



助展會通訊 PDA Newsletter

2019年8月(第30期)

主題文章

解決「專注力不足」
顯現「助人」特質

最新消息

我們搬家了!

講座/ 活動推介(2019年8-10月)

Smile @ Heart 兒童及青少年情緒困擾支援

自閉症(ASD)支援

專注缺失/過度活躍(AD/HD) 支援

幼兒發展遲緩支援

Good @ Study 學習障礙 (LD) 支援

講座分享

突破自閉的圍牆 - 近三十年治療經驗總結

英文輔助策略 - 朗讀篇

AD/HD 非藥物的對治系列 -
減少拖延，提升工作動力

電話 : 2528 4096

Whatsapp : 5720 8321

電郵 : pda@pdachild.com.hk

網址 : www.pdachild.com.hk

Facebook : www.facebook.com/iPotentialDevelopmentAssociation

地址 : 香港灣仔軒尼詩道 258 號德士古大廈三樓





解決「專注不足」 顯現「助人」特質

子女出現專注力不足問題，家長自然想努力協助改善。但由懷疑、評估、受訓練以致生活日常，家長既要承受別人甚至是親人的說話眼光，又經常擔心訓練效果成效，徬徨似乎是必然。現就讀小五的 Joshua，也曾是專注力不足兒童的其中一員，不過 Joshua 媽媽卻毋須徬徨終日。除了簡單一句訓練得宜外，還有甚麼原因，令她數年來能夠輕鬆面對？

Joshua 的情況和其他專注力不足的孩子沒有很大分別。入學前，Joshua 媽媽即使覺得他專注力短暫、常常癱坐梳化，仍以為是小朋友必然如此。直至上幼稚園後，老師發現他上學時無法安坐，又沒有聆聽老師講課，於是建議 Joshua 媽媽帶他接受評估。經其他機構評估，Joshua 被斷出有專注力不足問題。

專注力以外的其他發展問題

到了小二，Joshua 的專注力不足問題影響學業，媽媽經朋友介紹來到助展會。助展會兒童發展顧問根據《兒童發展及學習能力》進行評估，發現 Joshua 除了在專注力不足以外，好幾方面的發展能力也有落後：先是 Joshua 視野比較狹窄，在看圖片時，只能在云云三四十件物件中，看到當中三四件；他的短期聽覺記憶亦顯得較弱，在剛聽過一連串數字之後，只能記起兩個；同時，他雖已升讀小二，但說話詞彙甚少，無法以較長句子表達自己，尤其明白抽象概念有著明顯困難，所以經常表現沉靜。

評估後 Joshua 開始接受一對一的訓練。助展會的訓練並不止於行為上的培訓，而是還原基本步，先由發展能力上著手 – 提升「視覺」及「聽覺」。導師訓練 Joshua 學習使用眼睛及耳朵，不能胡亂看、隨便聽，要有意識地「觀察」及「聆聽」四周事物，看得更多更仔細。在眼耳使用都「合格」後，導師才處理其他發展部份的落差。

Joshua 的另一問題是說話內容紊亂，常常會談兩句這個，忽然又轉說別的。「助展會的陳玉珍姑娘形容他的腦袋就像一部雜亂無章的電腦，檔案四處儲存；訓練他思考說話，就是要重新整理電腦內容，為其分門別類及建立互通軌道。」 Joshua 媽媽解釋。



為了理順 Joshua 的思維，助展會透過玩具，如動物公仔、小傢私及小交通工具等，讓 Joshua 設定情景創作故事。導師會指引他為人物角色，想對白、行為甚至語氣，以推進故事劇情。這些小劇場，大大幫助了 Joshua 的說話能力、邏輯思考及作出因果推論。

Joshua 尤其喜歡在助展會學到的假想、建構及角色扮演遊戲。在家中玩時，Joshua 會將全屋的玩具都「傾巢而出」，甚至用各式各樣玩具去建築，如城堡等複雜的建築。Joshua 是全程投入在這遊戲中，在旁觀察的媽媽發現他用詞豐富地去構思故事情節，並會用盡他懂得的語言，如中文、英文、甚至普通話去組織故事，既是一段良好的自我娛樂時間，又是個天馬行空的好空間，Joshua 非常樂在其中，媽媽也看得入神。

為進一步增強他的想像力，導師在劇場故事以外，進一步要求 Joshua 從個人經驗、看到的、聽到的以至學到的知識轉化為故事，用玩具將想像表達出來，再加以創作。這樣他的想像力、觀察力和分析力，都出現了明顯改變。

