

退休人士參與義務工作的價值及意義

義務工作發展局服務發展總監林桂蘭女士

社會上有不少人對年長人士當義工仍抱有存疑及不正確的態度。有些人會認為參與義務工作祇是一般年輕人的玩意，他們精力充沛、充滿幹勁、擁有較豐富的知識和技能，是當義工的最佳人選，而認為較年長的人士是缺乏足夠精力和氣魄去服務他人。對於退休人士而言，一般人亦認為，退休後應好好地享受退休生活，應在家中賦閒享福，充份得到家人的孝順及照顧，不應該再作勞碌的工作。故此，在提倡退休人士積極參與義工服務方面，本局將面對很大的挑戰。

雖然如此，但我們深信，鼓勵退休人士參與義務工作的價值及意義是肯定的、是值得我們有關團體積極協助推崇的。就其價值意義，可作三方面和大家一起分享。

一) 善用餘暇，豐富晚年生活

退休是人生一個很重要的轉捩點，退休人士要重新適應另一種與前半生不同的生活方式，無論在家庭功能、社會角色及生活調適上皆要作出改變及適應。社會學中之活躍理論 (Activity Theory) 指出，年長者需要與社會保持聯繫，應多接觸不同或新鮮的事物，要有活躍的社交生活，保持個人的社會角色及功能，才能夠獲得一個豐盛及充實的晚年。因此，發展退休人士參與義務工作是能夠為他們發掘不少與社會保持聯繫的機會。透過參與社會服務，除可以消磨時間來讓精神有所寄托外，更可擴闊生活圈子及社會接觸面，去認識更多的新事物及新朋友；並從中有機會發揮個人的潛能，學習新技能及加強自我能力的信心；再者，透過幫助別人而得到的滿足及成就感，使生活過得更形有意義及充實。

二) 教育大眾，建立退休人士積極及正面的形象

一向以來，年長人士從工作崗位退下來後，在形象上都較容易被定性為被動及消極的，或認為是被照顧的一群。實際上，相信大部份退休人士仍擁有強健的體魄和精力，仍有足夠能力和空間活躍於參與社會活動和人際關係。而參與義務工作，正是一個提供他們積極參與和自我發揮的良機。如以上所述，任義工既可充實人生，同時亦可洗脫一些社會人士對年長者被視為被動老弱的錯誤觀念。其實，祇要有適當的途徑和機會，很多年長人士仍然希望為社會多作貢獻，來證明自己的能力及存在價值。透過參與義工服務的成果，正好改變年長者的自我價值觀念及社會人士對他們的看法。同時，他們對服務所表現的熱誠及積極行動，可以對其他較被動的同齡者起著示範的作用，互相鼓勵及支持下，共同分享積極的人生觀。

三) 豐富社會資源，貢獻社會

雖然社會愈趨老化，長者人口數字及壽齡不斷提高，但我們相信，隨著經濟生活富裕及醫療進步，大部份年長人士在退休後仍然身心強健、精力充沛，有能力再繼續工作，服務人群來貢獻社會。再者，他們擁有豐富的人生經驗，累積不少專門知識和技能，再加上有充裕的時間，這對服務機構來說，既可減輕人手的緊迫，同時亦可協助加強服務的質與量，使更多的服務對象受惠。當然，退休人士參與義務工作的能力及動機各異，義工們可就自己的興趣、時間和能力，並按不同服務需要而作選取。除參與一些單項式或短期服務外，更鼓勵義工們與志同道合的朋友一起結伴參與；他們可按社會需求，自行策劃、組織和推行別具價值意義的服務。在過程中既可有發揮才能、互相學習知增值的機會，同時亦可與其他朋友共同分享服務的成果。

結語

縱觀以上所論，我們深信退休人士透過參與義務工作，既可善用餘暇，幫助社會上有需人士及貢獻社會，同時亦可給予自己繼續發揮和增值的機會，享受饒富意義的生活情趣，可說是收到相得益彰的

