



萬事互相效力

陳金英
傳道幹事

自去年11月尾搬進新會址後，不覺已大半年。回想起初搬遷時，既忙碌又興奮，期待搬遷後能有更多的空間發展關懷精神復元人士的事工。然而因我們事奉的群體受到病患的影響，較易產生過激的情緒及行為，令身邊的人及一些教會感到猶疑或卻步，主因是為怕自己或教會應接不暇。而復元人士亦為此而感到被身邊的人及社會歧視和標籤，令他們對人產生恐懼、不安、自我標籤，在人前退縮、隱藏，不能自在的生活。雖然我們希望藉著互助小組幫助他們走出幽谷，但因他們對人失卻信心及受病徵的影響，令我們要接觸他們也不容易。

有一次在團契分享專題，其後有兩位婦女與我分享家人患了精神病，照顧他們時帶來很大的壓力和傷痛，令自己也陷於低谷中引致失眠，甚或需要服食藥物來幫助。她們期望藉著我們的專業知識，能為家人找到出路，這也正正是我們事工的期望。因復元人士的退縮和隱藏，我們要接觸他們並不容易，如果能透過他們身邊的家人、同事、朋友或教會弟兄姊妹的途徑，讓他們認識我們，從而引導他們參與我們的互助小組，建立朋輩關係，有同路人的鼓勵和結伴，一起走這康復之路。

所以在未來的日子，我們希望能與教會、家屬、社區人士等有更多的結連，聯成伙伴關係，幫助那些隱藏的患者走出陰霾。聖經說：萬事都互相

效力，叫愛神的人得益處。我們需要大家將我們關懷精神病康復者的異象和使命傳遞開去，讓有需要的復元人士及其家屬對各種精神病加深認識，透過他們的即極參與，從而得著支援。

照顧復元人士的家屬面對的難處大多是不懂如何與他們相處，因此未來我們會為家屬舉辦公開講座或課程，讓家屬能掌握關懷患病家人的技巧及減低照顧時帶來的壓力。現在我們的家屬組於每次聚會前都先有祈禱時間，為家屬及其患病家人互相守望，讓神成為彼此的力量。假若你認識一些家屬，他們正陷在苦惱、絕望中，請你轉介他們或他們患病的家人來參與我們的小組，讓他們得著幫助。

壓傷的蘆葦他不折斷，將殘的燈火他不吹滅。神愛每顆受傷的心靈，教會是彰顯神愛的地方，面對世衛預測2020年抑鬱症將是世界疾病的第二號殺手，2030年更是第一號殺手，作為神家的教會，又豈能袖手旁觀，不早作籌謀。

教會是我們重要的合作伙伴，我們期盼在未來的日子與不同的教會有探訪交流，認識她們牧養精神病或情緒病患者的經驗、需要或困難，讓我們能配合提供適切的支援，協助教會牧養飽受精神病或情緒困擾的會友。願神引領我們結集教會及各方人士，在神的愛中一同協力，幫助這個群體活出豐盛的生命。

在我們的文化中，有不少的俚語已深深地隱藏在大家的意念中，影響著我們的態度與行為，例如：「家醜不出外傳」、「醜事傳千里」、「好丟架」、「真失禮」……等等，這些俚語潛移默化地令到我們十分著重面子，把一些不是羞恥的事，當成為丟臉和不光彩的事，這是十分不值得和令人難過的！比方身體出現一些毛病，我們卻把它當作犯罪似的，給自己很多不必要的折騰和壓力，這又何苦呢！精神病，由於有很多無知、誤解、扭曲和偏見，很容易把它等同於「竊線」、「暴力傾向」、「不可理喻」，這些「污名化」和「標籤化」，不但令到很多病患者承受很大壓力，而其家人同樣承受相同的逼迫和壓力，因而延誤醫治，影響復元的機會。

