



助展會通訊 PDA Newsletter

2021年10月 (第38期)

OCTOBER



活動分享

保護波遊戲- 學習有意識運用自己的身體

紙杯手工 DIY - 訓練觀察力及增強創意

霎時感動

特教導師 戴姑娘

特教導師 奚姑娘

最新消息/課程

Good @ Study 首個網上課程介紹

YouTube 最新影片

講座後記

自閉症之中醫對治

怎樣支援孩子應付日常功課 免費問答討論會

活動推介

2021年11- 2022年1月 (內容請見 P.10)

主題文章

溝通表達不只言語訓練，
還需兼顧心理情緒 -
Joey 爸媽的體會

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 : 香港灣仔軒尼斯道 258 號

德士古大廈 3 樓 全層

(灣仔港鐵站 A4 出口)

疫情下注意事項：

為確保學生及教職員之健康安全，所有到訪人士及新學生
需要遵守新冠肺炎守則和填寫健康申報表。



主題文章



溝通表達不只 言語訓練

還需兼顧 心理情緒 — Joey 爸媽的體會

看著五歲多的女兒由助展會「畢業」，懂得表達自己、驚青徵狀慢慢消失，Joey（化名）的父母終於放下心頭大石。除了女兒成長漸入佳境外，兩人也發現，兩年來改善的不單是女兒的情況，還有一家人的關係。

「訓練有效，的確大大幫輕了父母」，Joey 爸爸這樣說。

Joey 的故事，和大多數找助展會協助的家庭相似。幼兒園時，老師說 Joey 有言語發展障礙徵狀：對說話不理解、不懂答問題、表達自己的情緒及需要，及懷疑有專注力不足。對特殊教育需要本來毫無認知的 Joey 父母，由此展開求助之旅。最初他們帶 Joey 見言語治療師，但重複說話的訓練方式令 Joey 很抗拒，她甚至曾攤在地上大喊「Joey 要返屋企」。父母見此路不通，惟有另覓途徑，偶然在網上看到《攜手同心----兩代亞氏保加兒的障礙路》這本書，得悉訓練是根據小朋友的個別需要及喜好而設計，就找上助展會一試。

尋找適合的訓練，要有屢敗屢戰精神

回想過去兩三年的心路歷程，Joey 爸爸指夫婦最費神的，其實是找適合的訓練：「外間的訓練林林總總，找到一間機構後，我們即滿懷希望帶女兒去試。但做訓練並非打針，不會即時見效；待試了兩三個月，卻發現不適合女兒時，便又要重頭再來，令人十分氣餒。」

「尤其是小朋友成長有黃金期，試了三個月後沒有幫助，感覺就像浪費了一段很寶貴的光陰似的，所以選擇時總是戰戰兢兢，怕選錯。」Joey 媽媽補充。幸好 Joey 來到助展會後，訓練令言語發展障礙的徵狀得到改善，Joey 也非常受落，父母自然非常信賴，也毋需重回之前藥石亂投的日子。

Joey 爸爸強調，不是說其他機構的訓練不好，只是每人情況不同，女兒與以往試的機構都合不來。媽媽也說，Joey 以往聽到要去訓練，會不肯穿鞋，要家人強抱她出門；後來改到助展會，總是主動地換衣服穿鞋子，又會開心地說「我聽日去助展會」，分別頗大。

「未到助展會訓練之前，Joey 常處於被姐姐欺負的狀態，由於她無法表達自己的不滿，故過去常被姐姐指指點點；然而現在 Joey 不但能表達自己的需要，有時甚至懂得照顧姐姐；她的信心擴大了，膽子也大了不少，跟姐姐的關係也非常好，常邀請姐姐這樣那樣……又勇於嘗試新事物。」Joey 媽媽還說「朋友來訪時，也發現 Joey 較以往「精靈」多了，近年的照片像大部分小朋友般自信擺甫士，整個人亦神氣多了！」媽媽又說，Joey 現在享受學校生活，得到老師喜愛，也能專心上課，好好學習，令她很欣慰。