媽媽回家會實踐課堂上的故事創作技巧，強化導師教過的思考模式。有一次媽媽看到 Joshua 派回來的作文，他作了關於「獨木橋」的內容，媽媽頓時十分驚歎兒子的創意。Joshua 連未見過的事物，都能用文字作出豐富的聯想，並寫成文章。媽媽說：「最驚喜是現在說話有條理，能夠像個大人般說說話。即使學校老師及親友也看到 Joshua 的變化，並稱讚他。」，續說：「還記得作這篇文章那段時間，助展會的訓練正在教授著用「動物園/水上樂園」來創作故事，這篇作文正正反映訓練中學得的，為 Joshua 建構著更好思維模式，讓他克服思考東一舊西一舊的問題，還提升了創意。」

士別三日

Joshua 由一個專注力不足、寧靜、不苟言笑，少有流露情感的孩子，變成很願意表達自己的少年。他愛表達自己，亦受學校老師讚賞，指他解釋事情得宜；在思想和表達上的「開竅」，甚至還把 Joshua 的另一個隱藏特質顯露出來——他的正義感。「有一次同學之間出現了小誤會，他馬上見義勇為道出真相。最近學校還委任他當『愛心大使』，負責安慰有負面情緒的低年級同學；老師說是留意到他過往沒有條理，現在則成熟不少，能代入他人角度思考。」Joshua 媽媽指，兒子的語言及思考能力和早年相比，令人刮目相看，是訓練的最大得著。

在耐力賽中保持信念的三大法則

經過三年訓練，Joshua 成績斐然，終於「畢業」，毋需再到助展會接受訓練。Joshua 母子走過的路，怎麼不太像其他家長那樣跌跌碰碰，反而有點一帆風順？Joshua 媽媽說，除了信仰幫助，及初到助展會訓練已感到有效外，她亦有三大要訣，協助自己專心向著目標進發：「首先要接受。天下父母，有誰不視自己孩子是最好的？當初知道 Joshua 有問題時，我確是很震驚，覺得很難接受。但想到要爭取時機醫治，於是決定面對並主動解決。過程中我也理解到，自己的想法未必最好最全面，所以必須多聽專業意見，他們的視野比自己廣闊得多。」Joshua 媽媽分享道。

就算爸爸媽媽多強大，都不可能廿四小時守護在子女身旁，所以 Joshua 媽媽說，必須要一家人同心合力去培育：「除了要讓丈夫用同一套方法與 Joshua 互動外，我也要令 Joshua 的祖父母一同配合，不能人人各有一套。」一家人有共識，如知道孩子已盡力，就不會再過份要求孩子，這樣孩子就不會無所適從或感到緊張，發展自然會穩步上揚。

至於每次從助展會訓練中學到的技巧，就更需要融入日常生活中，令孩子在家中亦如同在訓練中：「在助展會看到導師與 Joshua 互動，如何與他玩、如何叫他聆聽，我都一一汲取，再回家實踐。如訓練時常有角色扮演或講故事環節，我回家也會講故事。當然，家中環境不同，Joshua 未必會作出在助展會時的同樣反應，但最緊要是保持進行，不要因為一次無效就馬上放棄。」Joshua 媽媽說。

Joshua 能成功從助展會「畢業」，媽媽說感到很高興。她指現在兒子在家仍會用從助展會學到的方法玩耍，如上演小劇場進行角色扮演遊戲，而且一玩為時甚長，不會整天只顧玩手機遊戲。「這種玩耍有助想像力，看到他作文時能把沒有親身經歷的事情寫得頭頭是道，我當然滿意。」Joshua 媽媽感恩地說。



講座分享

講者：本會兒童發展治療顧問 陳玉珍姑娘

《突破自閉的圍牆 - 近三十年治療經驗總結》講座

(03.04.2019)

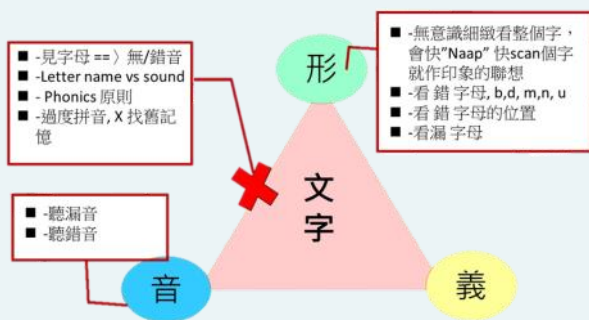
在講座中，講者先分享她多年的臨床觀察。她發現很多患有自閉症譜系的孩子，內心對外界包括人和環境，都帶著嚴重的恐懼。從身心發展的角度來觀看，這恐懼會讓一個人身體和情感變得繃緊/過敏/甚至麻木，亦會阻礙了孩子感知自己及和聯繫外界。