許多時候，當家中有親人不幸患上精神病，家人便是第一個的支援者，如果家人因無知和偏見而不知所措，不知道如何正確地去關懷和照顧病患者，往往令到病患者和照顧者受到很大的傷害。因此，正確認識精神病是很重要的，若果連家屬都不能接受其家人患病的事實，試問如何得到有效的治療和關懷呢？另一方面，病患者需要家中的照顧者支持，而這些照顧者又有誰去支援他/她呢？時有所聞，有些照顧者因體力不支，連自己都變成另一位精神病患者。

我們有不少錯誤的觀念，以為精神病患者，是他/她個人的事，只要他/她接受治療，便藥到病除，這種態度和取向，並不正確，因為精神病的成因是由多因素造成的，除了內在的因素，例如：遺傳傾向、腦部生化傳遞

物質失調，還有外在的因素，例如：個人的性格和成長、家庭環境和文化、父母教養方法、兄弟姊妹的態度等等都是誘發精神病徵出現的因素，所以這不是一個個人的問題，而是一個家庭系統的問題，是因著心理、家庭及社會的困擾或壓迫而造成障礙或病徵。

所以若要讓病患者有一個好的復元進度和果效，請不要認為這只是病患者個人的問題，與其他家人無關；同時亦不要把責任推到家中的某一位照顧者身上（特別是婦女們），因長期性的照顧，會弄成身心疲憊，正所謂獨力難撐，是很需要一家人彼此兼顧和分擔負起關顧的責任。此外，照顧者應不要一個人「攬晒上身」，作出一些「犧牲式」的照顧，這是非常不智的做法，需每一個人都有其限制，如果照顧者沒有一個好的健康和體魄，請問又如何有心力去照顧病患者呢？全家人需要學習，透過家庭會議，聆聽病患者和照顧者的心聲、需要、困擾和感受，一起共同協助病患者和照顧者，那麼就正如廣告所說，藥箱都變成首飾箱啦！

上述的道理，聽來都是老生常談，但如要實行出來，真的並不容易，因為家庭上一些根深蒂固的互動和溝通，各人性格上的定形，觀念上的執著，都不是可以一言兩語就能調解得到的，他們是需要一些專業人士的協助和介入，作出全面評估，探究問題的核心，然後而訂定一些家庭照顧計劃，釐定各人的責任、角色和功能。如有需要，可以進行家庭治療，以協助病患者和家人的溝通，促進各人的身心靈健康。

再者，很多時照顧者過份專注照顧者的角色和責任，往往忽略或忘記自己的需要，若然病患者屬於長期性，照顧者就需要考慮到「細水長流」的策略和做法了。一個人不是機器，我們都會有疲累的情緒，正如傳道書所說，天下萬務都有定時，懷抱有時、不懷抱有時。我們作工有時，休息有時，生活上是需要調劑，有自己的時間和空間，有自己的朋友和娛樂，才有心力繼續關心和協助病患者的復元。照顧者有時因專注照顧病患者，不知不覺疏離了很多親戚朋友，久而久之，變得很孤單，所以同路人的朋輩支援是很要的，參與家屬互助小組，一則可以舒發自己的感受；二則可以支援並關心有需要的照顧者；三則結集力量，為精神健康的服務發聲，改善不合理及不公義的政策，同時亦可以家屬用家的身份，推動精神健康教育，對於反歧視和社會融合是有舉足輕重的作用。

基督是教會的頭，教會是基督的身體，因此教會對精神病康復者及其家屬的支援，是無可推諉的。精神健康及精神病是一個全民性的問題，教會會眾是沒有免疫的。既然如此，教會如何協助及支援照顧者呢？教會強項是家訪、祈禱、探病、團契/小組、安慰及關顧等，對於照顧者的支援，心靈上的破碎和治療是十分有用的。假如教會多舉辦精神及心靈健康教育，不單對於弟兄姊妹有所裨益，對於接納康復者和支援家屬亦有很大幫助的，特別是推動精神病的反歧視和社會的融合上，在香港社會起了發光作鹽的帶頭作用！

