供時的供詞違背了其先前的研究立論，而遭降職。驕傲是個陷阱，容易令人走歪路，早晚會遭殃。

謙遜的團隊

楊醫生認為謙遜的態度對於他管理團隊尤為重要。謙遜促使彼此尊重，多聆聽，多鼓勵其他人表達，同時自己亦需要恰當的表達。如不採納別人意見，必需解釋原因，讓他理解，給他面子。對於一些行不通的建議，但又堅持己見時，最理想是能想出兩全其美的方法，若未能做到，自己就要承擔起做最後決定的責任。楊醫生深知團隊領導對謙遜文化的傳承起着重大作用，下屬往往受上級的處事態度影響，因此要在職場上保持謙卑，同時亦需提升自己的能力，做好本份。楊醫生希望能逐步影響團隊裏的同儕，讓整個團隊培養起謙遜的態度，謙遜久而久之薰染成團隊的氛圍。

柔和謙卑亦成為楊醫生參與 RCA (Root Cause Analysis) 和質素安全 (Quality and Safety) 管理工作上的一大作風。每次 RCA 會議，楊醫生都刻意安排出席者圍圈而坐，而非傳統的面對面而坐，避免造成對峙的局面；所有文件只以代號 (同事 ABC) 記錄，讓同事感覺安全。會議上，楊醫生一直採取「不審問、不對峙、不令對方難堪」的方針，以達致對事不對人，改善問題為目標。每當同事到達會場，楊醫生總會說一句：「多謝你參與這會議，我們只想提出問題，了解當時情況，希望大家提出一些改善建議。」完結時，楊醫生亦會總結一句：「多謝你今天出席，還有沒其他意見可讓事情改善？」這種不指責的態度，大大減低當事人在會場情緒崩潰的可能性，讓他可平伏地述說事發經過，最重要的是大家一起探討解決方法，避免事件再次發生，能從錯誤中學習。

結總

謙卑總是不偏不倚地在自卑與自大中間徘徊，謙卑過度容易自卑，謙卑不足則容易自大，如何拿捏準確實是一種學問。楊醫生認為如單單靠自己，未必能在兩者之間調節適中，因為有時自己也未能全面立體地了解自己，惟有多禱告感應神的心意，因為神比自己更加認識自己。若是人的內心缺乏人本與謙虛乃是人生的欠缺，就難以走到神那裏去。雅



楊漢明醫生 (右一) 分享如何培養謙遜及謙遜對團隊工作的力量

謙遜 建構 團隊

訪問 兩位部門主管

李鳳琴



膳食部部門主管高級經理王漢明先生 (Alex)
接受雅風訪問



物理治療部部門主管劉永強先生 (Anthony) 接受本刊訪問，
分享謙遜建構團隊。

談到謙遜，大家可能會不約而同地想起一班大埔那打素醫院的開院功臣，但因篇幅所限，是次只訪問了其中兩位較為低調的謙謙君子，他們就是膳食部高級經理王漢明先生和物理治療部部門經理劉永強先生。兩位自開院便在那打素工作，現已超過四分一世紀。當他們分享於團隊領導、待人處事和溝通上對謙遜的體會和實踐時，骨子裏同時流露着矜憫為懷之情。

飲食烹調啟示管理 信、望、愛引領導航

膳食部高級經理王漢明先生 (Alex) 入職醫管局前，在飲食業界是由「紅褲仔」做起的大廚和管理人，踏實地了解飲食業的種種。他憑着天賦與努力，曾在香港國際美食節中兩度獲獎，獲多家著名國際酒店重用，擔任行政職務並在這段期間完成酒店及膳食管理學士。他更著作不同國家菜式的烹任書籍，慷慨地將下廚秘方公諸同好。王經理在飲食業界是有實力和知名度的人，但他一貫予人的印象是十分謙和，沒有半點架子。在訪問當天，他親自在升降機大堂接待我們，使我們深感愧不敢當。

Alex 在個人修為以至部門管理的目標都十分清晰，就是「矜憫為懷」，以病人的福祉為依歸，以關懷下屬為己任，凡事以別人的需要為着眼點——「幫得就幫」。

Alex 並不自滿，他不會陶醉於昔日的成就中，反而認為不進則退，需要持開放的態度不斷學習。談到謙遜，Alex 認為要誠實地面對在工作上的困難，抱有願意虛心求助的態度。他憶述開院初期在建構團隊工作坊認識了各部門的主管之後，他為着要了解病人和員工在膳食上的需要，向各部門主管請教服務對象的喜好和需要，務求盡力提供合適的膳食服務。他認為訴求 / 投訴有正面的功用，能補足



Alex 贈送給管理層員工的六角柱體「管理原則」，成為日常管理工作的溫馨提示



Alex (右二) 與膳食部管理層同事商討部門事項

服務者或上司的盲點，使服務質素提升。只要誠實地面對事實，誠懇地與訴求者溝通，就可以帶出美好的果效。例如員工指出值夜班在膳食方面的需要，特別在冬天會想吃一些又熱又飽肚的食物，但職員餐廳在夜晚卻已經關門；因此，膳食部引入了飯糰販賣機，讓夜更同事有暖飯吃。又有一次，病人投訴病房三餐的膳食材料不夠豐富。因食材開支非常有限，Alex 承認膳食部在這方面無法滿足病人的訴求，於是誠懇地向投訴者解釋當中的限制，並表達理解病人的訴求。經溝通後，病人接受膳食部的解釋，也理解他們的難處。

在建立團隊和執行制度方面，Alex 謙遜地分享：須知道「高手在民間」。當主管願意花時間聆聽同事、廣納意見，同事感到他們的意見被尊重，團隊的討論文化就會濃厚。這不但可以優化所制定的方案，團隊也會更願意接受和執行方案。像烹調食物是有次序的，切勿操之過急，讓「時間」幫手，才會煮出美味的菜式。在處理員工的安排上，Alex 也從烹調中有所體會。認為不同的處境有不同的處理，就如切不同的食材用不同的刀，凡事要看實際情況。

例如：若想讓員工的長處有發揮的機會，或是，讓有難處的員工能得到恩恤，就未必可以劃一地處理人事。Alex 特別喜歡用簡潔和「植入式」的管理方法感化員工，有如在自助餐之中的食物擺放，客人會不經意地就按着冷盤、熱葷、甜品的次序去進餐。例如：若有員工到訪 Alex，先會在他的辦公室房門外看見一張「時間分配表」，以三種顏色來顯示他每週的工作地方 (AHNH/TPH/ 聯網)。這樣可以讓員工一目了然知道何時何處找到他，當中更特意顯示出他已經預留了聽同事傾訴的時間，無需約見，Alex 不經意地表明了他願意聆聽和關懷員工的心跡。在管理層員工方面，Alex 送每位一個六角柱體的寫字枱擺設，柱體上面以簡潔的文字寫上一些重要的管理原則，讓管理層員工時刻都有溫馨提示。在訪談中，Alex 多次提到信、望、愛，他相信在工作上所遇到的事情都是美好、會達成的。在過程中，他抱持着以愛服務他人的態度，並且在困難中仍持守盼望。他將這激勵滲入工作間，以 HOPE (Human resources, Operation procedures, Products, Expenditure) 作為檔案處理的系統。



