



一本故事 · 幾許回憶 · 記一趟人生旅程

生命故事計劃



個人

- 整合人生經歷、意義和價值
- 重尋當事人的生活智慧
- 為人生晚期作好準備

生命故事



家庭／代際

- 分享人生經歷，讓後輩反思、承傳與優化
- 加強生命延續感，促進代際連繫與融合



文化／社會

- 豐富民間口述歷史
- 承傳及優化社會價值與文化



生命故事計劃榮獲
社聯2013年度
「卓越實踐在社福」
獎勵計劃
十大卓越服務獎

機構簡介：

基督教香港信義會社會服務部自1976年成立，為本港大型的綜合性社會服務機構。以創新的方式，關愛及以人為本的精神為基層及弱勢社群提供多元化的服務。本會現時共有43個服務單位，範圍遍佈全港，由幼兒到長者，從家庭，學校以至職場，服務人數每年超過十萬人。

信義會生命故事計劃

電話：3124 7633

傳真：3124 7712

電郵：lifestory@elchk.org.hk

網址：<http://lifestory.elchk.org.hk>



生命故事

人與人相遇的奇妙旅程

故事主人翁心聲：



幫我解開心結。
好好！睇開左！

湯兩順（76歲）

做完生命故事，
好舒服，好似飲
左可樂咁，成條
氣「gur」晒！

曾婆婆（85歲）



唔寫生命故事
唔知自己咁多
優點，好滿足！

鄒桂來（68歲）

以前子女無咁
了解我……

石菊英（83歲）

家人訪談者心聲：



一本故事，一份心意，
送給老爸老媽珍貴的禮物！

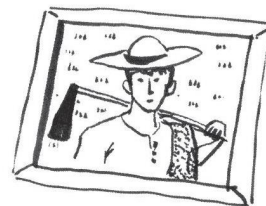
見識到上一代的生活
及經歷！像我這些在
香港出生的晚輩，滿
以為一切盡在指尖下
的網絡世界，說到底，
還是見識太少！

向大家推薦，每
個生命故事都藏
著大家眼未曾見，
耳未曾聽的珍貴
歷史。

感動！是我每次看
了生命故事的感
受。每個故事背
後都有一個不凡的
人生。

生命故事增加
我對父親的了
解，拉近我們
的關係。

信義會長者綜合服務由2005年起推動生命故事手法，為長者、長期病患者及寧養人士等撰寫生命故事，助其進行人生回顧，整合經歷，重塑生命意義，以達致人生圓滿。香港大學與信義會聯合進行之對照研究實證生命故事手法有助減輕長者的抑鬱徵狀，成效顯著。

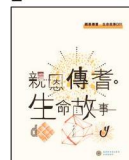


獲近30次媒體報導，包括香港電台《笑容從家開始》、《我得你都得》及無線電視《東張西望》等

1



2



3



4



5



6



2013 — 獲「滙豐社區夥伴計劃2013」資助校本生命故事計劃 — 「起動·生命·奇遇之旅」

· 出版
《從生命故事·看歷史》¹
《親恩傳者·生命故事DIY》²

2012 — 開拓企業協作，培訓企業義工為家人或社區長者完成生命故事

· 發布
《以長者為題的通識教案》³

2010 — 獲公益金資助為期兩年「生命故事—從人生回顧到人生圓滿」，支援超過200名臨終、喪親及有抑鬱情緒長者撰寫生命故事

· 培訓100名業界專業同工
· 開拓校本體驗及培訓計劃

2009 — 香港大學研究實証生命故事有效舒緩長者抑鬱情緒

· 出版
「生命花園」書籍系列：
《生命故事DIY》⁴
《精彩生命故事》⁵
《創新治療全攻略》⁶

2006 — 獲公益金資助為期三年「生命花園」計劃，支援200位有抑鬱情緒長者進行人生回顧

2005 — 開展小型先導計劃，為約30位長者完成生命故事

信義會生命故事計劃



生命故事之旅

由富經驗的社工進行訪談，
與你共同製作獨一無二的生命故事

A 瀟灑 生命故事

B 精裝 生命故事

C 珍藏 生命故事

與工作人員晤談

共3-5小時

共6-9小時

共10-15小時

撰寫故事內容

2,000 字內

4,500 字內

7,000 字內

相片上限

30 張

40 張

50 張

彩色啞粉紙印刷3本

彩色精裝印刷三本

彩色精裝印刷三本

贈送

〈藝術說故事〉
明信片1套

〈藝術說故事〉
明信片1套

度身製作
〈相片說故事短片〉

原價

~~\$2,800~~

~~\$4,800~~

~~\$6,800~~

優惠

\$1,500

\$3,500

\$5,500

- 註：1. 可以優惠價HK\$800製作〈生命故事短片〉：文本精選片段+相片說故事(原價\$1500)
2. 加印生命故事或修訂服務安排等，需附加收費
3. 晤談時間每次平均為1.5小時至2.5小時。
4. 連封面設計、校對及排版。可提出修正2次，包括封面設計、稿件及排版等。

* 信義會「生命故事計劃」為非資助服務，以自負盈虧模式營運，致力提供優質服務。
歡迎捐款贊助基層長者／長期病患者進行人生回顧及撰寫生命故事。
支票抬頭：基督教香港信義會馬鞍山長者地區中心

企業／社福機構／學校協作

本計劃歡迎與企業／社福機構／學校協作，
度身訂造業界專業培訓、企業員工培訓、學界通識教育、
健康管理及社會關懷科、其他學習經歷(OLE)及體驗之旅等。

心聲迴響：

年青人

- 社區探索非常好！學會了站在別人立場和角度思考
- 親歷其境，印象深刻，令我對生命有所反思
- 令我對長者很多誤解都解開了



企業員工

- 學會訪談技巧，正面分析，欣賞自己
- 能學習面對負面情緒，肯定長輩年青時對社會、家庭的貢獻
- Besides story telling, it can help release burden and grief

專業同工

- 將不同理論融合，由淺入深地指導大家
- 硬件配套及課堂內容很豐富；個案分享有助對生命故事的掌握
- 「生命故事」手法的介入，能促進輔導效能

信義會生命故事計劃

電話：3124 7633

傳真：3124 7712

電郵：lifestory@elchk.org.hk

網址：<http://lifestory.elchk.org.hk>



生命故事之旅 | 企業／社福機構／學校協作

姓名：_____ 電話：_____ 電郵：_____

機構／地址：_____

報名／查詢請交回或傳真表格，以便聯絡，服務安排及收費以雙方協議作實