

扶难助老居家探访、共建和谐社区项目

项目报告

(2023.06-2024.05)

吉林市天吉社会工作服务中心

2024 年 06 月

“扶难助老居家服务、共建和谐社区”项目报告

项目名称：扶难助老居家服务、共建和谐社区项目

执行地区：吉林省吉林市

项目周期：2023 年 6 月 1 日 - 2024 年 05 月 31 日

项目背景：

吉林省吉林市属于四线城市，受到地域和产业结构的多重影响，吉林市人口流失严重，经济发展滞后，由此带来的人口老龄化问题日益加剧。2020 年第七次全国人口普查结果显示，吉林市 15-59 岁人口占 63.81%，60 岁以上人口占比 25.25%，其中 65 岁以上人口占比 17.13%，60 岁人口占比和 65 岁以上人口占比均高于全国平均水平（18.7%和 13.5%）。而 15-59 岁的人口中，又有许多是非本地的流动人口。随着失能、高龄、空巢老人占比增大，一方面，老年人经济自给能力下降；另一方面，身体素质下降所引起用于健康管理、医疗等支出大幅提高，有部分老年人面临着“老无所养”的困境。

在这部分老人中有着一些特别的群体，他们有的是“三无老人”、有的是孤寡老人、有的丧失劳动能力还要供孩子上学，政府提供的低保也只是杯水车薪，即便在消费水平很低的吉林市也是勉强温饱，个别人甚至都无法享受低保政策，可以想见这类人群生活困难的程度。他们在经济、生理、心理方面存在着诸多的问题亟待解决，需要社会大家庭的支持与关爱。

项目简介：

在南京方舟慈善基金会的支持下，天吉社会服务中心在吉林市开展“扶难助老居家服务，共建和谐社区”的项目，为吉林市周边的 50 位残障、智障、孤寡、患有重病的困难群体服务。除了给予物质的帮助外，提高这些家庭的社会化支持，促进社区发展，共建共享和谐社区。通过各种专业社会工作服务方法，推进“家

庭-社区”的联动发展。创建 3 个爱心公益志愿服务小组，为志愿者开展社会服务专业培训，发挥志愿服务精神，推广志愿者探访居家服务模式，陪伴聆听个案为其心理疏导，制定详细的服务计划，提升服务质量，使服务更精准、贴心，使个案感受到被尊重、被理解、被人关爱的温暖。

项目实施：

一、项目团队

序号	姓名	在天吉社服中所担任职务	联系方式
1	武桂芝	项目主管；中级社工师	15043238598
2	王国生	社工助理	15948638726
3	白双莉	社工助理	15044297781
4	刘奕男	社工助理	18943346672
5	吴慧琴	探访员	13694326059
6	李国宪	探访员	18004322627
7	丁立新	探访员	13504780235
8	牛 晶	探访员	13943287598
9	戴丽芹	探访员	13041327273
10	邱 枫	探访员	18604486166
11	杨晓伟	探访员	15688968610
12	赵志泰	探访员	13904412507
13	陈 敏	探访员	15590135671
14	代丽梅	探访员	13274409804
15	李凤旭	探访员	13894710985
16	张素玲	探访员	13943283681

二、具体计划

1、家访项目现有经过培训的中级社工师 1 名，初级社工 2 名，以及有着十多年探访工作经验的志愿者。我们将社工及志愿者每 3-4 人一组分为 4 组，分别服务老、弱、病、残的贫困个案。为其提供基本的营养支持、物资支持、

心灵呵护、精神慰藉、主题活动、家事服务等。

2、2 名社工人员为 15 名老人提供日间照料的服务。带领他们参与一些促进身心健康的课程（舞蹈、音乐、美术、手工、怀旧治疗、电影欣赏、生活故事分享等），组建各种小组；帮助他们看到自己的潜能并体验生命的美好。并为他们免费提供一顿午餐，促进老人的健康。下午老人回到自己的家中（对有些行走不方便的老人我们负责接送），每天这样不断变换环境，对老人的身心都有着更多的益处。

3、为 50 名残疾、孤寡、重病的贫困个案每年举行自助活动 3 次，借着这样的机会让他们与社会人群接触。因为他们中有些人常年蜗居在家里，我们希望借此活动使他们放松心情，改变一下环境，接触更多的人，换一种心情。