膳食部同事的開心工作間



Alex 對烹飪的興趣濃厚，早年著書公開分享意大利菜多款食譜



Anthony 認為能時常對別人的意見持開放的態度，願意聆聽思考，是很重要的，也是謙遜的表現



Anthony (左三) 與物理治療部團隊投入工作，敬業樂業，與病人同行復康路。

開放共融求質素 體諒感化得人心

回想當初，是在一次研究的合作上認識物理治療部部門經理劉永強先生 (Anthony) 的。由從前的學習階段以至在專業服務上作為管理人，他都堅持對質素的追求。Anthony 為人低調、溫文儒雅，不會令人有壓逼感。訪問當天，也是 Anthony 在那打素工作的最後一天，他穿着醫療專職的制服來迎接我們。他是那打素醫院物理治療部第一任部門經理，從 1996 到 2023 年，已達 27 年。縱使 Anthony 一直是管理層，他不容自己在專業上生疏，堅持參與前線工作，掌握最新的專業知識、技巧和經驗。當中只有開院初以及數年因為需要兼顧醫院管理局總部和新界東聯網的工作，很少時間在那打素醫院，才沒有參與前線工作。他也是物理治療系學生的實習導師，藉教導、示範、評價、回饋來作育英才。在信仰上，縱使 Anthony 一直在基督 / 天主教學校讀書，相信有一位真神，在大學時期也參加過團契，但直至五年前才接受浸禮。他認為作為基督徒的標準很高，總是感覺自己的素質未能匹配，所以一直不敢受浸、作出承諾。可見 Anthony 是一位何等認真和有要求的人。他也笑言自己是一個很「奄尖」的人，甚至對廁所的清潔也要求很高，認為這些細節位也會影響病人對服務的看法和信心。Anthony 認為謙遜是與個性有關，有些人比較容易顯出謙遜的態度。若那人能夠感到自己的知識有限、有很多

不足之處，常存「三人行必有我師焉」的心態，能看見別人比自己優勝之處，並願意在各種環境中向不同人學習，就會較容易給人謙遜的印象。相反，若太過自我自負，總是認為自己的想法是最好的，這樣，就較難做到謙遜。Anthony 認為能時常對別人的意見持開放的態度，願意聆聽思考，是很重要的，也是謙遜的表現。無可否認，當別人與你的意見相違背時，總會帶來不順暢的感覺。尤其是對方提出意見的態度不佳，若仍然能不動怒、虛心聆聽，那就非常好。對於這一點 Anthony 自謙仍然是跌跌撞撞、在學習中。

在管理團隊工作中，Anthony 強調共融，刻意營造機會和空間，例如早上的非正式的部門會議（早會），鼓勵大家多溝通、發表意見和開放地討論部門的事。他認為在團隊工作，謙遜是很重要的，當中包含尊重和聆聽。例如有一次，同事在早會上提出，在清洗儀器用品的工作上，人手分配不公平，這意見令他再檢視現行的做法，並作出相應的新安排。同事感到意見被尊重，因而加強了彼此的信任，也更願意投入團隊工作中。但 Anthony 也不是完全順應同事的意見，他談到管理層和前線所接觸的層面不同。有些部門方案，縱使同事在方法上的理解沒問題，但他們的想法未必能顧及到大環境和一些背景因素，例如其他部門的需要和想法、管治因素等。在這些情況下，他會耐心地向同事詳細講解，使前線同事明白多一些。他補充：制定方案的大原則和方向固然重



Anthony 着重健康與生活工作的平衡，假期會到大自然郊遊遠足。

要，但在細節上，有很多可以讓同事發揮的空間，令他們感到受尊重。同事提出的意見常常可以令方案更完善，所以管理層需要靈活地接納，這樣不但使方案會更好，也會令同事有參與感。Anthony 讚許部門的年青同事在近期部門裝修的工程中，他們的才能和新思維使部門的環境更清新舒適。有同事懂得使用電腦繪畫結構圖則，在設施上摒棄了傳統的會議佈局，工作台以簡約和共享的設計為主調，還增添沙發，咖啡機等等。Anthony 誠然認為年青同事們的意見比他原有的想法更好。

Anthony 認同人生中有不同的階段和困難，自己和同事們都不是「不倒強人」。他時常提醒同事們，需要彼此體諒。例如女同事在懷孕至生產後數年，身體和家庭都有很大適應，在工作上未必能如常地有高效率。這時期大家應該體諒和扶持她們，這階段過後，她們往往因着同事們的體諒，會更能重新投入團隊工作中。若有同事要接受手術，手術後返回崗位，也需要有適應的時間。面對工作上有困難的同事，Anthony 採取關心輔導的方法。不適合作物理治療師的，他引導、勸退。性格特別的，例如太強悍的，Anthony 不會意圖令該同事全然改變，而是會作出凹凸互補的人手安排，使同事在工作配搭上取長補短，也會閒來與他分享同事相處之道。Anthony 相信同事們都是能自我反思、有智慧作改變的，需要耐心地給予他們時間和空間。他更提出在制度上要愛惜和關顧同事，他比喻醫療人員是捍衛市民健康

的士兵。若同事生病，我們理當特別照顧，比如在醫院服務的輪候上，能否有及早、甚至優先的安排？同事得到及早的醫治，就能早日返回工作崗位，服務病人。這也是對醫療人員尊重的一種體現吧。細聽之下，感受到 Anthony 關懷關顧者和「矜憫為懷」的情懷。

總結

從兩位受訪者的分享中，看見也聽見謙遜的實踐，這兩位資深的管理人從與人接觸的談話和態度，以至對部門管理的心得和想法，都洋溢着謙遜。他們辦事能幹、有資歷、對服務有目標和堅持，但卻不自負。常存着向別人學習的態度，能夠看見別人的長處，不論同事的階層或年齡，都予以尊重、虛心聆聽。他們從信仰中能體會人的渺小，體諒和關懷同事的難處。處事不會以理壓人，總是諄諄勸教，所以能得到同事的信任和認同，以謙遜建構更美好的團隊。⁹