同時，講者亦觀察到 ASD 孩子的自心意識發展，大多遲緩及一些甚至停留在嬰幼兒期。陳姑娘介紹了識心療法（本會幫助自閉症學生的手法之一），解釋怎樣透過它來幫助孩子建立意識能力，從而重啟自心及自他關係。另外，她也提醒家長們正面情緒和家庭關係是幫助孩子的第一步。



《英文輔助策略—認讀篇》講座

(22.05.2019)



陳姑娘講解了有英文字認讀困難背後的不同原因，包括形音斷裂。即見到字母但是聯想不到字音、聽到字音聯想不到字母的樣子、無意識細緻看整個英文字、看錯或看漏字母、聽錯或聽漏字音等。當然講者也為參加者提供了一些有效的輔導技巧，並提醒放慢腳步是幫助孩子輕鬆學習重要的一步。參加者都專注投入和表示很有得著。

《AD/HD 非藥物的對治系列 - 減少拖延，提升工作動力》講座

(22.05.2019)

在講座中，講者透過日常生活例子及以將身比己的角度解釋患有專注失調/過度活躍症孩子拖延工作的背後原因，例如不想跟從別人、聯想不到後果、欠時間意識、欠缺刺激（乏味沉悶）等等，並分享對症下藥的解決方法。參加者不但從聽課中獲益良多，也高興講者在講座中安排時間讓參加者分享經驗，一起討論幫助孩子的方法。

我們搬家了！

由 6 月 27 日開始，我們已經搬到灣仔軒尼詩道 258 號德士古大廈三樓！

不經不覺，我們已經在東新商業中心十二年了，因為東新商業中心將會進行重建，給我們一個機會重新設計中心！

今次搬家，我們選址還是在灣仔，主要是方便學生，一方面一些舊生對灣仔的社區有一定的熟悉，較容易適應；另一方面灣仔的交通對各區學生較方便，因為我們現在學生居住地方近在同區，遠至元朗、天水圍、澳門、中山等。



新中心的地方同樣是約四千二百尺，十一間課室；我們特別設計了一間適合嬰幼兒的運動感統房間，另外，三間的運動感統房間用了活動摺門作間隔，可以轉換成二間小組房間或一間大組房間、方便小組時有較大上課空間。暑期的 ASD 社交小組已於 7 月底開始了！

助展會 中心地址歷史

1993.10 第一間中心：灣仔汕頭街（2 間課室）因擴充中心課室搬家

1995.9 第二間中心：灣仔金鐘大廈（6 間課室）大廈收回裝修

2006.12 第三間中心：灣仔東新商業中心（11 間課室）大廈收回重建

2019.6 第四間中心（現在位置）：灣仔德士古大廈（11 間課室）



嬰幼兒運動感統房



運動感統房



廚房



遊戲房



沙房



適合小朋友的洗手間

講座推介

(2019年8-10月)

Smile @ Heart 兒童及青少年情緒困擾支援

28/8/19 (三) (晚上) 兒時創傷性經驗對孩子日後的心理和情緒影響

25/9/19 (三) (晚上) 家庭關係指南針- 化解衝突篇

21-22/9/19 (六·日) 靜觀手療工作坊 - 把身心內的繃緊/驚慌的情緒釋放出來

19-20/10/19 (六·日) SEN 家長 生命成長工作坊《讀懂孩子。讀懂自己》

自閉症(ASD)支援

28/8/19 (三) (早上) 專屬於自閉症/亞氏保加症孩子的感統障礙及其治療

9/10/19 (三) (早上) 「識心療法」- 突破自閉的圍場 (第十三場)

專注缺失/過度活躍(AD/HD) 支援

18/9/19 (三) (早上) AD/HD 非藥物的對治系列：幫助孩子「對治衝動。建立自控」(第二場)

幼兒發展遲緩支援

21/8/19 (三) (晚上) 《打開心窗說亮話》家長怎樣跟孩子溝通，才能引發孩子多表達？

18/9/19 (三) (晚上) 常見於幼兒期的發展障礙類別

9/10/19 (三) (晚上) 孩子上幼稚園已被老師訴說「不專心」，怎麼辦？

Good @ Study 學習障礙 (LD) 支援

22/8/19 (四) (早上) 隱性學習/讀寫障礙之及早識別 (幼兒及初小常見徵狀)

25/9/19 (三) (早上) 讀寫障礙: 中文輔助策略 - 幫助孩子記認「字音」

23/10/19 (三) (早上) 學障學生之考試調適

如有興趣參加我們的講座，歡迎與我們聯繫

1. Whatsapp : 5720 8321
2. 電郵 : pda@pdachild.com.hk
3. 追蹤 Facebook : www.facebook.com/iPotentialDevelopmentAssociation