找到適合的，只管放手相信，加以配合

兩年說長不長，但對 Joey 一家而言，風雨不改的訓練亦不容易。因為 Joey 一家住大埔，當時每周一天放學後要坐一小時車到灣仔助展會做訓練，完成後再坐一小時車回家。為了四十五分鐘訓練，就花去半天時間。而且學校下課後，家人便要讓 Joey 匆匆吃午飯然後啟程上車，晴天雨天如是，封路塞車、社會運動亦如是。兩年來近百次訓練，若大人小童欠點意志，恐怕難以捱下去。

但看到 Joey 每個階段完成訓練目標，行為逐漸改善，開開心心成長，甚至即使疲累仍願意到助展會，Joey 的父母就明白，既然訓練有效，父母就應「放手」，信賴專業判斷。有時助展會的導師建議 Joey 一家人在生活細節上作出輕微調整，這時全家上下也會跟從，讓訓練成效更好，因此 Joey 才能快速「畢業」。



少勞氣，自然多和氣

任何兒童，照顧起來都花心神；但照顧特殊需要兒童，則只有有經驗者才知道箇中心神可謂「更上一層樓」。Joey 一家人通力合作，外婆、父母、家務助理互相補位，定期帶 Joey 做訓練，但照顧過程中，仍必然會有無數挫折、懷疑和勞氣。

Joey 父母是上班一族，下班後還要費極大精力管教兩個同樣有特殊學習需要的女兒（Joey 及姐姐），時要排解兩姐妹紛爭，導致疲累不堪，家中因此總是有一種無形的張力；但自從 Joey 和姐姐情況有所改善後，小朋友相處開心了，一家人自然也輕鬆、和諧了。「現在家中氛圍改變，照顧她們舒服多了。現在只會為不夠時間和她們玩耍而煩惱，而不用時刻擔心她們在學校闖禍」，Joey 媽媽笑說。

解決深層次問題，及心理情緒需要

Joey 最初因為抗拒「操練式」訓練，所以到助展會進行「遊戲式」訓練。Joey 媽媽說，過去所試機構的訓練較「科目性」，目標就是練大小肌肉或職業治療等等；助展會的綜合性訓練，則會顧及兒童情緒及心智發展。「例如小朋友寫字不好，助展會會讓他玩泥膠，但導師也不會一成不變，有時會放下泥膠，改玩撕東西，訓練比較靈活有趣味」，她說道。



Joey 爸爸也指，助展會的特色是針對學生較深層次的問題，找出問題背後原因，如 Joey 最初要訓練小手肌，也要改善「驚青」的心理問題，政府的早期教育及訓練中心(E 位)在這方面根本無法支援後者，惟有助展會的訓練才能兼顧解決心理需要，這樣大大彌補外界訓練的不足。

面對問題、為自己和家人打氣

Joey 爸媽由當初對 Joey 日後與人相處及在社會立足感擔心，現在看到她已達到基本期望，大為放心。他們寄語其他家長，要真正幫助有特殊學習需要的孩子，全在於家長心態。「首先要勇敢面對事實，不要逃避，誤信其他人說『小朋友大點就自然會好的了』，這會耽誤小朋友的黃金時間；其次就是要培養出強大的心理，在照顧子女最勞氣時，要為自己及其他家庭成員打氣，夫婦兩人互相體諒支持，懂得在有需要時找外援，稍息過後再回到崗位，繼續努力」，Joey 爸爸說。

「還有當然是耐性，即使教來教去小朋友老是忘記、學不會，父母要相信只要找對合適的訓練，只要繼續試，終有一日小朋友會記得，會做得到！」Joey 媽媽說。



助展會非常感謝 Joey 的父母與我們分享她們在助展會的經歷。欲知道更多關於言語障礙的詳情，請瀏覽助展會網頁 <http://www.pdachild.com.hk>。

以上內容為受訪者個人意見, 並不代表助展會立場。



霎時感動 訓練中，令導師感動的時刻.....

