

身體意識與運用(續)

2014 年 4 月季刊(第 10 期)

上一期通訊跟大家介紹過一位被自閉症捆綁，又希望改善溝通能力的年青人。這次主題，我們將會繼續與大家分享這位自閉症年青人之故事及其訓練後的改變。另外，我們為大家提供一些給予孩子「有效指示」的教學小貼士，讓成人幫助孩子較容易完成「任務」。

多謝大家的支持！過去 4 月一連兩天半的「識心療法」專業培訓課程已經完滿結束，而我們亦繼續為大家準備了以下講座：

最新消息

1. 「身心靜定」兒童及青少年專注力根基訓練（第六場）
(5 月 22 日 星期四 早上 10 時至中午 12 時)
2. 「讀書三到」：幼兒讀寫障礙之識別及輔助方法
(6 月 19 日 星期四 早上 10 時至中午 12 時)
3. 你的孩子需要做「IQ test」嗎？
(6 月 19 日 星期四 晚上 7 時半至 9 時半)
4. 幫助發展障礙孩子「情緒穩定」之竅門
(7 月 3 日 星期四 早上 10 時至中午 12 時)
(7 月 10 日 星期四 晚上 7 時半至 9 時半)
5. 靜觀手觸療 I & II（第五場）
靜觀手觸療 I - (7 月 17 日 星期四 早上 10 時至下午 1 時)
靜觀手觸療 II - (7 月 24 日 星期四 早上 10 時至下午 1 時)
6. 「識心療癒」突破自閉 / 亞氏保加症孩子之意識封閉障礙（第九場）
(8 月 21 日 星期四 早上 10 時至中午 12 時)



電話：2528 4096

電郵：pda@pdachild.com.hk

地址：香港灣仔駱克道 194-200 號東新商業中心一樓

網址：www.pdachild.com.hk

Facebook：www.facebook.com/pdachild

歡迎致電或電郵查詢有關資料及詳情!

冰封的孩子(下)

2014年4月季刊/第10期/

助展會 兒童發展治療顧問

陳玉珍姑娘

記得在上期通訊裡跟大家介紹過的年青人懷志嗎？對了，就是那個二十歲被自閉症捆綁著，而又熱切希望改善溝通能力的大專生懷志。

上年七、八月懷志由美國回香港放暑假的時候，在助展會接受了共十二天(每天九十分鐘)的訓練，內容主要包括：

- I. 「靜觀手療」來釋放積存在他身體筋肉上的恐懼/焦慮，以幫助他將身心放鬆，從而讓其自然防衛系統由「冰封反應層次」提昇至以「身體行動」和「社交互動」調節為本的自我保護機制；及讓其生命能量能作全身流動而不只被網在頭腦內。
- II. 「識心療法」來開啟他的視覺、聽覺和身體感覺意識，及建立自主運用雙眼觀看，耳朵聆聽和運用身體動作來回應環境之能力。
- III. 溝通技巧教導

究竟這些訓練對他起了怎樣的作用？今期通訊就讓我們來跟大家報導一下。

訓練前的懷志在社交溝通上的困難：

他渴望社交，但因其常處於高度緊張和焦慮的狀態、全身繃緊、行動慢。常低著頭眼兼向下望。眼神接觸少，視野狹窄。亦常聽而不聞或聽錯，回應非常慢兼常「九唔搭八」，常自言自語等，故很難跟人交談和互動。

訓練後，導師們這樣看見：

在整過訓練的過程中，懷志的改變是漸進和隱約的。雖然如此，但到了課程完結時，我們卻看見他無論在身體、眼、耳意識和溝通能力各方面都不經不覺地有著非常明顯的進步。

首先，懷志現在的身體比以前放鬆，動作反應更多，更快，也很自然和流暢了。他現在走路或說話時已能抬著頭，眼看前方和四周和望向別人，不再只注視著地下。他的眼目變得有神采，臉上表情亦出現了，還不時展露笑容，令他看來較自然和自信。在對答方面，他的回應速度比訓練前快了兩倍，由最初的七、八秒變為現在的兩、三秒，且能較對題和流暢地表達自己，同一個話題上我們也可以跟他一來一回地談上幾個回合，有時更會說出一些哄人的說話。他以前「九唔搭八」的情況已大大減少。

最令人替他高興的，懷志開始能清楚分辨哪些資料是他真正能用眼睛看見、用耳朵聽見和心所感受到的，哪些是從他自己的頭腦想像出來的。懷志的感官意識和自我意識啟程了！

懷志媽媽這樣說：

在孩子停止訓練的時候，我們跟懷志的媽媽傾談了一下，問她有否看見懷志在暑假前後一些不同的表現。懷志媽媽微笑地表示，她發覺懷志現在跟別人多了適當的眼神接觸，說話又比前流暢了，較能適當地表達自己，又減少了自言自語。另外，孩子說話的話題廣了，話題內容也較以前豐富，不像以前說話總是重複重複的，現在間中還會開始跟她開玩笑呢！