日期	內容	出席人數
1. 教育及推廣		
2018年4月11日	麗城浸信會路得團契—主題：情緒覺察與辨析	25人
2018年4月11日	中國神學研究院「擁抱殘障的醫治」課堂分享——如何關顧精神病康復者	50人
2018年4月18日	麗城浸信會路得團契—主題：情緒思想及身體的關係	29人
2018年4月22日	興田浸信會—精神健康主日	40人
2018年4月25日	麗城浸信會路得團契—主題：男女的情緒表達的不同	30人
2018年5月2日	麗城浸信會路得團契—主題：憤怒、焦慮悲傷情緒的由來及轉化方法	28人
2018年5月3日	銘恩堂粉嶺堂—主題：愛我(自己)多一些	30人
2018年5月5日	探訪扶康會ICCMW—康晴天地	12人
2018年5月28日	沙田循道衛理中學—精神健康講座	30人
2018年5月29日	教會探訪交流牧養精神病康復者——中華基督教會灣仔堂	3人
2018年6月2日	九龍城潮語浸信會—以賽亞團到訪愛協	25人
2018年6月12日	播道會奇恩堂以斯帖團契—題目：如何與精神病康復者溝通	25人
2. 活動		
2018年3月25日	明亮組職員交流會	9人
2018年4月14日	領袖門訓D班	2人
2018年4月14、23日、5月12、28日及6月9日	讚美操	13人
2018年4月21日及5月19日	詩班	14人
2018年4月30日	大衛組職員交流會	7人
2018年5月1日	以諾組戶外活動	10人
2018年5月15日	領袖門訓A班	4人
2018年5月21日	領袖門訓B班	9人
2018年5月25日	迦勒組職員交流會	6人
2018年5月26日	以馬內利組戶外活動	8人
2018年5月27日	明亮組日營	12人
2018年5月30日	隱基底組職員交流會	3人
2018年6月8日	雙月禱會—靈命培育的空間	17人
2018年6月10日	平安組職員交流會	7人
2018年6月11日	拉撒路組職員交流會	11人



被陶造成前鋒的後衛

◎ 作者：蔡志森 ◎ 出版社：明光社 ◎ 分享者：PHILIP

書本撮要：

明光社成立於一九九七年五月，是一個非牟利團體。本書作者蔡志森先生是其總幹事，本書主要環繞他和明光社在風雨中成長的故事。全書分成八章，各章有獨立而有關聯的主題，特別是千禧馬票開展反賭風的主題，留下更加深刻的印象。

閱後感想：

本書是記述蔡志森先生與明光社一起成長的故事，印象深刻的是第四章「由報評會到傳媒監察」，特別是要監察傳媒渲染色情的問題十分嚴重，所以報評會的設立是有其用意存在。另外第六章「沒完沒了的同性戀運動」一書中有一段是「同志議題已不單是同性戀者的議題，而成為了人權和自由的問題，並有清晰的論述和策略。」我個人認為「同性戀是罪」，這基督教論述，已顯得乏力和無關重要，特別對一些不是基督徒這群體的人，希望往後可有更紮實和合情合理的論述，而不是只提及罪的問題便處理這議題的絕對答案。



上帝與人間苦難（第三版）

◎ 作者：溫偉耀 ◎ 出版社：明風出版社 ◎ 分享者：PHILIP

書本撮要：

本書是溫偉耀博士著述關於基督教信仰探索系列的其中一本小書，道理雖難深，但作者以深入淺出的手法來描繪整個問題，全書分成五部份及附一「在苦難中如何祈禱—祈禱「三律」，並有註釋及補充參考，是上帝與人間的苦難詳盡的表達手法。