「姑娘，我想你開始先」，這看似簡單的一句，卻是導師期待已久的。這是輝仔第一次如此明確地告訴我他的心意。

以往，輝仔比較隱藏自己的內心，從未試過由「我」出發去表達自己的想法，總會站在第三者角度去談論有關自己心中所想要的玩具或物品，這使我經常需要去猜度他的內心，甚至有時我透過輝仔的身體語言猜中了他的想法或需求，他也會急於否認。

透過不同大肌遊戲，輝仔開始為意自己在遊戲期間的想法和感受，再經過導師的示範和引導，輝仔能逐漸從一開始的隱藏內心，去到慢慢模仿導師的言語，再到現在能很從容、自然地表達自己心中所想，真替他感到開心！



特教導師 戴姑娘

「奚姑娘你有冇曾經試過呢種經驗？」二十歲有亞氏保加症傾向的阿清（化名）在課堂上與我聊天時，主動問了我這句話。這個提問看似平常，卻對阿清來說是很難得的表現，因此令我非常驚喜。

初認識阿清時，他的談話內容只圍繞著自己，眼睛不太望人，也沒有注意對面的人是否正在聆聽。在社交上遇到一些困難的他，為此來到助展會做溝通技巧訓練。在課堂上，阿清和導師們一步步練習，從聆聽、接收和理解對方的訊息，到讀懂和同理對方的情緒跟肢體語言，逐漸調整阿清的溝通模式。

近三個月的訓練以來，阿清在練習的過程中開始改變了，對談中會留意對方，注意對方的情緒和感受，在侃侃而談分享自身的事情時也不忘關心對方。而見到阿清逐漸了解真正的「交流」是怎麼一回事時，我心中充滿欣慰。



特教導師 奚姑娘

活動教學分享

保護波遊戲– 學習有意識運用自己的身體

在大人允許和陪伴下，「搶嘢」也可以很好玩。今天想介紹的是孩子很喜歡的保護波遊戲，導師和孩子會輪流擔任兩個角色：保護波的人和搶波的人。我們可以利用身體不同部位來保護個波，例如雙手攏實、雙腳夾住、甚至可以用整個身體包實個波，避免被對方搶到。

每當和孩子玩這個遊戲時，大家都玩得十分投入和興奮，無論是哪個年齡的孩子、又或是孩子擔任哪個角色，他們都出盡渾身解數去保護自己的波或搶到對方的波。這個活動能有效幫助孩子有意識地運用自己的身體，透過各個身體部位的配合來保護自己的波，而當他們能成功保護或搶到波的時候，他們會感到滿足和成就感，這能幫助他們在之後的訓練中為自己增添自信心，面對挑戰時能以更輕鬆的心情來面對。

記得有一次和一位小朋友玩保護波遊戲時，孩子不太懂得運用身體來保護波，他便拿著波周圍處跑來避免自己的波被搶到。在導師的示範下，他很快便能透過模仿導師的動作，慢慢從模仿中學習運用自己的不同身體部位，再由自己創作更多保護的波的方法，最印象深刻地是他用雙手攏實個波，然後在地上滾動來避免自己的波被導師搶到。

這個遊戲只需利用一個波，既能讓孩子練習為意自己的身體，也能提升孩子和成人間關係的親密度，而雙方都能夠十分享受其中！



特教導師 戴姑娘

紙杯手工 DIY- – 訓練觀察力及增強創意

適合對象：已懂得使用剪刀的學童

準備材料：紙杯、剪刀、膠紙、膠水、顏色筆、顏色紙、泥膠

疫情之下，孩子每天待在家，不免覺得悶。家長不妨利用家中常見材料「紙杯」，來進行簡單又受孩子歡迎的手工活動。

首先，家長可以協助孩子在網路上搜尋紙杯手工的圖片，讓孩子選擇一款自己想做的手工。在動手做之前，請孩子先仔細觀察圖片中的手工有什麼特徵元素，以及用什麼材料做成，如果有些材料事先沒有準備到，可以與孩子一起在家中尋找。過程中，當孩子完成一個步驟時，家長可以請孩子觀察還有哪些地方還沒做，像是問「仲有冇未整嘅地方？」或者「係唔係完成啦？」。另外，家長也可以鼓勵孩子嘗試使用不同的物料來做裝飾。

對於孩子來說，這個活動有趣的地方是自己能夠動手創作，用不同的物料來發揮他的想像和創意。在完成作品後，孩子能向父母展示自己的實體作品，不僅為他帶來成就感，也可以促進親子間的感情。此外，在活動中，孩子也能藉機訓練觀察能力、培養動手操作能力和創意力，同時可以鍛鍊孩子的小肌肉和耐力。