4、为三个爱心小组的人员进行跟踪似的陪伴与培训，给予服务资金的支持。对重患及临终的病人，在他们的生命处于低谷，陪伴他们，给予营养支持与心理关爱。

5、为社工及探访团队进行能力及团队建设的培训，提升专业的水平，增进团队成员之间的凝聚力。

三、具体服务内容及完成指标如下：

目标人数	50 人
直接受益人	1220 人次
间接受益人	1256 人次
营养支持	600 人次
物品支持	428 件
主题自助活动	3 次
个案心理辅导	8 人次
电话、微信访问	2421 人次
家事服务、外事服务	18 人次
结 案	0 人
开 案	0 人
个案资料中期、终期评估	100 人次
生活救助	5 人

医疗救助	11 人
项目拓展	2 次（线上）

一） 居家服务：

1、本项目年度居家探访情况：

2023 年-2024 年我们扶难助老共建和谐社区的工作重点是更多的陪伴老人，关爱他们的身心健康。特别在 2023 年初吉林市的很多人再次感染新冠病毒，导致身体的健康受到影响。我们采取一下几方面给予关爱与服务：

- 1) 我们在营养、物质支持方面特别给予关注，格外购买含有蛋白的食品，补充身体的能量，促进身体的健康。配送中多次特别购买鸡蛋、排酸猪肉、八珍王的食品、五谷杂粮、绿叶蔬菜等促进健康。在端午节、中秋节、春节特别的日子里，会为他们准备一些惊喜，个案们格外的惊喜。在冬季来临时，为老人们送去温暖包（围巾、帽子、手套）帮助他们抵御寒冬，带给他们关爱与温暖。
- 2) 多次入户倾听陪伴个案，在疫情期间看到周边更多的同辈群体相继离世，给他们内心中洒下阴霾的种子，在陪伴中更多的了解并体会到他们内心的不安与恐慌。这份不安与恐慌来自对死亡的认知，对生命的解读。在每次入户中我们都采用不同的方式引导他们多分享内在的感受，社工及志愿者通过同个案一起看手机视频的方式，分享观看后的感受与认知。帮助陪伴认识、理清在自己及周围人身上发生的事，用什么心态去看待。
- 3) 成长小组：为了缓解老人的孤独，为他们搭建同辈群体之间的交流，建立了成长小组，定期在不同的家庭聚会聚餐。目的是同辈群体之间可以分享自己生命的故事，通过这样的方式释放内在的各种情绪，彼此感染、鼓励，一起前行。

服务个案成果展示：

我们服务的个案车阿姨：在 2023 年初，丈夫因为新冠病毒感染白肺死亡，对她来说是个很大的打击，导致她在精神上有些崩溃的状态，总是魔魔怔怔的。

每次入户探访重复着同样的话，一直停留在哀伤状态中。社工们为她制定了一个方案，用叙事疗法及照片回顾引导她把内在压抑的情绪表达出来，分享她和丈夫的过往点滴，释放了很多压抑没有同任何人分享的故事也表达出来。通过这样的方式，车阿姨一点点的有些改变，状态比之前好多了。看到她的改变，社工们也深深感受到陪伴生命、喜悦成长的意义，用生命影响生命，给人带来的改变的价值是无法估价的。

2、社工探访、服务个案场景







（二）医疗救助、生活救助：

2023-2024 年天吉社服为符合生活救助标准的 17 名个案发放救助金共计人民币 2200 元。符合大病救助条件的 15 名个案患者发放医疗救助金共计人民币 72000 元。

（三）夕阳之家日间照料：

1、“夕阳之家日间照料活动中心”介绍

“夕阳之家日间照料活动中心”服务对象是 60 周岁以上的老人。平时，老人们会聚集在活动中心，享受温馨整洁的环境，参加健脑益智的课程，品尝健康卫生的饮食，和同伴们畅所欲言，感受亲人般的陪伴。这些活动有助于缓解老人的孤独感，促进认知感，并通过课程活动和游戏发现自己的价值。

夕阳之家的课程设置有手工、键盘课、诗朗诵、舞蹈、烘焙课、音乐课、美术、书法课、户外活动、生活分享会。在此基础上新增了太极拳、非洲手鼓的课程，让老人们通过课程及活动，在身新方面得到成长及改善。

2、成长小组活动

老人的成长小组由社工专业的小慧老师带领的幸福感提升小组，社工老师带领老人了解自己当下的烦恼，如何解决面对烦恼，用简单通俗易懂的方式帮助老人走出困扰。与过去的自己对话，安慰受伤的自己，从而走出阴影，找到快乐的晚年生活。