謙遜

助人者的修為

子雨



故事一：誰能明白我？

助人者對一位喪偶的家屬說：「我很明白你！」

家屬：「你明我什麼？」

助人者 (A)：「我入了這行 20 年，怎會不明白你？」

助人者 (B)：「我同你一樣都是喪偶的，難道我不明白嗎？」

助人者 (C)：「我比你更明白你自己，你相信我的專業就行了！」

助人者 (D)：「你不用多講，我已明白你，因為我是哀傷支援的專家。」

助人者 (E)：「若我真的沒有能力明白你的內心，你來找我幫助就枉然了！」

家屬：「那麼你明我些什麼？！」

助人者 (A)(B)(C)(D)(E) 說上半天，找上了一千個形容詞，也形容不到這個家屬的複雜情感。助人者們大惑不解，開始懷疑家屬抗拒受助，過度自我防衛，甚或思維混亂。家屬卻失落不已，感到不被明白，倍感孤淒。

故事二：誰是主角？

助人者對一名中年中風病人說：「我們已為你作了最合適的出院安排。」

病人：「這對於我真是最好的嗎？」

助人者 (A)：「我們是真心對你好，所作的決定就不會錯了。」

助人者 (B)：「中風的案例我見得太多了，你不相信我們還可以相信誰呢？」

助人者 (C)：「這是唯一及對你最合適的出院方案，跟從就可以了。」

助人者 (D)：「你要明白！你的能力及選擇範圍其實十分有限，倒不如相信我們的專業意見吧！」

助人者 (E)：「你的提問看來是質疑我的專業權威及誠信。」

病人聽上了半天，原來沒有人打算了解他的所思所感，更沒有人為他詳細講解出院的方案。於是他戰戰兢兢地問：「那麼我的出院方案是什麼？你們可以介紹給我嗎？」

這群助人者心感挫敗，看似「不領情」、「不合作」的病人仍為着出院安排而糾結。他們也有點疲倦，病人則由惶恐轉化為憤怒及敵對。最終離院計劃膠着了。

以上兩則助人片段，讓我反思助人者的修為，並當中對謙遜這素質的體現。

承認自己可能會有錯誤

若我們被冠稱是「家庭治療專家」的時候，會否反問自己「我見過多少家庭？」。縱使曾有一萬個，當下這個也可能是第一萬零一個，每個家庭都是獨特且唯一的，有屬於自己的家庭動力及故事。以往的經驗是作為參考，專業知識是推論的憑據。助人者要虛己，承認自己有可能會出錯，自知局限所在及自覺對人的偏執。從「全知曉」的專家自居，轉化為「不知曉」的態度，積極聆聽，施以同理心及尊重，向案主說：「不如你說多些給我聽，讓我更明白你，好嗎？」

案主是個案的主人

有些助人模式以醫療診斷作主導，助人者以直式的手法溝通，側重臨床診斷、分析及方案，令助人者與被助者處於不對等的關係，有時會失卻顧及人的整全需要。可曾停下來，細看這個主人翁的多方面，例如面對疾病和生活的韌力，前半生的執念，生活上的小智慧呢？尊重及相信案主有自決的能力及權利，他做回自己生命的主人。願助人者能學懂放下「自以為最好」的做法及輔導方案。

沒有答案就是答案

助人者初入行時，常常熱心為問題尋找答案，為案主提供答案。年資久了，更不甘心自己找不上答案。這可能是性格單純，仍相信每事也會有答案，但亦可能是專業上的傲慢，相信自己就是創造答案及終極答案的解說者。當謙卑俯首下來，仰望長空，我們自感未能掌握全部，甚至連釐清問題也未能做到。特別是對人的苦難及不幸遭遇，我選擇了默言無語，陪伴在側。其實，沒有答案，也是答案。

適時轉介

選擇哪個輔導學派的輔導員最好呢？合適你的就是好的。加上，當有一天他已不能讓你在輔導中獲益時，他會妥善安排終結輔導的關係，並作出轉介。

助人者相信科學，以實證為本，了解人的心理及行為有其軌跡，因而作出有效的評估及判斷。然而，助人者的素質也是助人工作過程的關鍵因素，我們相信「謙遜」是每一個助人者需要具備的條件，也是生命中重要的學習課題。助人者可以透過自我反思、接受督導、持續進修、案主回饋的過程中培養謙遜。

「謙遜」綻放的芬芳成為心靈療癒的最佳拍檔。雅

活出謙卑

耶和華上帝對人的心意

凌銳輝



「敗壞之先，人心驕傲；要得尊榮，先有謙卑。」箴言 18:12 (和合本修訂版)

聖經十分強調人必需有一顆謙卑的心態和表現。「謙卑」二字，在全本新舊約聖經中一共出現了 35 次^(註一)，其中多次提及謙卑的人必得到耶和華上帝的保守、扶持與賜福，甚至耶和華上帝使他高升。以上所提及的《箴言》18:12 更說明了，在生活裏，行事為人存有謙卑的心態和表現是很重要的。當人要得到尊榮，他必須先有謙卑的心態和表現，而尊榮也有得到高升的意思；相反，當人充滿驕傲，他的人格以及他所做的事情，便會逐漸敗壞，甚至滅亡。

只是，我們要留心：「我們表現謙卑的同時，是否實實在在有這心態呢？」

因為，謙卑的表現可以只是一種經過修飾之後出現的行為。它含有討巧的意味，是壓制個性健康發展的隱形殺手。在現實生活中，由於錯綜複雜的人際交往和形形色

色的利益爭競，謙卑有時成了保護自己的一種有效方式，令人從中獲得好處。一個人在您面前戰戰兢兢、低眉順眼、小心翼翼地與您交談，總比一個人居高臨下、頤指氣使甚至飛揚跋扈地與您交談要舒服得多。只是，這種表現未必一定是謙卑，它可能只是一種偽裝的

表現。若一個人的心裏不是真正地謙卑，而只是表面一套，背後一套，他只是一個偽君子或假冒為善的人。「假冒為善的人」，正是主耶穌在世上時十分憎惡的人，就如主耶穌在以下一段聖經中所說的：

馬太福音 23:23-33：「²³你們這假冒為善的文士和法利賽人有禍了！因為你們將薄荷、茴香、芹菜獻上十分之一，那律法上更重的事，就是公義、憐憫、信實，反倒不行了。這更重的是你們當行的；那也是不可不行的。²⁴你們這瞎眼領路的，蠅蟲你們就濾出來，駱駝你們倒吞下去。²⁵你們這假冒為善的文士和法利賽人有禍了！因為你們洗淨杯盤的外面，裏面卻盛滿了勒索和放蕩。²⁶你這瞎眼的法利賽人，先洗淨杯盤的裏面，好叫外面也乾淨了。²⁷你們這假冒為善的文士和法利賽人有禍了！因為你們好像粉飾的墳墓，外面好看，裏面卻裝滿了死人的骨頭和一切的污穢。²⁸你們也是如此，在人前，外面顯出公義來，裏面卻裝滿了假善和不法的事。²⁹你們這假冒為善的文士和法利賽人有禍了！因為你們建造先知的墳，修飾義人的墓，說：³⁰『若是我們在我們祖宗的時候，必不和他們同流先知的血。』³¹這就是你們自己證明是殺害先知者的子孫了。³²你們去充滿你們祖宗的惡貫吧！³³你們這些蛇類、毒蛇之種啊，怎能逃脫地獄的刑罰呢？」

