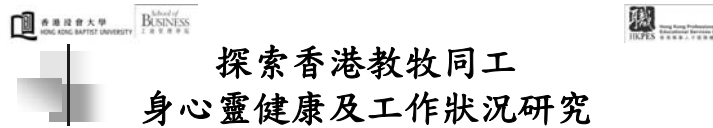




探索香港基督教教牧同工 身心靈健康及工作狀況

協辦機構：香港教會更新運動



探索香港教牧同工 身心靈健康及工作狀況研究

背景

- 二零一零年開始
- 與香港專業人才服務機構合辦「基督教界別領導與管理系列」研討會及工作坊，討論不同的議題

協辦機構：香港教會更新運動



基督教界別領導與管理系列

研討會

- 釋放教會的潛能：領導與管理研討會
- 開拓籌款的藍海—基督教機構如何籌募經費研討會及工作坊

研究

探索香港教牧同工
身心靈健康及工作狀況

課程

- 領導與管理
- 衝突管理
- 團隊管理

協辦機構：香港教會更新運動



探索香港教牧同工 身心靈健康及工作狀況研究

目的

- 探討香港教牧同工身心靈健康和工作狀況
- 提高教會牧者和領袖對這些方面的關注

方法

- 問卷調查
- 個人牧者專訪

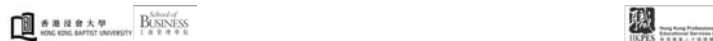
協辦機構：香港教會更新運動



問卷調查

- 日期：2012年2月至4月
 - 教會資料：「教新」香港教會名錄2011
 - 派發、郵遞及電子郵件方式
 - 發出共1050份問卷
 - 收回261份可用的問卷，回應率達24.9%
 - 網址：www.hkbu.edu.hk/~ied
- 調查結果可於上述網址下載

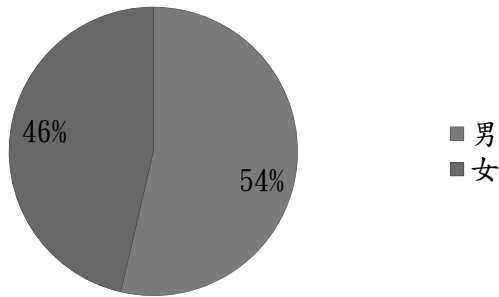
協辦機構：香港教會更新運動



參與調查牧者的背景

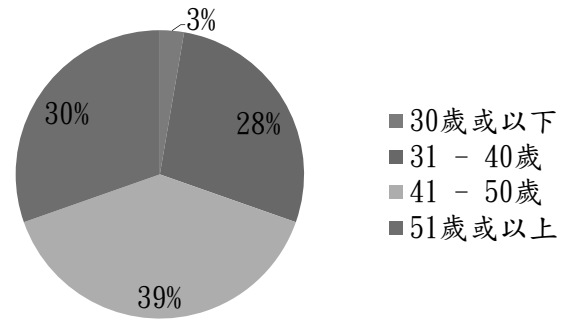
協辦機構：香港教會更新運動

性別 (N=261)



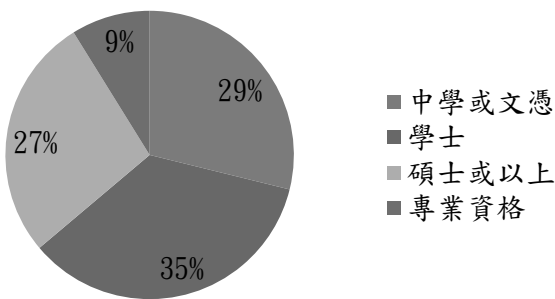
7

年齡組別 (N=260)



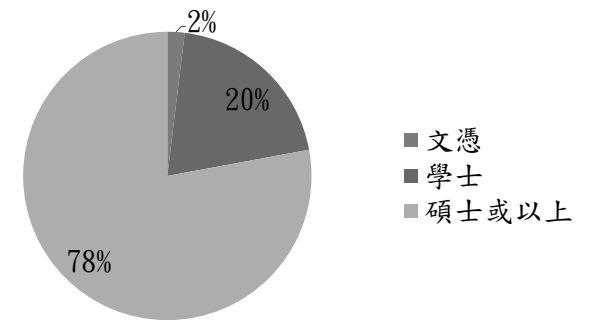
8

非神學學歷 (N=260)