還有，她發覺孩子開始能有一心二用的能力，例：當孩子在使用電腦時，他現已可回應別人少少。回想以前，當懷志專心做著一件事時，無論你怎樣叫他，他也沒有反應，就像借了「聾耳陳」的耳朵似的。其實，當我們訪問媽媽的時候，懷志正坐在一旁用著平板電腦在網上辦理登機手續，他真的能在工作之餘，又能偶然參與我們的話題，回應或回答一、兩句。

整體來說，孩子的自閉症行為好像減少了！

在懷志跟媽媽一同飛回北美繼續學業的兩個月後，我們邀請了家長再告知一下懷志的近況，看看他的改變能否自行延續。很快，我們收到了懷志媽媽的回覆，在電郵中，媽媽是這樣寫道：

"Wai Chi is now striving hard on his study, he also requests me to do the touching(靜觀手療) for him. He said he felt relax after the touching on his head, neck, upper body and back, arms.....Wai Chi said that he felt very relax after the touch. His mind will not stuck w stone.

He is more initiative to approach other people though his way of expression may not be 100% make sense. Response time is quicker, though it still takes 3-5 seconds[1],I tell him it is better at 1 second. Now he takes initiative to ask his classmates together for group study which is a good sign. " [2]

看罷電郵，導師們都齊聲說：「真好！」；我們仿似看見他們的新生活正在開始，打從心裡替這母子倆高興起來.....連懷志自己也感覺到自己的轉變！他寫了一封百多字的短信寄予我們，為自己做了訓練前後的比較：「經過與陳姑娘、張姑娘個半月的訓練，我的說話技巧、思考能力和身體感知得到少許進步。」[3] 他還認真地寫下了兩個例子來證明他的看法：「以前親戚問我問題時，需要至少5秒或以上才能回答對方問題。現在，我能夠在3秒內回答對方問題」[4]、「在做助展會前...我的雙眼只能留意少許東西。....以前到任何地方我只能留意少部份的東西，現在我能夠多角度留意周圍的事物和事情。」[5]

此外，懷志感受到他的頭腦和身心上都比訓練前放鬆了。他寫道：

「經過了細陳姑娘[6]給我做了個半月的治療和訓練，我能夠適當地放鬆自己。在我做助展會前，我的頭腦和胸口都感覺緊張，整個人的思考很慢和不能放鬆自己。」[7]

懷志心中的這些「少許」進步對導師們來說其實是得來不易的大躍進！

總括來說，訓練後的懷志身心放鬆多了，視野廣闊了，耳朵開動了，對答準確多了；他的心能開始踏出他的頭腦和身體，透過眼和耳來接收現實世界傳來的訊息，整個身心都能較有效地跟別人溝通和建立關係。

說到這裏，我們可以說懷志的治療是成功了嗎？當然，這是見人見智的。不過，若說今次的訓練幫助了懷志在社交溝通上回歸了正確的成長軌道，並正在向前邁進中，相信大家會贊同罷！