主耶穌在這段聖經，義正詞嚴地責備法利賽人是「假冒為善的人」，甚至形容他們是「粉飾的墳墓」、裏外不一。他們所作的，正是剛才所說過的「表面一套，背後卻是另一套」；而且，他們不能逃脫耶和華上帝對他們的刑罰！

一個實在活出謙卑心態的人，是認識到自己的卑微，不管他外在條件多好，心裏從不自我膨脹。若不是靠着耶和華上帝的恩典，他知道自己沒有甚麼可誇之處，甚或，他知道自己是一個需要耶和華上帝恩典的罪人。就如主耶穌在以下一段經文所講的比喻所提及的：

路加福音 18:9-14：「⁹耶穌向那些自以為義而藐視別人的人講了這比喻：¹⁰『有兩個人上聖殿去禱告，一個是法利賽人，一個是稅吏。¹¹法利賽人獨自站着，自言自語地禱告說：「神啊，我感謝你，我不像別人勒索、不義、姦淫，也不像這個稅吏。¹²我每週禁食兩次，凡我所得的都獻上十分之一。』¹³那稅吏遠遠地站着，連舉目望天也不敢，只捶着胸，說：「神啊，開恩可憐我這個罪人！」¹⁴我告訴你們，這人回家去比那人倒算為義了。因為凡自高的，必降為卑；自甘卑微的，必升為高。』」

世界的價值觀告訴我們「人該向上爬、爭取高位」，或許這也是一般人心裏所渴求的。只是，當人只顧向上爬，也容易會變得輕看別人、貶低別人，這人在耶和華上帝的眼中，便是一個自高的人；相反，耶和華上帝喜悅人知道自己的限制，正視自己的錯誤，謙卑度日。

耶和華上帝在《彌迦書》6:8 告訴我們：「世人哪，耶和華已指示你何為善。他向你所要的是甚麼呢？只要你行公義，好憐憫，存謙卑的心，與你的神同行。」耶和華上帝看為美、看為好的事情，最主要的不是我們為祂做些甚麼事情，而是我們是否存一顆謙卑的心，與祂同行。當我們能夠謙卑地與耶和華上帝同行，就不會自視過高，也不會輕看自己，專心學效耶和華上帝，行公義，好憐憫。【雅】

註一：這 35 次是：利未記 26:41；約伯記 22:29；詩篇 10:17；22:26；25:9；34:2；37:11；45:4；69:32；76:8-9；113:6；147:6；149:4；箴言 3:34；15:33；16:19；18:12；22:4；以賽亞書 11:4；29:19；32:7；57:17；61:1；阿摩司書 2:7；彌迦書 6:8；西番雅書 2:3；馬太福音 11:29；18:4；使徒行傳 20:19；哥林多後書 10:1；腓立比書 2:3；哥羅西書 2:23；雅各書 4:6；彼得前書 4:8；5:5

雅麗氏何妙齡那打素慈善基金會董事 ——王家輝牧師

訪問：李鳳琴
文：周雪惠



王家輝牧師



王牧師在本會 135 週年活動——
聖經信息分享中，擔任講員分
享詩篇一百零三篇 1-5



王牧師出席雅麗氏何妙齡那打素慈善基金會
135 週年感恩崇拜，擔任主禮。

我們本期走進鄰近太子花墟的馬禮遜紀念會所，那是中華基督教會香港區會總辦事處，訪問本會董事王家輝牧師 (Rev. Ray K.F. WONG)。王牧師現任中華基督教會香港區會總幹事、香港基督教協進會常務委員會主席、香港中文大學崇基學院神學院教牧事工部榮譽主任。自 2017 年起，王牧師代表香港基督教協進會出任本會董事至今。今天我們到訪一聚，把握機會跟這位年青實幹的教牧領袖談談他在事奉上的成長、參與本會院牧事工發展的領受，也分享對疫下復常的社會現況與需要的看法。

與那打素的淵緣

王牧師代表香港基督教協進會參與雅麗氏何妙齡那打素慈善基金會董事會的工作超過五年，表示過去到現在所擔任的每個崗位，其角色跟事工參與都有相關性。他談到事奉上與那打素的淵源，由般含道中華基督教會合一堂（前身為：華人自理會、道濟會堂）和倫敦傳道會說起，提說到英華女學校、般含道合一堂與舊那打素醫院乃「同根」於倫敦傳道會。聽王牧師重述舊院與中華基督教會的背景，彷彿帶我們重溫昔日先賢在香港留下的佳美腳踪——倫敦傳道會在香港早期對華人學生提供的牧養、教育及醫療是三軌並行的關懷事工，散發基督關懷全人的馨香。

成長與事奉

談成長與事奉，王牧師徐徐說起從小跟外婆上教會，由於家住教會附近，且自小就讀於教會學校，小時候經常跟同學於週末到教會參與活動，在基督信仰的氛圍下成長。由升學到事奉方向的尋問，王牧師感激當年有屬靈長輩的同行和勸導，雖然各人處於不同的人生階段，但同樣面對信仰與生活上的疑問與掙扎，在主內真誠交流互相扶持，建立他一步步地成長並倚靠上帝走過不同的信仰階段。問他年青時有否對信仰反叛？王牧師泰然分享，面對成長的挑戰，在理性上可以處理到，掙扎的是「上帝的時間」和學習等待的過程，他視為鍛練。

人生首個轉捩點是在外婆患急病離世，對他帶來重大衝擊，他感悟「生命短暫，人生壽數不在掌握，加上看見教會的需要，要把握時間為神工作，於是決定報讀神學。」進一步堅固其牧職志向。

今年是他踏上牧職生涯第廿八年頭，他回首在神學院畢業三年後按立為中華基督教會香港區會牧師，一直參與區會教會的牧職工作，曾於中華基督教會合一堂九龍堂、合一堂北角堂及梁發紀念禮拜堂牧會。後來在 2015 年至 2021 年返回神學院母校擔任教牧事工部主任、校牧兼實踐教育主任之職。直到 2021 年 9 月，他的事奉跑道由牧養教會、參與神學教育轉而擔任區會總幹事，在不同崗位上繼續帶領和牧養信徒群體。如今上任區會總幹事一職有年半，他坦言仍處於探索的階段，加上自 2020 年以來的三年疫情，教會普遍面對教牧退休潮和移民潮，屬非常時期，充滿挑戰。王牧師細訴其牧職生涯的轉捩點，由按牧到出任總幹事一職，都遇上本地移民潮，他謙稱可能因自己累積了一定的牧會經驗，加上留駐此地，在眾長執的引證和推選之下，他回應服事的機會，跟從上帝的帶領，迎上一個又一個的挑戰，走過一段又一段的事奉路。