特教導師 奚姑娘

最新消息



最新影片“有特殊發展需要 (SEN) 的學生，經常都有不願意「埋位」做功課的情況，如何可以令他們輕鬆埋位做功課？”已 upload 上 Youtube 頻道，有興趣可以上 Youtube 觀看及「訂閱」我們！



www.goodatstudy.com 是一個網上教養平台，第一個課程是為幼兒及初小學童而設的 Joy and Confidence in communication (邊玩邊講親子 10 分鐘。提升小朋友的語言能力及溝通信心)，由助展會 前言語治療師 蔡詠兒 Renee 姑娘 設計課程內容及親自示範。課程適合你的孩子嗎？可先觀看以下免費體驗課：



講座後記

2021.8.5 自閉症之中醫對治

本會邀請了註冊中醫師 杜嘉喜醫師從中醫的角度拆解自閉症的外在症狀，並介紹了四種現時對治自閉症的方法，為家長們打開了自閉症的另一個面向。

杜醫師提到，中醫是透過觀察外在症狀、體質如五臟六腑的健康狀況等來判斷一個人是否生病。而根據臨床觀察，自閉症兒童普遍出現腎精虧虛、痰蒙心竅、肝鬱氣滯及心肝火旺這四個先天性的證型。簡單而言，即自閉症是與腎、心、肝的虧虛息息相關。

杜醫師繼續解釋，腎臟與我們的腦部相關，腎臟健康會影響到人的智力及語言發展。而心臟裝載了人的氣血和元氣，當作為傳播通道的經絡受阻時，會導至神志不清、口角流涎等心神蒙閉的情況。肝的健康則會影響人的情緒和社交，會出現不認親疏、精神抑鬱等狀況。

最後，杜醫師簡單介紹了四種針對性的治療方法，分別是食用中藥、針灸、小兒推拿以及耳穴壓豆。每種方式各有其長短之處，故醫師亦建議有興趣的家長先向有經驗的中醫師查詢，以找到最適合孩子的方針。

2021.9.15 怎樣支援孩子應付日常功課 免費問答討論會

本會的兒童發展治療顧問- Ann Chen 陳姑娘在講座中為家長答疑解惑，幫助孩子應對日常功課。其中的一條問題是諸多家長都想要了解“孩子在做功課前執行能力低，遲遲不肯開始，該怎麼辦？” 陳姑娘提出以下的建議：

首先，設定一個做功課的固定時間，開始做功課之前進行一些“提示活動”，比如，固定吃一些茶點，讓孩子知道，吃完茶點便要開始做功課了，以建立規律的生理時鐘。此類的“提示活動”可以是沖涼、聊天等。

然後，家長需身體力行幫助孩子建立節奏，特別是對於有特殊學習需要的學生。家長用手輕輕地把孩子拉到課桌前，讓孩子產生身體記憶。家長還可以先幫孩子把功課拿出來放在桌面，並一起查閱家課冊，讓孩子有頭緒自己需要做什麼，便能更輕鬆地開始做功課。

最後，盡量令孩子在做功課的過程中感到輕鬆。主動給孩子適當的休息時間，避免因太累而產生情緒。在休息期間不要進行打機等對大腦產生太多刺激的活動，否則，再進入學習狀態會有困難。



活動推介

(2021 年 11 月- 2022 年 1 月)

Smile @ Heart 兒童及青少年情緒困擾

29/12 晚上 (三) 療育孩子的心系列 V - 當孩子大發脾氣時, 怎麼辦? 問答討論會 (公益課)



專注缺失 / 過度活躍 (AD/HD)

1/12 晚上 (三) ADHD 學生的飲食及營養須知 (講座)

12/1 /2022 晚上 (三) 如何分辨孩子是好動, 還是過動? 問答討論會 (公益課) 

自閉症(ASD)

24/11 晚上 (四) 如何在家輔導自閉症/ 亞氏保加症的幼兒/ 初小學生? 問答討論會 (公益課)



19/1/2022 晚上 (三) 提升自閉症學生的閱讀理解能力- 家教攻略 (講座) 

學習 / 讀寫障礙 (LD) 治療與輔導

15/12 晚上 (三) 幫助學習障礙學生建立時間意識- 治標及治本 (講座) 

5/1/2022 晚上 (三) 提升讀寫障礙學生的中文認字能力- 治標及治本 (講座) 

報名請到 : <https://bit.ly/3nDi43y>