最大的收获是透过两次成长小组看到老人能面对过去，把过往的不愉快能够分享出来，把压抑的情绪释放出来，与过去和解，走出阴霾。非洲手鼓课老人们在敲动手鼓的同时，让自己的心情能够愉悦。



3、日常活动场景：



非洲手鼓课



手工树叶画课程



书法课



剪窗花



正月十五闹元宵



4、服务成果

日间照料通过不同的课程带给老人不同程度的改变。在书法课老人们经过多次的训练，在 2024 年春节前写下自己心仪的对联，很难想象是这些老人写出的对联。键盘课经过反复的练习，能弹出两首曲子。在寒冷的冬天，老人们坚持来中心，可以感受到日间照料中心对他们的吸引。在这里得到成长，接受了更多的同辈群体，为他们搭建了社交平台，建立了社会支持网络系统，为他们日后的生活奠定了基础。

（四）天吉大巴户外出行

“天吉大巴户外出行”是为个案提供户外出行主题活动的服务。这些老人中有些没有儿女，有些是失独丧偶，有些身体状况较弱，有些甚至是没有保障老人，仅能依靠政府的补贴来维持最基本的生活。他们的生活大多只能局限在家中，与邻居互动很少，也很难走出门去亲近大自然。因此，天吉社工组织他们结伴出行，呼吸新鲜空气，去亲近大自然，踏青于山水间，听夏蝉鸣翠柳，赏百花争艳；秋拾枫叶翩翩飞舞，观群山浸染五色天的美景，为他们晚年的孤寂生活增添欢笑和活力，同时搭建同辈群体的交流，建立社会支持系统。

1、艾草香情意长 端午祝安康—端午户外主题活动

初夏时节，草木葱郁，蛰虫始鸣。在端午来临之际，个案们在吉林市天吉社会工作服务中心的各位社工陪伴下，走出家门，拥抱自然。天吉大巴满载着老人的期待，共同相聚在“鱼悦时光”在祝福语游戏中品味端午，体会夏天。

系五彩丝绳是端午节的重要习俗，有着祈福纳吉的美好寓意。社工们提前准备好了五彩绳，为参加本次活动的个案们佩戴好，亲手将安康祥和的祝福传递到他们手上。

不同的游戏各有特色，又刻上端午的印记。“旱地赛龙舟”里，每名成员轮流做龙头，衔珠而返。老人们愈战愈勇，愈合作愈默契。口号声相互交织，展现出的是同舟共济的协作；“以艾传爱”则要在托好乒乓球的同时，戴上社工分发的艾草，接力竞技的同时，也把艾草的香气带给下一位伙伴；“千里传珠”比拼

团队间的眼疾手快，在个案的比拼之后。社工们也加入了一轮“友谊赛”，场下啦啦队的加油声，喝彩声此起彼伏，使每一个人都深深体会到参与的欢乐。

尽管夏日炎炎，却挡不住老人们展示自我的热情。老人们的舞蹈《落花》和《阿里山的姑娘》，演唱的经典红歌，引来观众们的阵阵喝彩。

午餐结束后，大家被景区内丰富的小景致深深吸引，三两姐妹留下倩影，老两口微笑驻足，化作了夏日里惬意轻松的经典瞬间。还有老人意犹未尽，有的分享上午的美景和快乐。老人们有说有笑，体味了端午节的喜气，让生活的幸福定格在每一段相聚的时光中。





2、情满天吉时，中秋共月圆---中秋节活动

海上生明月，天涯共此时。正所谓月圆人团圆，天吉社工与老人们在四季小院欢聚一堂，共赏良辰美景，共叙深厚情谊，共度欢乐时光。初秋的暖阳里还有花朵在盛放，老人们带来的舞蹈《落花》，让人感受到什么是花美人更俏！

在中秋趣味问答环节，面对社工提问的中秋节常识，老人们快速运转大脑，踊跃发言。从中秋的节日习俗，到与嫦娥有关的神话传说，再到月饼的商家、口味。老人们面对提问信手拈来，让大家看到了属于长者的生活智慧。