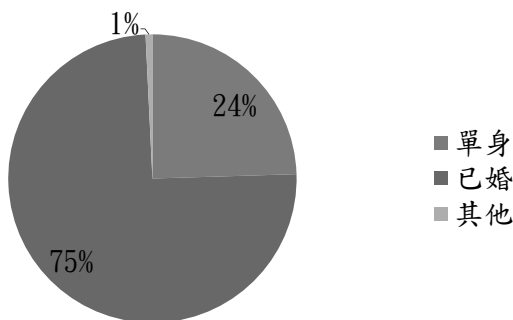
9

神學學歷 (N=258)



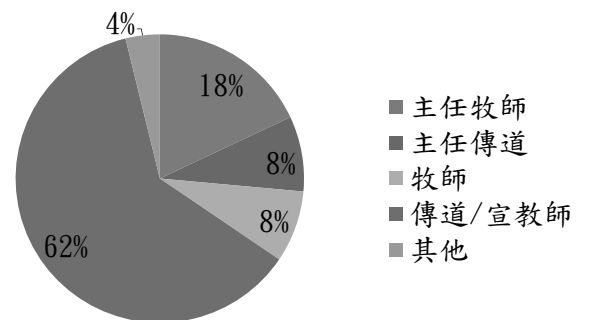
10

婚姻狀況 (N=261)



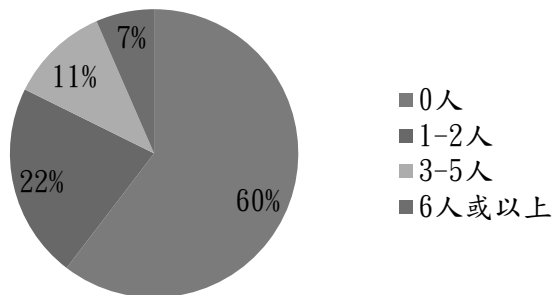
11

現職 (N=261)



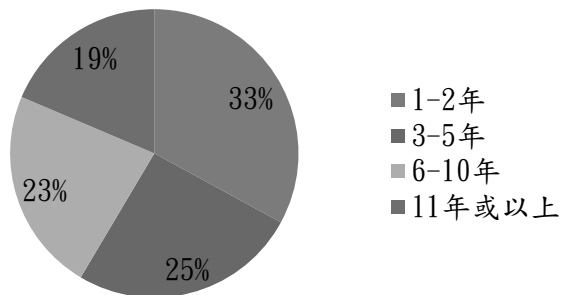
12

管理的教牧同工人數 (N=260)



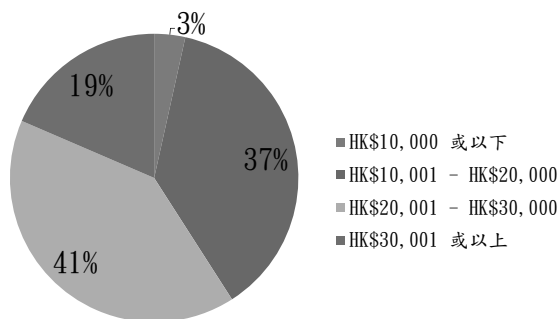
13

現職堂會事奉年數 (N=258)



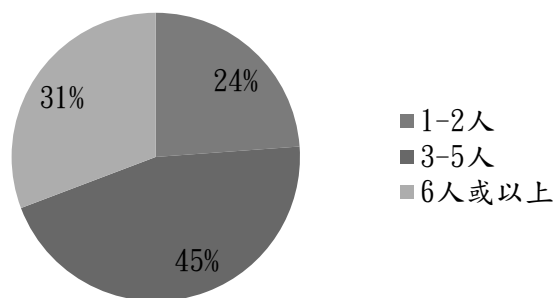
14

每月收入 (N=259)



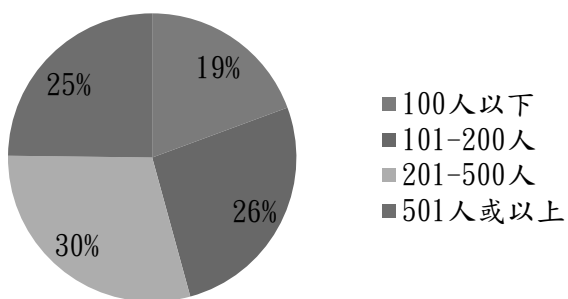
15

堂會教牧同工人數 (N=258)



