

由實地學習到助人專業

健康管理與社會關懷是高中選修科之一。它最大的特色是提供學習情境，讓學生負起良好公民責任，建立關愛社會。透過實地學習，學生參與或策畫不同形式的學習活動，學習應用有關策略，從而更全面地認識健康與社會關懷的概念，為他們未來投身相關專業作好準備。

畢業生專訪(1) - 全人醫治

問：你認為健康管理與社會關懷科對你修讀醫科有幫助嗎？

答：健康管理與社會關懷科令我明白「全人健康」的重要，醫治病人不是只「看病」，在查問病歷時，除了解病況外，我亦會關注病人的社交需要，以及他們所獲得的支援配套是否適切。課程令我知道醫院屬於第二層的醫療護理，醫療護理還包括基礎醫療護理，而疾病預防是十分重要的。這些知識有助我思考如何在不同層面幫助病人，包括如何做好住院前的疾病預防，以及住院後的復康。

回想我剛到醫院實習，就遇上一個骨折入院的病人。他也是長期病患者。起初只是替他醫治骨折，進一步瞭解後，發現原來病人心中尚有很多憂慮。身型龐大的他擔心出院後，細小的斗室容納不下輪椅，因此他亦需要職業治療師上門協助改善家居呢！健康管理與社會關懷科讓我學會關懷他人，使我記得病人不只是個案，而是一個獨立個體，需要我們由疾病預防至康復，全面照顧他們的需要。

問：要跟病人有效溝通，實地學習的學習經驗對你有所幫助嗎？

答：是的。高中時我的實地學習主要是長者服務。現在我們在醫療服務中時常接觸到長者，同學或會覺得長者難以溝通。我了解他們生活的年代，所用的言語跟我們不同，加上長者聽力較弱，所以與他們溝通時，我們需要說話大聲一點，並使用他們的言語，他們才會明白。實地學習令我掌握跟長者溝通的基本技巧。

問：有沒有讀書心得可以跟學弟妹分享？

答：首先是要對科目有興趣，其次是要多留意與醫療及社會福利有關的新聞，再將課堂所學的理论應用於現實事例之中，以了解為何事情會這樣發生，以及正、反雙方的看法。溫習時需要分清楚有哪些理論概念必須熟讀，有哪些只需要理解已經足夠。必須有系統整理知識，才可應付自如。



譚兆茵

中文大學醫學院



姚爾晴同學在講座中分享經歷

從抗拒到承擔

實地學習經歷分享(1)



姚爾晴 (中文大學社工系)

我曾經認為跟長者相處是一件苦事。由於外婆是智障人士，我從小就要學習遷就和忍耐，跟她慢慢溝通。那時候的我沒有真正諒解她，一切的忍讓都只為表面上滿足她的需要，跟她相處是一件麻煩的苦差。

糊餐考驗

中五那一年，當我們學到人口老化、醫療融資這些課題的時候，老師帶我們體驗長者生活。第一項活動是試食糊餐。糊餐原本是為咀嚼有困難的長者而設，把營養食物攪拌成糊狀。但那賣相實在令我沒有胃口！為了學習，惟有硬著頭皮嘗試。吃下第一口後，我突然害怕年老，怕自己老了以後，可能每一天，每一餐都要吃這些東西。那一刻，我想起外婆。或者，一直以來我覺得照顧她是件苦差，是因為我並沒有好好了解她，代入她的角度，了解她面對的處境和她的想法。



社區行

在那次實地學習活動中，我們也曾模擬行動不便的長者，在社區內行走。我們佩戴貼了膠紙的老花眼鏡和沙包，用拐杖或輪椅在社區走動。我們的行動當然並



不像其他人一樣順利，結果卻換來途人鄙視嫌棄的目光，那眼神極不友善！那一刻，我感受到很大的壓力，心想長者一邊走一邊要兼顧的事很多，難道還要承受這些不必要的目光嗎？大家都沒有想過自己也有年老的一天嗎？如果當自己成為輪椅上那一位的時候，自己又想得到怎樣的對待呢？我慶幸我和同學很快可以卸下「道具」，做回自己。但長者卻不能！這些不是道具，而是他們身體的狀況。他們只能默默承受！

這次體驗令我在學習社會政策的時候，更容易代入長者角度理解政策，亦明白社會不少人視長者為負累，我認為有需要改變社會對長者的看法。因此，我選擇了社工，作為我未來的職業。

中四同學回應

姚爾晴同學的分享令我體會到長者的生活真不容易，只因為走路較慢也會被人歧視。我們也會老去，亦不想被歧視。我們應從關心自己家中的長者做起，多了解他們的需要，減低他們的孤獨感。

在梁創業同學分享的阿星故事中，阿星的工作伙伴因他的種族、膚色及體味跟自己不同而為他改花名、杯葛他。透過實地學習，例如探訪他們、了解他們的居住環境，我們可以更切身處地明白他們的苦處，思考如何打破重重隔閡，令抽象的課題變為具體。(潔心林炳炎中學陳容怡同學)