滙流成河的服務 微小力量成大事

在堂會牧職多年，他體會教會在基督裏的「合一精神」，聯合眾力量去見證服事神是教會使命實踐的基石。面對



王牧師接受本刊李博士的訪問

疫下復常，本着彼此分享並尋求共同夥伴，一起實踐上帝託付給教會及信徒群體的使命。王牧師道：「大家一齊去做，一起貢獻，集合微小力量，可成大事。」疫情持續，社交隔離措施和經濟受挫對人的心靈和情緒健康的影響值得關注、不容忽視。留意到許多人在疫情下因隔離而沒法得到心靈支援，整體的健康狀態變得很差，當中以長者或居於安老院的長者更甚。教會關懷長者方面可以多行一步，重建他們在身、心、社、靈各方面的健康，大家互相分享，分擔憂慮，能紓解壓力和焦慮。

對於院牧事工當前與未來的發展，他表示醫療管理層認同關顧全人（身、心、社、靈）的重要，而院牧服務能夠回應和關顧病人在靈性上的需要。於疫情期間，醫院暫停探病，雖然藉着科技運用網上視像平台連繫病人、家人和院牧，卻始終不及見面接觸般實在。院牧部汲取了經驗，在疫情此起彼伏之間爭取在「夾縫」中服事的機會，接觸與關懷病人和家屬。院牧團隊運用巧思，借助不同的方式、媒體與渠道，突破距離限制，利用通訊軟件聯繫人與人，推出網上視像午間崇拜、直播禱告會和心靈廣播等，於去年聖誕推出實體的午間心靈音樂分享會，有助病者在住院期間獲得適切的心靈關顧與支援。

並肩服事 心靈關顧與支援

作為醫護團隊的夥伴，院牧團隊在病房內關顧病人與家人，與前線人員是協作關係，大家互相配搭。在繁忙的病房內，院牧的服事以心靈關顧角度切入，聆聽傾訴，陪伴住院病人，支援他們的心靈需要。另一方面，將在今個春季及暑假重新開展臨床牧關教育（CPE）課程，恢復訓練。面對督導人手的短缺，當前任務是要加強培訓牧關人才，需要投放資源，重啟培訓事工。

如今社會各界期待復常，期望 2023 年更美好。世界是向前走的，復常並非指恢復疫情前的狀態，而是進入新常態，舉例如網上會議之普及使用，對各行業帶來便捷，省去舟車往返的時間，提升會議工作的效率。在教會事奉上，如今要牧養移居海外的信徒並非不可能，教會透過網上平台與他們保持聯繫，可見疫情加促了網絡會議平台的應用和發展，對堂會的牧養方式起了翻天覆地的改變。

訪問在一月時，香港的復常步伐進展漸見明朗，我們還談到終有一天卸下口罩時，各人要適應以「真面目」示人……要適應，而三幾歲的小子自出生起便與口罩為伴，面對的適應更大。

謙卑是不要忽略微小的人

回到本期「謙遜」主題，王牧師說耶穌給我們作了最佳的榜樣。他再舉例分享聖經中有位乃縵將軍患上麻瘋，家中小女僕是以色列人，通知她的主人有關先知以利沙能醫病。乃縵其後到約旦河沐浴得醫治，而這小女僕的名字在聖經中不被記載，卻成為乃縵得醫治的關鍵人物。所以，不要忽略微小的人。生活上，王牧師喜愛與莘莘學子交談，從對談分享裏往往體會他們有一份單純的心，尋求真誠實在的同行。要與世代同行，常保有一份單純和真誠的心，正如耶穌教訓眾人「要回轉像小孩」。

教會多走一步的長者牧關

在近年移民潮下，出現「遺老」在港、兒孫在海外的情況，在教會中也有為數不少是遺老長者。王牧師進一步分享，教會在這方面可以多行一步，關注長者的身心靈健康，照顧他們在晚年活得有尊嚴，被重視，這也是謙卑服事的一種。在疫情第五波時，許多長者除了面對染疫威脅，還因着社交距離措施令其日常活動和社交生活大受影響，導致不少健康問題。而實體聚會的恢復則有助長者重建社交生活，大大改善其情緒健康。

減壓之王道

訪問尾聲，也不忘追問王牧師的減壓之道，事關牧師公務繁重，如何為身、心、社、靈的健康取得平衡卻又十分重要。王牧師表示踏入牧職前已有心理準備，如今坦然面對目前的生活節奏：週一至五忙於區會和聯繫的工作，週六多數出席區會學校活動，週日會在教會證道，由星期一到日都是行程緊密。然而，他自己建立了一套規律，習慣一早回到辦公室先安靜及整理當天的日程安排，為弟兄姐妹禱告，有個多小時的安靜，親近主。他更分享一個小秘密——出差是休息「充電」的好時候，在會議與行程之間，會有獨處的時間，正好是休息與反思的空間。他提到上回到德國開會後，在回程前確診 COVID，需在當地逗留兩週隔離，於是就把握着等待期間，親近主，重新得力。^雅



王牧師（右一）與本會董事和嘉賓一起出席雅麗氏何妙齡那打素慈善基金會 135 週年感恩崇拜並主持「感恩獻呈」儀式

專訪 新界東醫院聯網護理總經理 ——何沛儀女士

訪問：李鳳琴
文：傅音客



新界東醫院聯網護理總經理
何沛儀女士



(左一) 何沛儀女士出席 135 週年「那打素之夜聯歡晚宴」，
與大埔那打素醫院歷任與現任護理總經理合照

___ 月下旬我們到威爾斯親王醫院專訪新界東醫院聯網護理總經理何沛儀女士 (Ms Becky HO)。Ms. Ho 回顧個人的護理生涯，她形容是上天奇妙的安排。中學畢業後她的志願是成為一位老師，卻因陪同同學去參加學護面試而走上護理之路。

奇妙的護理生涯

畢業後，她在新界東醫院聯網的服務旅途也頗為迂迴曲折，由於每次都樂於跟從醫院的調派，所以涉獵的工作範疇多不勝數，臨床方面包括手術室、婦產科、內科及骨科。而非臨床亦有中央護理部、風險管理、病人聯絡等工作。面對不停地調派往各種工作崗位，她曾否感到不開心或害怕呢？Ms Ho 笑着回答不知是否骨子裏有點「異於常人」，是以每次能嘗試新崗位的挑戰時都是雀躍萬分，甚至感到興奮刺激。她認為雖然是一位護士，卻能涉獵多元化的工作，護理生涯真是多姿多彩。縱使間中面對非護理專業的範疇，需要多點時間學習掌握，但亦可增加識見，激活思維。而過程中她特別要感謝一眾上司對她的教導、包容及信任。Ms. Ho 年青時做其低調快活的前線護士，默默地照顧病人，其後作為風險管理經理，她利用可行的方案去提升服務質素及病人安全，例如她當年曾參與建立醫管局的 Advance Incident Reporting System, Barcode Scanning System 及 Sentinel Event Policy。而曾經擔任病人聯絡主任，這寶貴難忘的經驗教懂她如何從醫護人員走向病人角度，真正明白他們的需要。如今她累積了護理管理的經驗，希望為護理有所作為，素位而行，更能充分地實踐護理的目標和理想。