在问答热身后是更多活泼有趣的游戏。“赏月吃饼”中，参与者不许用手要运用脸部的五官靠肌肉扭动把饼干从额头移到嘴里。考验的是“靠脸吃饭”的能力。“玉兔倒药”里，参加竞技的两组选手提前选择自己的颜色，在投掷沙包的环节中打中对应颜色的目标才算得分，而两种颜色的目标都是交错排放，打错目标的话还会给队伍减分。有的成员急于为队伍加分，弄巧成拙打到了对方的瓶子。观看人的表情或错愕，或惋惜。投入程度丝毫不输场上的选手。

除今年的中秋节再一次于国庆不期而遇，大家也在共聚一堂的契机中为中国祝福，感受深情厚谊。老人们用诗朗诵《月光下的中国》，表达这作为中华儿女对伟大祖国的骄傲。活动最后，社工与老人们共同唱响《歌唱祖国》，祝愿祖国和谐富强、繁荣昌盛！除了活泼欢快的游戏，多才多艺的老人们用歌舞充分抒发了喜乐的心情，无论是独唱，小合唱都发挥了个人的才能。

“天吉大巴户外出行”缓解了老人们带来了精神生活的改变，带给他们愉悦与幸福感。主题活动表演环节则带给老人们的是存在感，认知感与成就感。从而也增加他们的自信，再次找到自我存在的价值。



（五）培训：

在 2024 年 4 月有幸参加关于老年认知障碍的艺术疗愈的课程，这次培训是来自全国各地的热爱艺术疗愈事业从事老年服务的社工，两天的时间在这里学习、交流、成长，共同为推动艺术疗愈事业的发展贡献力量。

艺术疗愈是一种独特的心理治疗方法，它运用各种艺术形式帮助人们缓解压力、改善情绪，并促进身心健康。艺术疗法可以运用到各种人群，特别是针对活力老人及认知障碍的老人，长时间疗愈的作用更是效果明显。

本次培训课程从音乐疗愈、舞动疗愈、照片疗愈、手工疗愈、绘画疗愈等不同的艺术疗法进行了系统讲解。

第一天以音乐疗愈为主要培训方向。黄老师先后从基础乐理知识的讲解，基础唱歌气息与发声技巧的讲解以及彩虹音乐疗愈活动组织流程的介绍等内容向大家进行了非常系统和实用的讲授，他运用音乐特有的生理和心理效应，通过专门设计的音乐行为，让学员们经历音乐体验，学习作为一名疗愈师需要掌握的专业技能。

除了理论学习之外，学员们还有一项特别的体验——通过课程所学的内容，为凯健康宁苑的老人们举办了一场别开生面的“长者彩虹音乐会”，在整场音乐会上，老人们都欢声笑语，完全沉浸在愉悦的氛围中。每位学员都积极地将所学到的知识付诸实践，展现出了他们的学习成果。



长者彩虹音乐课堂





舞动疗愈：

在第二天的舞动疗愈培训中，学员们跟随易老师的指导，学习舞动疗法的技巧以及实际应用。用舞蹈或即兴动作的方式来治疗个人在社会、情感、认知及身体方面的障碍，从而增强个体意识、改善心智，并促进社会融合。透过理论讲解后现场进入实操部分，亲自体验舞动疗愈的过程及效果。



易老师带领学员体验舞动疗愈



天吉社工贵秋兰老师在培训课上参与互动的场景

手工疗愈：

在手工疗愈的培训中，老师培训鼓励学员发挥创造力，设计并制作出自己的手工艺品。通过创意发挥，学员可以表达自己的情感和想法，增强自信心和自我价值感。



、
照片疗愈：

在照片疗愈的培训中，老师主要对照片疗法的方法和技巧进行讲解，并带领学员们进行实操体验。照片疗愈在治愈心理创伤、改善负性情绪、增强心理适应能力等方面具有良好的效果。



绘画疗愈

在绘画疗愈的培训中，老师对曼陀罗心理绘画的内容进行讲解并带领大家进行实操。学员首先学习绘画疗愈的基本概念、原理和应用领域。同时老师还带领大家进行情感表达和情绪管理的绘画实践。

学员学习如何运用绘画疗愈技术来帮助自己 and 他人缓解焦虑、抑郁等心理问题，提升心理健康水平。通过案例分析、角色扮演等方式，学员亲身实践绘画疗愈技术，并学会如何将其应用于实际工作与生活中。



曼陀罗绘画疗法



培训合影

通过二天的培训，掌握了几种疗愈手法，不仅是针对活力老人更是适合认知障碍的老人。相信透过我们的服务与带领，更多老人会获得生命的提升，活出生命的色彩。