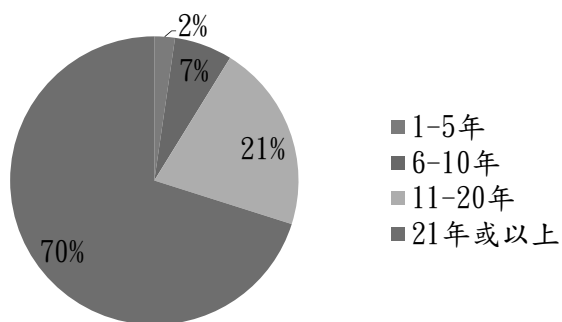
16

堂會規模 (N=258)



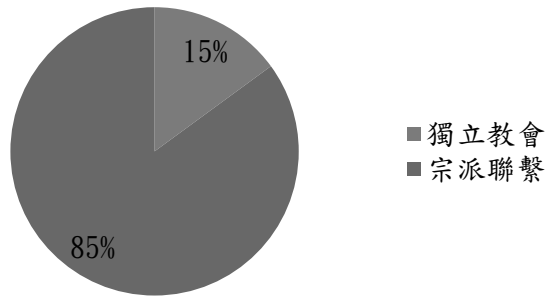
17

堂會年齡 (N=261)



18

堂會宗派 (N=261)



19

問卷調查結果

協辦機構：香港教會更新運動

20

問卷內容

調查分為兩方面：

1. 身心靈
2. 工作狀況

協辦機構：香港教會更新運動

21

身心靈健康狀況

- 身體
- 社交
- 情緒
- 屬靈

協辦機構：香港教會更新運動

22

表3.1 身體狀況

	人數	百分比
我每星期平均進行帶氧運動的時間(小時)：		
0小時	86	33.1%
1小時	106	40.8%
2小時	42	16.2%
3小時	10	3.8%
4小時或以上	16	6.2%
在過去半年內，我有失眠的情況。		
長期	1	0.4%
經常	11	4.2%
間中	64	24.5%
很少	132	50.6%
沒有	53	20.3%
當我早上起床時，我感到精力充沛。		
非常不同意	10	3.8%
不同意	76	29.1%
中立	89	34.1%
同意	77	29.5%
非常同意	9	3.4%

23

表3.2 社交狀況

	人數	百分比
在過去一個月內，除了家庭和堂會活動以外，我參與朋友活動的次數：		
0次	39	15.1%
1次	84	32.4%
2次	65	25.1%
3次	34	13.1%
4次或以上	37	14.3%
我每星期平均與家人一同進餐(午餐或晚餐)的天數：		
0次	8	3.1%
1次	29	11.1%
2次	52	19.9%
3次	63	24.1%
4次或以上	109	41.8%

24

表3.3 情緒狀況

	人數	百分比
我容易感到焦慮。		
非常同意	6	2.3%
同意	40	15.3%
中立	82	23.8%
不同意	129	49.4%
非常不同意	24	9.2%
我做許多事情，都會全心投入、全力以赴。		
非常不同意	0	0.0%
不同意	5	1.9%
中立	19	7.3%
同意	159	60.9%
非常同意	78	29.9%
在會眾面前，我會流露我真正的情緒。		
非常不同意	3	1.2%
不同意	23	8.8%
中立	72	27.7%
同意	148	56.9%
非常同意	14	5.4%

25

表3.4 屬靈狀況

	人數	百分比
在過去兩年內，我曾參與個人退修活動的次數(不包括所屬堂會的退修會)：		
0次	76	29.2%
1次	70	26.9%
2次	58	22.3%
3次	28	10.8%
4次或以上	28	10.8%
我每天平均祈禱的時間(以分鐘計算)：		
15分鐘以下	82	31.4%
15-30分鐘	136	52.1%
31-45分鐘	29	11.1%
46-60分鐘	8	3.1%
1小時以上	6	2.3%
除了預備講道之外，我每天個人讀經或默想上主話語的時間(分鐘)：		
15分鐘以下	73	28.1%
15-30分鐘	125	48.1%
31-45分鐘	45	17.3%
46-60分鐘	7	2.7%
1小時以上	10	3.8%
我經常聆聽上主對我的個人提醒或說話。		
非常不同意	0	0.0%
不同意	12	4.6%
中立	63	24.1%
同意	163	62.5%
非常同意	23	8.8%

26

工作狀況

- 個人能力
- 機構支持
- 工作投入感

27

答覆選擇

- 1：非常不同意
- 2：不同意
- 3：中立
- 4：同意
- 5：非常同意

28

表3.5 個人能力

	平均值
我能夠滿足上司(或執事會)對我的期望。(N=196)	3.58
我能夠動員會友在堂會事奉。	3.39
我能夠平衡我作為牧者的不同角色(例如：講道、牧養和行政)。	3.37
我能夠妥善地處理教會裡的矛盾和衝突。	3.13
神學院的裝備足夠應付我的工作需要。	2.98

