



助展會通訊 PDA Newsletter

2016年10月(第19期)

主題文章

Success At Work 學員白白

第一位學員成功就業！

經過5個多月的 Success At Work (SAW) 計劃的訓練，學員阿謙終於成功就業，找到一份適合他能力及興趣的工作。阿謙想跟大家分享在這時段他的心路歷程……(詳見內文)

電話 : 2528 4096
What's app : 6376 5124
電郵 : pda@pdachild.com.hk
網址 : www.pdachild.com.hk
Facebook : www.facebook.com/pdachild
地址 : 香港灣仔駱克道 194-200 號
東新商業中心一樓

講座／活動推介

16年10月—17年1月講座／活動推介

- ◆ 母嬰護航計劃 —
嬰兒發展個別諮詢 (公益服務)
- ◆ SUCCESS AT WORK (SAW) 免費諮詢服務
- ◆ 教導自閉症／亞氏保加症孩子看故事書
- ◆ 懂得說話的孩子，還需要言語治療嗎？
- ◆ 帶領過度焦慮的孩子走出困境

講座後記

《身心靜定—如何幫助只欠專注，
但不過動的孩子？》

最新消息

助展會最近進行了翻新工程啊！
歡迎大家前來參觀！

Success At Work 學員自白

Success At Work (SAW) 為受社交溝通障礙及自閉/亞氏保加徵狀困擾之專上學歷青年而設，提供專業及度身的職場培訓。

而我們第一位 SAW 的學員就是阿謙。阿謙，曾在職場上經歷過不同的社交困難和波折。經過半年的時間，他終於找到一份合他心意、適合他的能力和志向的工作。以下是阿謙以自身的經歷與各位分享他在參加 SAW Project 時的人生領悟。



TEXT：阿謙（SAW 學員）

首

先，在此感謝助展會給予一個機會讓我個人分享自我改變的故事，藉著我過去半年參加助展會的 SAW Project 的經驗，為考慮參加這個計畫的同路人給予他們信心參與。

在今年2月時，往日從事的報館因為看到自己工作表現未能達標，要求我自動離職。當時我心中懊惱萬分，不斷在思考為何我會落得如此下場。說說自身背景，有傳統名校的背景，在學期間喜歡寫作投稿，大學也畢業了差不多兩年時間，在學時期已很想當一名稱職的傳媒人，雖然我做到了想做的職位和工作，但人事問題再加上讀書工作壓力過大的關係，令我精神長期受盡大大小小的傷害，在工作中開始找不到方向和意義。

離我之前的工作「死期」還有不夠一個月，當時工作還未開始找，我倒是開始找尋令我「被炒魷魚」的原因，其中想到一個最大的可能性是，因為自己自幼已被診斷出有亞氏保加症，以致我在成長和工作的經歷上處處受苦，社交上比其他正常人面對更多不解之處，很難理解說話背後的含意，容易因為主觀造成曲解一句說話而生氣將情景記上心頭、聽了幾遍說話方的要求後仍不甚理解，然後避免對方不耐煩而硬著頭皮說自己理解的情況，而那些微細沒法有效溝通或許就是造成今天致命傷的原因。

因為自知這不是靠個人努力看多點心理學的書、教人看多點正面看法就能成功的視頻就能解決得了，於是只要有時間，便會查找有辦法跟進我這類長大的亞氏保加症患者的機構，希望找到合適的協助，結果在Facebook上看到助展會SAW Project的海報，然後我便決定上門試試。

在課程最初開始的時候，最記得導師說我看事情和理解說話時往往第一時間向負面方面思考，過份著重對話內可能有攻擊的話，可是原來一句說話，說話人的心思可以有很多不同的可能性，甚至超乎自己的預期，在很多情況下我們只要不帶有主觀情感想法去接收對方的「訊息」便已足夠了。



計劃初期包括好幾份「習作」，要求學員每星期的生活上回想一些與他人的對話回顧當時自己的感受和整個對話的內容，從中找到反省和改變之處，另外也有學習看懂招聘廣告的要求便知道該份工作是否最能結合自己能力、志向和待遇的部分較為深刻。在模擬面試練習中，導師在課堂上會明確地給予作為對話者應有的反應，引導我更易捕捉到對話內應可包含的精細之處，間接鼓勵我不再為溝通不良的問題感到害怕，使我對見工沒那麼害怕。