閱後感想：

本書真是十分精彩，使我學到不少面對苦難的處理方法及其理論，特別是第二部份「『苦難真實抑或上帝真實。這部份提到苦難是「善的缺失」，書中怎樣詮釋這觀念呢？書中有「如果惡和善之對立的話，就是說惡本身並非是實在之物，不是實質的，可以稱之為只不過是一種「善的缺失」。所以上帝會讓惡的存在，只因為只有惡的存在才可以顯出善的真實。我們可以說，惡之是讓善顯出來的必須的背景。』（P.18 - 19）明白這個背景，我便可以更理解何謂「善的缺失」。了解這理論後，我更容易理解為何好人偏偏要遇上不幸遭遇。



2018年	2月份	3月份	4月份
收入項目			
奉獻	161,110.00	190,759.00	244,409.30
推廣	500.00	1,200.00	1,950.00
活動收入	16,171.00	--	--
其他收入	41.91	854.58	50.15
公益金	153,900.00	--	--
總收入	331,722.91	192,813.58	246,409.45
支出項目			
同工薪酬	212,921.25	154,485.00	152,315.00
強積金及行政費	11,672.50	8,941.75	8,940.75
事工支出	23,261.86	7,026.05	18,863.12
行政支出	9,339.40	12,828.30	26,507.45
雜項支出	2,064.00	851.90	2,989.00
總支出	259,259.01	184,133.00	209,615.32
本月盈餘 / (不敷)	72,463.90	8,680.58	36,794.13
上月結存 / (結欠)	(172,582.66)	(100,118.76)	(91,438.18)
核數調整 (2010-2014 年度基金負數)	--	--	(24,906.89)
本月總結存 / (結欠)	(100,118.76)	(91,438.18)	(79,550.94)



多禱告，多有能力！

- 請記念廖廣申醫生27/7為愛協分享「強迫症與焦慮症」精神健康公開講座（加場），求主帶領講座順暢及參加者有所得著。
- 請記念陳姑娘29/7基石教會興田堂、5/8綠楊浸信會、16/9深恩浸信會早午堂分享精神健康主日訊息，求主使用她的分享，鼓勵弟兄姊妹多關注和參與關懷精神復康事工。
- 請為10/8雙月禱會禱告，題目：「一同搶救沉淪的人」，求主帶領王美玉姑娘訊息的預備及組員的出席，一同以禱告守望。
- 請為陳金英姑娘於14/8到播道會奇恩堂以斯帖團契分享「如何保持精神健康」禱告，求主祝福使用。
- 請為24/8（五）的愛協會員大會及新董事選舉禱告。求主引領有關人士參與，讓會議可順利進行。
- 請記念12/10舉辦的公開講座籌備工作禱告，題目：「照顧精神病康復者的迷思與出路」。請為講員陳嘉璐醫生的預備及參與者禱告，求主引領和使用，為有需要的家庭帶來祝福。
- 請記念於7月19日至8月23日舉辦的飛越迷牆~精神健康透視課程，求神保守帶領一切籌備工作及課程能順利進行。
- 請記念愛協團契活動室屏風及輔導房改善工程能找到適合的裝修公司，並且能順利完成有關工程。
- 請記念弟兄姊妹給予愛協團契購置新會址免息貸款的償還安排，求神帶領籌募款項的工作，為我們供應所需。
- 請為26/7(四)下午舉行的葵涌醫院探訪禱告，願主透過詩歌和講道信息，讓院友得著激勵和盼望。
- 請為王錦洪先生於25/7(三)到大埔浸信會團契主講專題---情緒管理-如何處理壓力(抑鬱症)禱告，盼藉著講論讓參與團友得著幫助。

回應表

（請在圈內加上「✓」號，以便我們跟進閣下的選擇。）

- ☐ 本人 / 團體樂意選用以下捐款方法：
（請在數字後的方格內加上「✓」號）
- ☐ 劃線支票 支票抬頭請寫：基督教愛協團契有限公司 或 CHRISTIAN OI HIP FELLOWSHIP LTD。
 - ☐ 現金直接存入銀行
恆生銀行儲蓄戶口編號：384-128369-883，
務請寄回或交回銀行入賬紙正本。
 - ☐ 定期自動轉賬 請賜電聯絡本團契，以便寄上申請表格。