服務「新界東」心路歷程

共事多年，Ms Ho 有感新界東最難能可貴之處就是七

間醫院猶如一個大家庭，四位護理總經理和各院同事和諧共處，在護理方面真的可以發揮互相支持，互助互勉的精神。這偉大情操在危急或危機時尤其發揮得淋漓盡致。例如在對抗嚴峻的新冠疫情或減低病人在急症室等候入院時間 (Access Block) 的挑戰上，骨科、外科、兒科、耳鼻喉科，婦產科、腫瘤科、私家病房等等都協助接收內科病人，復康醫院也努力接收急症醫院的病人，而不同部門亦自願調配人手到其他部門支援，例如社區外展隊同事也自發到病房幫手照顧病人。人生無常、世事難料，回憶近年當要面對重大考驗時，Ms Ho 非常感恩身邊有一班好同事伙伴樂意分擔職務，默默支援，一切都是上天美好的安排。

聯網區情 服務展望

眾所周知，與日俱增的服務需求帶給醫療服務嚴峻的考驗。新界東尤其面對長者人口急劇增加，加上慢性疾病年輕化趨勢上升，因而造成沉重的護理服務需求，需要各項策略靈活籌謀。

1. 智慧型醫療：透過新服務模式改善醫療成效，如遠程醫療 (Telemedicine) 及遠程護理 (Telecare)。運用先進科技如資訊、數碼儀器和人工智能去提升營運效率，但 Ms Ho 強調倚賴高超技術 (High Tech) 之餘，也必須落實貼近病人 (High Touch)，毋忘對病友心靈或精神上的照護。

2. 重整服務模式：開拓多元護理方案以減輕醫護人員的工作壓力，包括推行專科門診以外的醫療選項，以及發展不同公私營協作、日間醫療護理、社區為本、醫社合作等計劃。只有協助病人回歸社區，同時提升他們自我照顧的能力，才可以減緩不斷上升的病床需求。
3. 提升醫院服務量：透過「10年醫院發展計劃」，北區醫院和威爾斯親王醫院正值拓展，建設現代化的醫療設施及提升病床數量。所以現時已積極計劃所需護士人手及專科培訓。

關顧前線 提升士氣

三年的抗疫幾經艱苦，至近日方始復常。Ms Ho 感激全體同事一直恪守崗位，日以繼夜謹守前線為民康健而努力。她表示心痛同事辛勞和染病，期望復常後可以有更多的安排去關顧前線員工的全人健康（身、心、社、靈），例如可組織各種員工活動或鼓勵他們放假外遊。亦會積極推行各種關懷員工措施，鼓勵互相溝通，加強員工關係。

Ms Ho 尤其重視關顧文化，所以每年都邀請同事分享與病人或同事間的感人經歷，部份精彩的故事被選在「新界東聯網關顧故壇」現場與其他同事分享，另外亦有部份故事刊載於《新界東聯網關顧故壇文集》，這是 Ms Ho 及聯網每年的一大盛事，亦是同事的心靈加油站，表揚及不斷鞏固關愛文化。

除此之外，聯網現時亦積極推行與關顧員工相關的工作，例如各項智能計劃 (smart projects) 減省程序和文書工作以便利員工。另外亦強化員工培訓和發展，協助提供各專科範疇的最新知識和技能，令員工能勝任職務及享受其中樂趣，亦提升職業前景以回饋同事的辛勞。Ms Ho 希望上述種種措施能令全體護理同事各展所長、共創績效，惠民康健，而同事所得的滿足感亦可催化積極愉悅的團隊和工作氛圍。

謙遜受用 以人為重

Ms Ho 十分認同「謙受益、滿招損」。她坦言個人辦事作風硬朗，非常重視病人需要、追求護理績效和服務質素，因此往往會擇善固執，難免間有措辭嚴厲，自言談不上是「謙虛」的典範。但她常常銘記尊重同事、聆聽大家的心聲，共信互諒，是可以幫助解決問題，逆境共存及共渡時艱。她舉例每年的護理人力規劃會議，她會帶同中央護理部同事代表到各醫院和各部門的員工會面，除了部門運作經理及病房管理外，更邀請前線員工出席，坦誠交流人手規劃的背景、困難與挑戰，透過溝通促進彼此互信互諒。Ms. Ho 深明前線人手緊張倍增工作壓力，為吸引及挽留人才，優化員工招聘及聘任安排事在必行。因此，聯網中央護理部同事費盡心力，安排緊密的招聘面試，亦會出動到各地區街站，衝出新界東去延攬人才；近期更衝出香港，接受現時身處外地的舊同事作視像面試，讓他們在回港前可確定受聘情況，安心



Ms. Ho (前排左三) 與中央護理部同事
一起推廣齊打流感疫苗

回港在新界東聯網工作。

她認為護理人員日常工作及溝通同樣需要「謙遜」(Humility)，因為過度自滿會使人獨行獨斷、固步自封。大家應時刻保持謙遜的心，在面對忙碌的工作時能真切關懷、耐心聆聽、虛心服務，了解和滿足病人的全人健康（身、心、社、靈）的需要，「以人為本」(People-Centred Care)，為病人多行一步。舉例在每年的 QOCP (Quality of Care Project)，同事為病人推出別出心裁的創意計劃，例如設計尿袋褲令病人更有尊嚴地融入社區生活等，所有的建議都令 Ms Ho 感動不已。難怪在這數年間新界東聯網每年都有護士同事或團隊得到醫管局傑出團隊及員工大獎，大家的努力都得到各方認同。

張弛有道 潤澤全人

Ms. Ho 位及聯網護理總經理，事務繁重、身心勞累難以言喻。Ms Ho 分享面對難題或紓壓的方法是「公私分明」——懂得放工後放下，抽離工作。她最愛品嚐各種美食，亦喜歡看電影或趁假期出埠外遊。近年因疫情所困，更懂得珍惜屬於自己的時間 (me time)，看戲逛街、參觀展覽、簡單在家中休息或享受短期的 Staycation 都是輕鬆一樂也。

訪談中，Ms Ho 分享她對未來的期望：希望新界東聯網繼續保持高質素護理服務，關愛文化繼續在聯網蔓延，更重要是希望培育後進承傳。筆者深有同感，行健致遠需要有心人秉持「與民攜手、保健安康；以人為先、專業為本；敬業樂業、群策群力」的核心價值，擔起保健安康的使命，方能在任何困境中尋求出路，堅毅地邁向「市民健康、員工開心、大眾信賴」的願景。雅