筆者看見，冰封的身心鬆綁後，每個人內藏的生命力會自然起動，孩子本有的潛能會被開啟，成長和一切的轉變都會由然而生，很完滿，很美麗！

感恩懷志給我們作了一個這樣美麗的見證，並祝願他在社交溝通發展上繼續開竅，其他同路人亦如是！

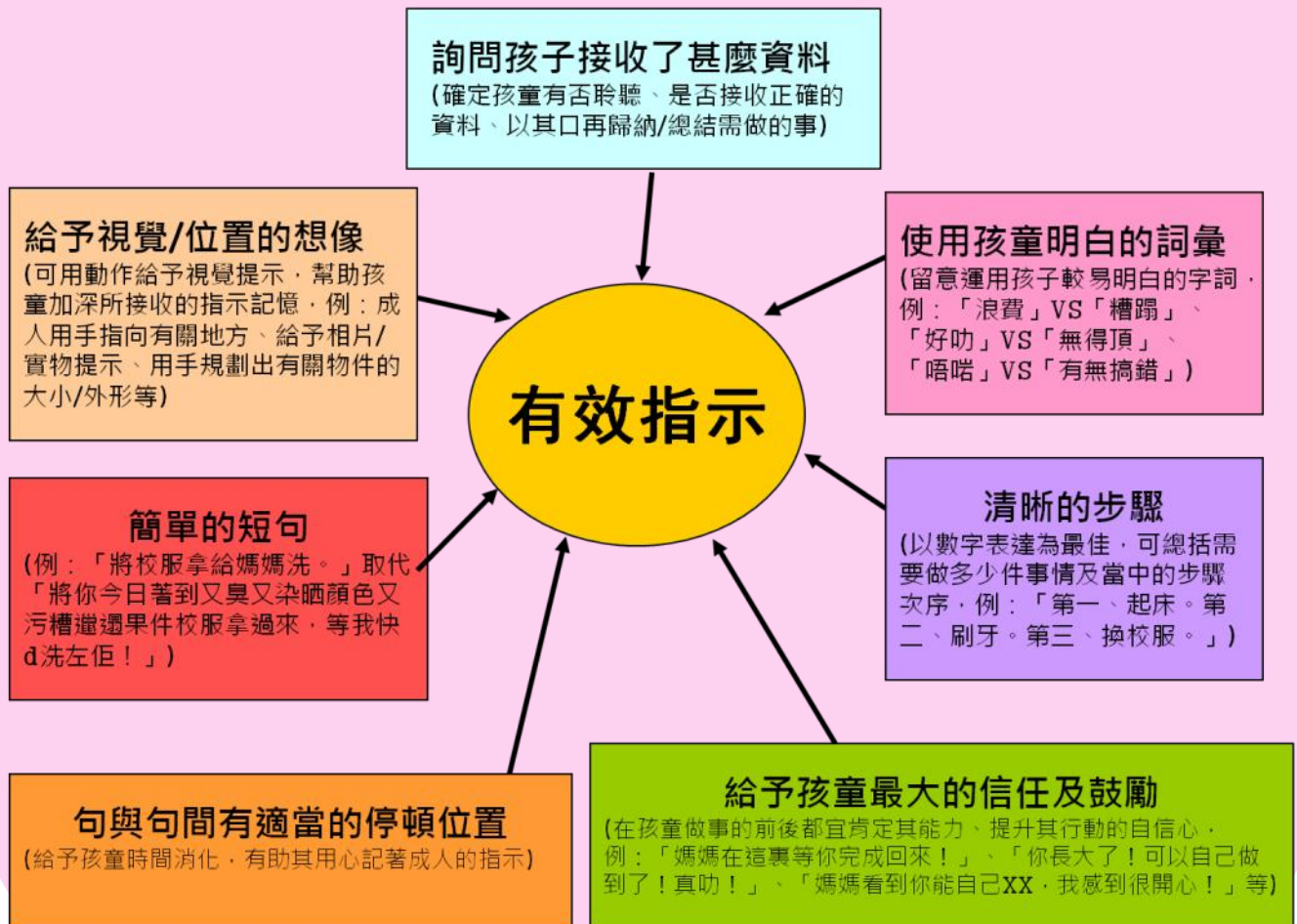


備註：

1. 以前等候他回應的時間約需七至八秒
2. 摘錄自懷志媽媽寄給助展會的電郵 (11/2013)
3. 摘錄自懷志寫給助展會的信件 (8月中/2013)
4. 同上
5. 同上
6. 細陳姑娘指陳嘉慧姑娘、負責替懷志做「靜觀手療」的兒童發展導師
7. 摘錄自懷志寫給助展會的信件 (8月中/2013)

如何給予孩子「有效」的指示？

常常聽到家長提及：「我已經把指示說得十分清楚，他不是做錯，就是做漏！」、「我指示他去取兩、三件物件，他就只能取一件回來！」其實，對於有發展障礙的孩子，他們的聽力都沒大問題，但是在接收訊息時總有欠漏，所以孩子需要我們配合其能力，「略施小計」給予他們「有效」的指示，加深他們對指示的記憶及印象，此可有效地幫助孩子完成「任務」，現盼望與各家長及同工分享給予孩子「有效指示」時的「教學小貼士」：



喜訊！



言語治療師 Renee 姑娘順產誕下一女兒，她產後已於 23/4 復工，在此祝賀 BB 女精靈活潑，健康成長！

新人新事



林子南 兒童發展導師

心理學學士、教育專業文憑、註冊教師，曾任職中、小學，具輔助學習差異學生的經驗。

助展會成立於一九九三年，本著「順天而行、助展潛能」的信念，為 0 至 25 歲在發展上有差異的兒童及青年提供全面性專業服務的私營機構；宗旨為幫助他們突破成長困局，促進其身心腦的自然發展。服務包括為孩子提供**兒童發展及學習能力評估**、**智能評估測試**、**讀寫障礙評估**、**音樂才華專業諮詢**等評估，以釐訂個別發展需要的治療方案並進行訓練。本會亦為家長、教育界、復康界、社會服務界同工提供專業諮詢及培訓，並有感統訓練用品，以供各界訂購。