捐款者資料 / 新讀者 / 更新資料表：

（以下資料請用 中文正楷填寫，以便記錄資料，多謝合作。）

個人姓名：	(先生 / 女士 / 小姐)
團體名稱：	
聯絡電話：	(日) (手)
電郵地址：	
通訊地址：	

捐款用途：（請在圈內加上「✓」號）

- ☐ 經常費
 ☐ 發展基金
 ☐ 同工薪酬
 ☐ 清還新會址貸款
☐ 若要寄回收據，請在此方格內加上「✓」號

多謝支持！請將表格寄回或傳真給我們。

- ☐ 本人 / 團體希望成為新讀者，請寄上通訊。
（請使用以上表格，寫上聯絡資料。）
- ☐ 本人 / 團體更改通訊郵籤上的資料，
編號 _____。（請使用以上表格，寫上更新資料。）
- ☐ 本人 / 團體不再需要收到本團契的通訊，
郵籤上的編號：_____，謝謝跟進。
- ☐ 本人 / 團體不需要收到郵寄通訊，
郵籤上的編號：_____希望轉用電郵收閱。
電郵地址：_____
- ☐ 本人 / 團體希望參與義工服務。（請填寫以上表格，以便我們聯絡。）



徵求義工

1.) 室內設計

愛協自從遷入新會址後，希望在內部設計上能顯出愛協的異象和事工，現誠徵在這方面有經驗的義工能夠協助我們。如有興趣者請致電 29581770或51800637聯絡王錦洪先生。

2.) 辦公室接線義工

負責日常辦公時間的電話接聽和簡單接待工作，誠徵退休人士、婦女義工或有興趣之人士加入服侍行列。如有興趣者請致電29581770或51800637聯絡王錦洪先生。



『基督教愛協團契』主辦 精神健康公開講座

雖然今日社會不斷提醒我們精神病和情緒病都只是病患的一種，我們不應對他們有歧視和標籤。作為精神病患者的家屬或照顧者，你會否因照顧患病的家人感到無奈、乏力、心力交瘁、意冷心灰……我們誠意邀請你來參加這次公開講座，讓自己對患病的家人有更多認識，擴闊彼此相處的空間和出路。

主 題： 照顧精神病康復者的迷思與出路

講 員： 陳嘉璐醫生（精神科專科醫生）

日 期： 2018年10月12日（星期五）

時 間： 晚上7:30 – 9:30

地 點： 黃大仙東頭村道161號
（中華基督教會錦江紀念禮拜堂）

費 用： HK\$20元（不設找續）

對 象： 患病者的家屬、照顧者、教牧同工、主內肢體、不同層面的精神病患關顧助人者及有興趣人士

截 止： 2018年10月5日 或 額滿即止

報 名： 請致電 2958 1770 報名留位（已報名人士請於當晚七時到達，先繳費，後進場）

網 址： www.ohip.org.hk

愛協團契新里程

愛協團契已於2017年11月底搬進位於九龍城沙浦道31至35號錦輝商業大廈10樓的新會址。我們將繼往開來，以全人健康發展中心作為我們事工的理念、目標和推展策略，並且以四個中心的運作模式，來推動精神康復及全人關顧的工作。四個中心包括有：關顧及牧養精神病康復者的訓練中心和資源中心、專業的精神健康輔導服務中心以及推動康復者福音工作的宣教中心。

活化歷史建築伙伴計劃

愛協團契和亞洲展藝有限公司成功申辦第五期「活化歷史建築伙伴計劃」。這是一群非常有心的專業人士，同心協力下的成果，見證主的計劃，要把舊域多利軍營羅拔時樓（一級歷史建築）活化為「羅拔時樓開心藝展中心」，用創意藝術及遊戲治療，彰顯主的美意。