經過約半年時間，在各方面的考慮下，我離開了過往的舒適圈，嘗試轉型做別的行业，雖然新工作的收入和待遇仍舊不甚理想，但至少工作量上是適當的，沒有構成過份的緊張和壓力，更有好的工餘時間繼續我的寫作和興趣。凡事不可以為單看表面便可，不可因公司的名氣待遇較好，或者自己已考到某某資格而強行接受一份根本不是對自己最好發展的工作。

最

後，我作為一個亞氏保加症和有溝通障礙的青年人，在此向各位在職場打滾的同路人分享我在參加 SAW Project 期間的人生領悟：「過去活在社交陰影下的我們已經長大了，無需再為不明白我們世界的人而感到卑觀對自己失望，為著生存逼著迎合他們的世界而改變自我。要改變的地方，是如何欣賞自己，請重新審視關於自己的一切，一切真正喜歡的事物，當清楚過後便不會被他人動搖信念。還有就是，在世界當中不斷探尋更多的同路人互相勉勵，這說不定就是我們的出路。」



講座後記

「如何幫助只欠專注，但不過動的孩子」

6月30日「如何幫助只欠專注，但不過動的孩子」的講座已經順利完成！我們衷心感謝當日家長們的投入參與，參與者對是次講座大多表示很滿意，認為講座能讓他們深入了解到孩子“不專注”行為背後的問題所在及認識到具體的對應方法。

當日本會兒童發展治療顧問陳玉珍姑娘 Ann Chen 深入淺出，先剖析孩子專注力不足的原因。她說道：人若能專注，他必需具備三「心」和三「力」，分別為安定心、平和心、接納心，及心力、身力、腦力。

而從她臨床所見，雖然孩子表面看來都是專注不足，但其背後成因、其實不盡相同，主要分為四大困難：一是潛藏的心結，以至孩子面對工作或學習時，感到過份焦慮、緊張、無力、執著....等。二是心力不足，主要為覺知力(即意識自己的注意力或心放在那裡能力不足，很多時分了心也不知)和自控力(即運用意志叫自己保持專注)。三是腦力不足，包括：行動力、計劃組織力和語言思考力不足。四是身力不足，包括感官反應、感覺統合，動作協調障礙等。若孩子欠缺以上所說的腦力和身力，就算他們的心想把工作做好，但往往卻會做得很慢、遺漏甚至亂七八糟，讓人覺得孩子有欠專注。

當然，陳姑娘繼而向家長提供了對應不同專注不足問題的解決之道，包括介紹了不同療育方法和日常教導方法。當天內容十分豐富，家長們都獲益良多！若大家對這題目想再認識多些，記得留意我們下次開講的日期，親身來聽聽問問啊！



最新消息

助展會進行了翻新工程

本會於十月初進行了翻新工程，我們換上了更明亮的燈光和牆壁顏色，以及添加了窗花，讓孩子可在更安全、更優質的環境中學習。希望各位喜歡呢！歡迎大家參觀探訪，有興趣者可聯絡本會行政主任陳姑娘 2528 4096 預約時間。到時見！



講座推介

10月24-11月27日

母嬰護航計劃 —— 嬰兒發展個別諮詢 (公益服務)

適合: 正在擔心0-3 (0-23月) 的發展是否偏離
或落後大隊, 希望聽取專業意見及盡早支
援孩子的家長

11月開始
約1.5至2小時

SUCCESS AT WORK (SAW)

免費諮詢服務

適合: 擁有專上學歷, 但有社交溝通困
難, 預備就業或在職之
青少年

11月24日(四)
7:30—9:30 pm

教導 自閉症/亞氏保加症 孩子看故事書

適合: 想知道怎樣引導孩子閱讀故事書, 並藉此
提升孩子的人際情感及
想像能力之家長

12月8日(四)
7:30—9:30 pm

懂得說話的孩子, 還需要言語治療嗎?

適合: 正擔心孩子的語言發展滯後
(能開口說話, 但理解或/和表達
方面跟同輩仍有距離), 並想
解決問題的家長

1月11日(三)
7:30—9:30 pm

帶領過度焦慮的 孩子走出困境

適合: 想知道怎樣面對孩子的焦慮狀
態及幫助孩子解決身心困擾之
家長

如對以上講座有興趣, 歡迎透過以下方法查詢
電話 : 2528 4096
What's app : 6376 5124
電郵 : pda@pdachild.com.hk