果效。雖然目前沒有清晰的數據去顯示退休人士對義務工作的參與程度，但本局發現有不少學者、專業人士、熱心人士及團體去關注和支持這項有意義的工作。當然，這亦少不了一群年長者們的熱心參與，他們透過不同的社會服務機構或自發團體、宗教組織、地區鄰舍組織、政府屬下各文娛康體部門、醫院及其他社團等來提供服務，甚或一些熱心的退休人士，自願自發地去關心及幫助他們週遭有需要的人士；他們正默默耕耘地貢獻自己的時間，本著義務精神，不為酬勞地辛勤工作，服務及幫助有需要的人士，為改進社會而作出努力。

義工服務類別參考：

| 類別 | 義工角色 |
|------|--|
| 文書 | 很多機構均歡迎和需要義工為它們擔任部份日常文書工作，如打字、書信整理、圖書管理、翻譯等 |
| 教練 | 服務的對象通常都是一些青少年，義工負責教導他們一些較特別的技巧，語言的、音樂的、體育運動的訓練項目 |
| 康樂 | 服務對象和範圍最為廣泛，由孩童至老人，健全至弱能人士；祇要是提供服務對象娛樂之活動，無論甚麼形式，都屬此範圍之內 |
| 護送 | 有缺陷的傷殘人士、乏人照料的孩童、多病無依的長者，均極需別人的看顧，尤其是他們需要往返戶外或家中時 |
| 探訪 | 包括住院探訪和家庭探訪，對象均為年老或缺乏關懷的病人，及乏人照顧的高齡長者或兒童。住院探訪的方式通常為集體性，而家庭探訪則多為個別性的 |
| 勞動 | 任何涉及運用體力的義務工作都屬這類活動，其服務對象包括社會福利機構，需要援手的社區和協助家居清潔及維修等工作 |
| 結伴為友 | 服務對象之性別、年齡和身份並無規定。義工或以大哥哥、姐姐的身份與成長中的兒童或青少年接觸，替他們建立良好的榜樣，使其身心獲得適當的輔導和發展；義工或以親人或朋友的身份關懷長者或弱能人士，協助他們投入社會，增強他們對生活的信心 |
| 功課輔導 | 在芸芸的服務中，這是較常見的一種。其服務對象主要是具有心理、生理或環境上困難而阻礙了學習進度的年輕學生，而輔導方式則可分為群體和個人兩種 |
| 調查工作 | 通常是實地為機構搜集所需的資料，範圍多為有關香港的社會環境方面，但也有為機構編排已有的資料或檔案的工作。無論如何，這方面的參與能更深入地認識更多事物 |
| 美術設 | 很多機構在宣傳和出版方面都需要具美術設計技能的人士之協助，以便吸引更 |

| | |
|----------|--|
| 計 | 多人參與機構舉辦的活動。而這也是一類變化多端，極富創造性的服務 |
| 聯絡/接待 | 不少機構在籌辦活動時需要人手協助聯絡，以使計劃能依期舉行。而在正式舉行期間，更需要人手接待以便活動程序能順利進行。這正是訓練或展現口才的良機 |
| 策劃大型活動 | 該等活動通常均為綜合晚會、遊藝會或義務服務計劃。由於它們的規模較大，因此策劃者所面對的挑戰是從混亂中去創造條理，學習組織的工作，這也是一項艱苦的任務，但其收獲卻是無比豐碩的 |
| 專業協助 | 在籌辦活動和提供服務的過程中，義務工作者提供專業知識實有助於提高服務的質素。義務工作者於直接參與服務中，以其專業知識協助服務對象解決問題，如工程及醫療義務工作協會，給傷殘人士製作適合的復康用具；義務工作者或以顧問身份，給服務機構或對象提供需要的專業知識，如設計電腦程式、影音製作方面等 |
| 管理工 作 | 義務工作者以委員身份，參與機構管理、行政策劃等工作，以使機構運作更趨完善，如業主立案法團及機構管理委員會之工作等 |

義務工作發展局 2003年12月4日