這計劃透過音樂、戲劇、藝術及遊戲治療，為有需要人士提供適切而輕鬆的減壓方法，期望為社會帶來以下的裨益：

1. 提高香港社會對精神及心理健康的關注，減低市民受情緒困擾的機會，促進其身心健康；
2. 為弱勢社群在精神及心理健康上提供免費的專業初步評估，以及向他們建議治療的方法；
3. 為不同團體舉辦更有效及具體的創意藝術治療活動，如針對社會大眾而設的體驗活動、針對學生而設的情緒管理節目、針對親子關係的工作坊、針對機構團體舒緩壓力的退修及培訓項目等；及
4. 提供導賞團，向公眾介紹建築物的價值和修復過程。

按政府要求，一間新的NGO 將會成立，去經營這一項目。由於活化工程浩大和複雜，預計2023至2024年投入服務，懇請大家代禱記念！

顧問

麥基恩醫生 康貴華醫生
陳熾鴻醫生 吳炳華牧師
陸輝牧師 鍾維壽醫生
謝樹基教授 關瑞文教授
何國偉律師 梁夢熊先生

董事會

主席

陸亮博士

副主席

鍾傑強醫生 阮志華博士

文書

陳偉翰先生

司庫

陳雪蘭小姐

委員

黃宏娟小姐 張超勤先生
郭初航醫生 蘇麗貞小姐

團牧：陳一華牧師

(成員包括愛協組員、傳道人、精神科專業人員)

各組聚會表

歡迎致電本會同工查詢及轉介參加小組聚會

同工：王美玉(社工) 9161 5121 陳金英(傳道) 7775 4643 王錦洪(社工) 5180 0637 王來添(社工) 5220 5253

組別	聚會日期	聚會地點
明亮組	每月第二、四主日 下午	基督教和通堂(荔枝角)
拉撒路組	每月第一、三週一 晚上	真理基督教會協英堂(旺角)
家屬組(2)	每月第二週一 晚上	愛協團契會址
青少年組	每月第二、四週一 晚上	深恩浸信會(太子)
以利亞組	每月第一、三週二 晚上	播道會天泉堂(太子)
港島南區組	每月第一、三週二 晚上	聖公會西南聯區葡萄園(香港仔)
提摩太組	每月第二、四週二 晚上	旺角浸信會
伯特利組	每月第二、四週二 晚上	播道會天泉堂(太子)
家屬組(1)	每月第四週二 下午	愛協團契會址
真情組	每月第二、四週二 晚上	循道衛理聯合教會香港堂(灣仔)
約書亞組	每月第一、三週三 晚上	基督教宣道會基蔭堂(荃灣)
隱基底組	每月第一、三週三 晚上	基督教豐盛生命堂(紅磡)
平安組	每月第二、四週三 晚上	平安福音堂(觀塘)
以諾組	每月第二、四週三 晚上	中華基督教會柴灣堂柴房(柴灣青年廣場)
約翰組	每月第一、三週四 晚上	宣道會洪恩堂(元朗)
以馬內利組	每月第一、三週四 晚上	大埔浸信會
摩西組	每月第二、四週四 晚上	香港神託會創善坊(沙田)
大衛組	每月第二、四週四 晚上	沙田潮語浸信會(大圍)
迦勒組	每月第一、三週五 晚上	基督教信生會信基堂(長沙灣)
約瑟組	每月第一、三週五 晚上	新生會大樓長期護理院

異象使命：協助精神病康復者在神的愛中互相協助，活出豐盛的生命



基督教愛協團契

地址：九龍城沙浦道31-35號
錦輝商業大廈10字樓
電話：2958 1770
圖文傳真：2386 3075
電郵：office@oihip.org.hk
網址：http://www.oihip.org.hk
Whatsapp：9480 8769

會員機構：



惠施·捐獻文化
WiseGiving

資助機構：



本計劃由怡和集團
透過捐款公益金贊助

PRINTED MATTER