潔心林炳炎中學學生



梁創業同學在講座中分享經歷

歧視

經歷分享(2)

梁創業 (城大專上學院 社會科學部)

薯條·汽水·隔閡與共融

阿星是一名印度裔的人士，住在舊式大廈五樓的一個單位，狹窄的飯廳僅能放置一張飯桌及數張膠椅子，長長的走廊盡是各式各樣的雜物。

阿星一家月入大概14,000元，扣除了6,000元的租金後，一家四口僅餘8,000多元，不計水、電、煤的日常開支，每個家庭成員連2,000元的生活費用都沒有。我自己每日吃飯的開支大約是109元，每月已經需要3,300元。

為何阿星不能找到更好的工作，改善生活呢？原來阿星曾經被同事改花名，取笑他的體味，甚至利用語言攻擊他，令他感到十分難受，最後因為同事的排擠，令他放棄寫字樓穩定的職業，選擇當個司機，因而影響家庭收入。

當天阿星以薯條和汽水接待我們。身為運動員的我，當天並沒有吃和喝這些別人眼中的「垃圾食物」。現在回想，薯條可能已是他們一家三餐的食品，汽水更是他從微薄收入中掏出來接待客人的飲料。這反思令我心裡難過！我以為香港早已沒有歧視，歧視問題只是少數族裔不願發奮的藉口。聽畢阿星的分享，我心中萌生一個念頭：要為弱勢社群發聲。



畢業生專訪(2) - 以教育扶貧

問：為什麼會修讀教育？

答：記得有一次在健康管理與社會關懷科有關貧窮的選修單元進行的外出探訪，我到了土瓜灣了解劏房戶的生活。這次探訪讓我在了解在職貧窮家庭的景況。我一直深信知識能夠改變命運，如果貧困的學童能接受到高質教育，提升個人競爭力，便可以在社會上向上流動，繼而脫貧，所以我選擇修讀教育。

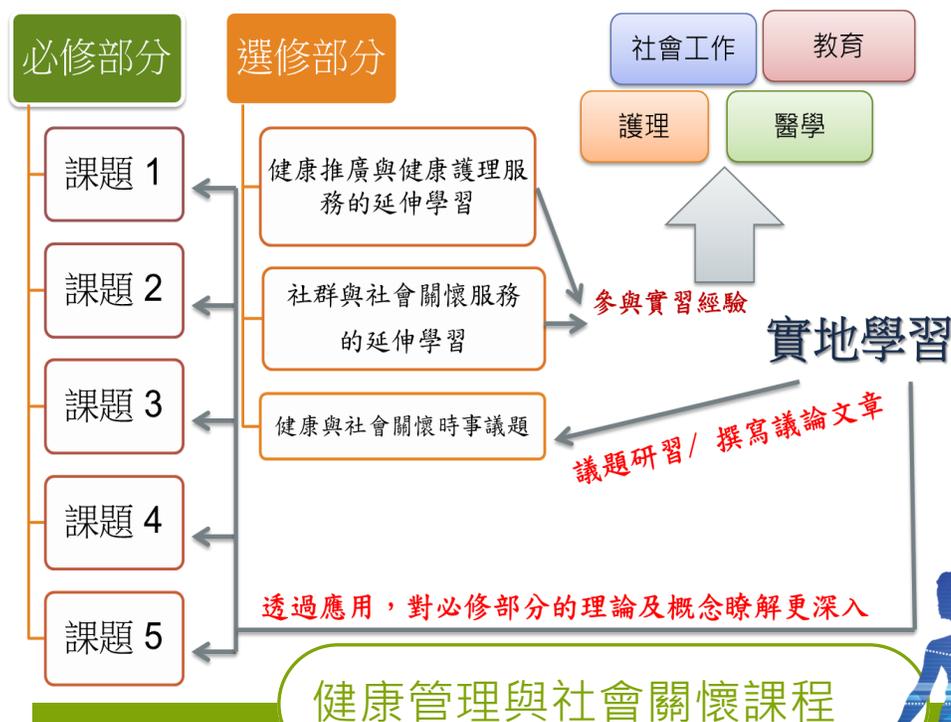


李旭浩

香港大學教育及社會科學系

問：有沒有讀書心得可以跟學弟妹分享？

答：最好的讀書方法是運用概念圖。健康管理與社會關懷科有不少的概念和理論，以概念圖的方法可以把不同單元的概念和理念整合聯繫。在答題時候可以運用跨單元的概念，令答案更具體。另外，健康管理與社會關懷科跟社會息息相關，留意社會上不同議題有助理解概念和理論，可以令答題更仔細，更具說服力。



教育局

課程發展處

科技教育組

查詢：

teched@edb.gov.hk