Ms. Ho 享受 staycation 的寧靜空間，
讓身心靈休息與沉澱

兒科 小醫護



資料提供：陳淑嫻
整理：李鳳琴

孩童若生病要住院，與親人分離並處身於陌生的病房環境中，會容易焦慮，總是哭哭啼啼鬧着要回家。

雅麗氏何妙齡那打素醫院的醫療人員本着矜憫之懷，全面地關懷病童在身、心、社、靈方面的需要。回顧大埔那打素醫院開院初期，當時的部門運作經理及病房經理為減低病童的焦慮，在兒科病房設有遊戲區、玩具館和圖書館。為安全起見，遊戲區的牆身及地下設有軟墊，內有小型滑梯和大型玩具車，小朋友最愛化身「小司機」坐在玩具車上。至於玩具館的玩具是以照片方式展示，小朋友每日可以從相簿中挑選兩件玩具，然後將表格交給健康服務助理，助理每天下午便會派發玩具給他們玩耍。病房另設有圖書館，不但有嬰幼兒至青少年期的圖書，還有親職教育等書籍供爸媽選擇借閱。此外，為鼓勵病童進食，給病童進餐的飯盤也很別緻，當吃完所有

飯菜後，就會看見盤子裏可愛的小雞繪畫。

不得不提，大埔那打素醫院兒科還有一項貼心的安排，當時的部門運作經理特意請專人設計了一批小熊圍裙，有成人和小童尺碼，護士和病童穿上同一款式的小熊圍裙，不但能夠減低病童住院的焦慮，更能和醫護打成一片，病童會在病房內模仿醫護工作，與護士一起跟醫生巡房。回想他們用小手拿着聽診器為醫生檢查肺部、拿着自己的X光片指指點點「扮醫生」的情景，實在十分可愛。縱使他們處於患病中，每天卻天真爛漫、忙過不停地扮演醫護人員，忘記了病痛，醫生和護士們從而在忙碌的工作中找到意義和滿足感。

不知道那些病童有誰長大後已當上醫生或護士呢？**雅**



護士們穿上圍裙重溫兒科昔日



在遊戲區的部門合照



不同尺碼的小熊圍裙供住院小孩穿上



做人放下身段 做事不擇手段

做人 and 氣，做事充滿霸氣的
60 種人性算術

作者：王國華
出版社：種籽文化

NICHE

《**做**人放下身段，做事不擇手段：做人 and 氣，做事充滿霸氣的 60 種人性算術》是一本從正面角度教人做人處事的書籍。

「做人放下身段」，指的是做人應該收起不必要的傲氣和怒氣，要以客氣與和氣跟他人相處。「每個人身上都會有值得自己學習的地方。只有謙虛一點，放下身段，虛心向別人學習，別人才會樂意將更多的知識、技能和方法告訴我們，我們也才可能成長得更快。」、「花要半開，酒要半醉。」、「鋒芒畢露，等於幫別人找到一個攻擊自己的藉口。」這些都是在書中提到，教人如何可以放下身段的訣竅。

而「做事不擇手段」，意思是人在做事時，需要有心計和霸氣。請不要誤會，作者想要分享的心計和霸氣，並不是那種為達到目的而無所不用其極地耍出奸詐手段。而

是應用人性算術把人際關係處理好，然後把事情做好。「做自己最有能力做的事，才能事半功倍。」、「背後讚美別人，比直接讚美別人的效果好。」、「真正聰明的人，往往都懂得將聰明藏起來。」這是書中一些關於做事手段及人性算術的分享。

為了幫助讀者更理解「做人放下身段，做事不擇手段」的哲理，作者在書中引述了多個成功人士因為「做人放下身段，做事不擇手段」的成功例子和多個生活實例。當中晏子車夫「虛心使人進步，驕傲使人落後」的故事、日本松下電器公司的松下幸之助講求「客套」而贏得一班毫無怨言地為他盡心盡力的員工的成功之道，以及巴菲特「見好就收」的處事智慧，如何幫助他避開一場股票崩盤，都是很有力的實證。證明做人只要肯放下身段，做事只要能運用正確的手段，生活便會輕鬆自在，處事更加事半功倍。**雅**



雅麗氏何妙齡那打素慈善基金會及 雅麗氏何妙齡那打素醫院 135週年暨遷院大埔25週年 「那打素之夜聯歡晚宴」



主禮嘉賓參與亮燈儀式，祝願
那打素繼續發光發亮

慈善基金會董事局及醫院管治
委員會主席李國謙先生致辭



2023年2月16日晚上，800多名嘉賓與員工齊聚尖沙咀煌府，參加「那打素之夜聯歡晚宴」，慶祝雅麗氏何妙齡那打素慈善基金會及雅麗氏何妙齡那打素醫院135週年暨遷院大埔25週年。

承蒙社會福利署署長李佩詩女士、醫院管理局主席范鴻齡先生、醫院管理局行政總裁高拔陞醫生及醫院管理局新界東聯網總監鍾健禮醫生蒞臨主禮，與慈善基金會董事局暨醫院管治委員會主席李國謙先生、醫院行政總監

冼藝泉醫生及其他慈善基金會董事一起主持切餅及亮燈儀式，祝願那打素繼續發光發亮，以愛服侍，使服務使用者得到溫暖和盼望。

全場70席賓客展露久違的笑臉，歡笑聲不絕，相機的閃光燈也此起彼落，再加上醫院管治委員會成員盧偉國博士的琵琶演奏、香港中文大學合唱團演繹四部和聲版本的院歌《矜憫為懷》，以及新界東醫院聯網義工鄭國治先生和方嘉恩小姐的鋼琴獨奏，讓來賓共享難忘的「那打素之夜」。



遷院大埔後的五任醫院
行政總監雲集一堂



主禮嘉賓主持切餅儀式



盧偉國博士



香港中文大學合唱團



方嘉恩小姐



鄭國治先生

表演嘉賓各施所長，為來賓帶來悠揚樂韻



慈善基金會董事與醫院管治委員會成員一起舉杯祝酒，祝賀那打素生辰快樂



更多相片和花絮，請瀏覽 <https://www.nethersole.org.hk/photo-gallery/>

2023/2024 年度員工福利活動 ★ ♥

本會自 1999 年起，每年均撥款舉辦各項員工福利活動，關注各同事的身心健康。董事局今年繼續撥款，增加資助項目至 8 項員工福利活動，包括新增的彈床樂園通行證、自助晚餐優惠、按摩套餐及海洋公園水上樂園門票。今年度各項活動申請期將由 4 月 3 日至 21 日，詳情請瀏覽 <https://www.nethersole.org.hk> 及電郵公布。