29

表3.6 機構支持

	平均值
我在堂會得到支持多於批評。	3.82
我的工作環境感到滿意。	3.59
堂會對我的工作表現有實質的肯定(例如：讚賞、升職、加薪等)。	3.51
堂會給予我清晰的工作職責。	3.40
堂會重視及支持我的持續專業發展。	3.39
我的上司(或執事會)在工作上給予我幫助和指引。(N=195)	3.39
堂會給予我足夠的支援(人力和物力)以應付日常工作。	3.16

30

表3.7 工作投入感

	平均值
我工作的職責是上主呼召我要做的。	4.33
我能夠自行決定如何執行日常的工作。	4.11
我的工作讓我有機會學習和進步。	3.99
我的工作給我滿足感。	3.88
我的工作給予我成就感。	3.73
教牧同工之間的合作十分良好。	3.46
我的工作量能夠應付自如。	3.45
我找到能與我深入交往的同工或會友。	3.40
我認同現職堂會的發展策略。	3.38
有人從旁鼓勵我發展和成長。	3.25
在過去的六個月裡，我的上司(或執事會)曾與我討論我的工作表現。	3.16

31

表3.8 工作量

	人數	百分比
在過去三個月內，我每星期平均參與兩小時或以上的會議次數：		
1次	72	27.7%
2次	86	33.1%
3次	40	15.4%
4次	17	6.5%
5次或以上	45	17.3%
平均值	2.53次	
在過去三個月內，我每星期平均參與兩小時或以上聚會(包括崇拜)的次數：		
1次	22	8.4%
2次	45	17.2%
3次	72	27.6%
4次	36	13.8%
5次或以上	86	33.0%
平均值	3.46次	

32

4.1 工作投入感與身心靈健康

表4.1 不同工作投入感牧者的身心靈狀況對比

	平均值	
	低工作投入感 (平均值≤3.2) (N=38)	高工作投入感 (平均值≥4) (N=77)
身體方面	2.52	3.12 ***
1. 帶氣運動	1.89	2.08
2. 少失眠	3.47	4.01 ***
10. 精力充沛	2.18	3.27 ***
社交方面	-	-
3. 朋友活動	2.53	2.79
4. 家人晚餐	3.37	4.12 ***
情緒方面	2.78	3.85 ***
15. 少焦慮	2.87	3.77 ***
32. 流露真我	2.68	3.92 ***
屬靈方面	2.42	2.63
5. 個人退修	2.34	2.61
6. 祈禱時間	1.89	1.83
7. 聆聽或默想	2.05	2.12
11. 聆聽上主	3.32	3.94 ***

註：
 * 代表兩組有差別 (90% statistical significance)
 ** 代表兩組有顯著差別 (95% statistical significance)
 *** 代表兩組有十分顯著差別 (99% statistical significance)

33

影響教牧同工身心靈的因素 - 工作 (牧者專訪)

講者機構：香港教會更新運動

34

上主的呼召

- 重要的支撐力和動力
- 牧者是否需要更多的時間在屬靈操練的事上？
- e.g. 定期的退修是否可成為工作的一部分？

講者機構：香港教會更新運動

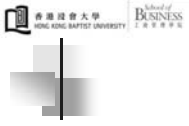
35

期望與事實的差距

- 知覺(perception)也不一定與事實符合
- 是否有需要更好的處理期望和知覺 (manage expectation and clarify perception)？

講者機構：香港教會更新運動

36



與同工的配搭

- 各自為政，有分工，沒有合作？
- 同工如何才能邁向真正的團隊合作？

講者機構：香港教會更新運動

37



堂主任的領導

- 是否需要更多的領導與管理技巧 (leadership and management skills)
- e.g. 如何管理人 (people management skills) ?

講者機構：香港教會更新運動

38



會友的認同

- 最大的動力和鼓勵
- 是否也應有堂主任或是執事會的認同？
- 工作表現的評估 (performance appraisal) : 敏感的課題？被誤解的課題？

講者機構：香港教會更新運動

39



衝突的處理

- 人事衝突
- 衝突的根源是否真的是人際的問題？ (personality clash)
- 解決的方法是否一定只是屬靈的原則？
- 是否可以更多從機構的角度去處理衝突？

講者機構：香港教會更新運動

40



工作和生活的平衡

- 八十後的呼聲
- 教會的工作本來就不太 family friendly
- 教會可以怎樣幫教牧平衡工作和生活？

講者機構：香港教會更新運動

41