媒體報導

那打素 NICHE 學院 疫情下支援醫護人員身心



疫情期間，那打素全人健康持續進修學院 (NICHE) 透過電子媒體、網上研討會支援醫護人員，還有網上課程，讓他們在疫情及社交隔離的情況下有進修的機會，亦可舒解心情，提升抗逆力，面對困難和挑戰。

全文內容：<https://bit.ly/3kyQ9Vf>



NICHE 伙伴計劃

推廣 暨 招募日

NICHE 伙伴計劃 (NNC) 自 2022 年開始推行，對象是雅麗氏何妙齡那打素醫院、大埔醫院和雅麗氏何妙齡那打素慈善基金會同事。為方便同事，學院一般在醫院裏舉辦 NNC 午間一小時的「快閃」短聚，參與者先享用午膳，之後半小時相聚分享，每次都設有不同的主題活動，讓 NNC 伙伴在繁忙的工作生活中，暫時放下重擔，為身、心、社、靈注入動力。

今年二月初，NICHE 伙伴計劃再度招募院內同事，學院一連兩天 (2023 年 2 月 9、10 日) 的中午時段於雅麗氏何妙齡那打素醫院 (AHNH) 和大埔醫院 (TPH) 的職員餐廳外設置推廣及招募站，向途經同事派發 NNC 單張及心意包，並向他們介紹學院，邀請他們加入 NNC。今次的心意包內附有學院同工悉心製作的迷你心形擴香石，期望怡人的清香伴隨醫院同事，寄意 NICHE 將祝

福送給每一位，並作同事們的伙伴。

學院於這兩天一共接觸了八百多位同事，而且有不少同事於現場提交申請，即獲贈 NICHE 為他們特別預備的心意環保袋。NICHE 伙伴計劃的招募工作即將進入另一階段，於三月份安排與申請者會面分享，期望大家在那打素大家庭，不僅能投入工作，也建立伙伴同行的支持網絡。雅



設於雅麗氏何妙齡那打素醫院的 NNC 招募站，有 NNC 伙伴參與，向途經同事派發心意包及介紹單張



設於大埔醫院的 NNC 招募站



學院同工於招募日當天即時捕捉途經的行政同事 Amy 及保安同事 Mable 合照



即場申請的同事，獲贈心意環保袋一個



NNC 心意包內特別附送「心形擴香石」散發怡人香氣

學院誠意推介NICHE伙伴計劃給大家，請齊來參與，並領取我們為大家精心預備的小禮物包！

日期	時間	地點
2023年2月9日 (四)	下午12:30 至 2:30	AHNH 職員餐廳 對出位置
2023年2月10日 (五)		TPH 職員餐廳 入口位置

Network of NICHE 伙伴計劃 Companions

NETHERSOLE INSTITUTE OF CONTINUING HOLISTIC HEALTH EDUCATION

NICHE 伙伴計劃 新一期招募開展！



病人讚賞檔案撮錄

二〇二二年十月至十二月

病人
聯絡部



獲讚賞人員

所屬部門

讚賞內容

張雪晴醫生及
E6 病房各醫護
人員

內科

致 E6 病房主管及各位醫護人員：

本人 10 月 6 日清晨，因發燒到急症室求醫，後轉到 E6 病房繼續治療。在病房期間，得到醫護人員悉心醫治，發燒好快退了，並在 10 月 8 日傍晚出院。治療我的主診醫生張雪晴、各輪更護士及醫護團隊每一位員工都很有愛心、態度良好，我衷心感謝他們給我的醫治和照顧！祝願每位醫護團隊人員工作愉快！身體健康！

黃姑娘

矯型及創傷
(骨) 外科

親愛的黃姑娘：

今次我做置換髖關節手術，自起初你幫我安排易達巴士服務、抽血等，但突然要取消手術，繼而峰迴路轉，手術又可以如期進行，全賴你幫忙，才能順利完成。後來還可以轉到中大醫院療養，十分感恩。謹祝你和家人身體健康，工作愉快，事事順利。All the best！

EG 病房各醫護
人員

精神科

給 EG 病房的信：

來到 EG 病房的日子，我感受到姑娘的關心，姐姐的呵護，還認識了很多有趣的伙伴們！在 EG，我學會了管控自己的情緒，感謝教導！

希望來到這裏的院友們日子過得越來越好，不用再進任何醫院，也祝你們一直健康，無論是身體還是精神也要健康！即使大家有很大的壓力和困難，不要怕！向姑娘和醫生傾訴，不要埋藏在心裏，對自己不好！加油！你最棒了！做得到的！

在此感謝幫助過、關心過我和其他院友的醫生、姑娘和姐姐們！

呂 Sir

物理治療部

呂 Sir,

我的右膝蓋已漸漸康復，但仍有痛和不舒服，希望能快快好起來。這要謝謝你的治療和教導，否則我不會如此快有好結果，感恩！不過，我有少少患上恐懼（傷患後遺症），常常上落行路都驚呢！希望早日正常。祝福身體健康！聖誕快樂！

梁姑娘、彭姑娘、
雷姑娘和劉姑娘

社區外展服務部

致大埔外展服務團隊梁姑娘、彭姑娘、雷姑娘和劉姑娘：

經過你們的專業及無私的治療，我的皮膚終於可以健康起來，感謝同仁多個月來的照顧。感恩有你！謝謝你們的付出！^雅

*編者按：為保留筆者的內容原意，本刊除修改錯字外，將原文照錄。

心靈格言

勇敢而謙虛、謹慎，
這是美德。(芬倫)



凡事不可結黨，
不可貪圖虛浮的榮耀；
只要存心謙卑，
各人看別人比自己強。
(聖經·腓立比書)



世人哪，耶和華已指示你何為善。
他向你所要的是甚麼呢？
只要你行公義，好憐憫，
存謙卑的心，與你的神同行。
(聖經·彌迦書)



敬畏耶和華是智慧的訓誨；
尊榮以前，必有謙卑。
(聖經·箴言)



雅麗氏何妙齡那打素醫院——陳袁麗珍紀念樓

★ 租 金 優 惠 ★



位於大埔雅麗氏何妙齡那打素醫院 K 座大廈「陳袁麗珍紀念樓」，
為合資格的本會和醫院員工提供租住服務，尚餘出租單位如下：

	細單位	大單位
出租單位	7D	5B
實用面積	658 呎	1,020 呎
間格	2 房 2 廳	3 房 2 廳
設備	基本裝修、冷氣機、廚櫃、煤氣爐具、衣櫃等	
首年平均月租 (註 1)	\$11,700	\$13,700

註 1：只供參考，最終以入住月份之金額為準

查詢： 劉小姐 (2689 3814)

索取申請表：本會總辦事處 (那打素醫院 J 座 7 樓 8 室) /
K 座地下保安崗位 / 那打素醫院 A 座 2 樓走廊之告示板