



學障系列

學障小種子 了解中茁壯

根據衛生署最新統計指出，香港一成學童有不同程度的學習障礙，並且於過去十年有顯著增長，由1999年至2001年每年確診200宗，升至2006至2009年每年近千宗，以讀寫障礙最為普遍。

對家長來說，最困難的可能是資訊混亂，有時更真假難分，例如很多人聲稱改善學習障礙要靠「黃金期」。



生這個歷程，一直在精簡架構。」

言語治療的對象，有小至幾個月，亦有不少是中學生。Joanne說，即使孩子已經十多歲，在接受治療後，仍然可以有很大的進步空間，「只可以說，一個人年齡愈大，思維和成長背景便愈加複雜，從治療的角度看，需要顧及的範疇便會變得更廣

泛。」

一個人從出生開始，一個接一個階段逐步發展，對學障兒童來說，別人用一年走完的一步，他們可能需要花兩年時間，在某些情況下，如果缺乏適當的幫助，更可能沒辦法完成那一步。

助展會的陳姑娘認為最重要的是秉承「順天而行」這個理念：「天道已經安排了人類共同的發展需要及路線圖，我們為學障孩子做的，是帶領他們順著天道而行，成全他們腦神經內未發展完成的部分。」



言語治療師Joanne（左）和助展會陳玉珍姑娘多年來保持溝通，從不同範疇幫助學習差異的孩子。

患有學習障礙的學童大部分在6歲左右確診，有學障小學生一天平均花小時做功課，他的父親慨嘆，幾乎跟他工作時間一樣！

當中甚至包括資優兒，亦有不少父為專業人士，一直用心栽培孩子，對子有學習障礙均感到難以置信。有家長表，眼看就讀初中的孩子，數學等其他科都成績優異，偏偏中英文卻只有小一程度，日常連寫手冊、執書包亦應付不了，在旁照顧他們的父母身心俱疲。

最可惡是「隱性」

能及早察覺孩子有學習障礙，給他們當的治療，自然最為理想。然而學習障最大的特徵，正在於它的「隱性」——常生活和大部分學科都能應付自如，偏在學習某些特定項目時會有不同程度的難，令家長未能在孩子很小的時候加以

識別，再加上諱疾忌醫的心態，又或是心存僥倖，抱著「可能佢大D就有事」的想法，容易一再錯過治療的時機。

坊間有一個說法，指8歲前是學障兒童接受治療的黃金時期，之後便難以力挽狂瀾了。到底是否屬實？

言語治療師夏小月Joanne否定了有所謂「黃金時期」這個說法：「治療學習障礙和語言問題其實都沒有時間限制，我們看一個人，不應該用名稱去區分他們，而應該觀察和分析他們實際欠缺什麼，再決定應該做什麼來幫助他們。」

中學生也需言語治療

Joanne指出，坊間對大腦發展的歲數一直眾說紛紜，最初有人說0~3歲，後來有說法指到6歲而已，近年又有人說其實到13歲。她說：「如果治療時期只到8歲，那不就等於小學二年級就要放棄？其實最新的科學理論指出，大腦成長周期可以到22歲，期間腦細胞會持續死亡和再



勸家長勿夢想預防

要識別有沒有學習障礙，當然愈早愈好，一般在孩子幾歲可以觀察得到學習障礙的特徵？陳姑娘說，在富經驗的專家眼中，其實早在0~3歲便有跡可尋：「學習障礙很大程度是先天的，不能預防的。其實家長毋須太刻意把焦點放在這方面，因為他們始終不是專業人士，很容易會過度緊張。」所謂學習障礙說到底其實只是一個社會性標籤，從整體發展角度去看一個小孩的成長，才能真正幫助他們。

有很多家長關心：學習障礙能預防嗎？陳姑娘說：「我不會用『預防』這個字眼，而會說可以及早識別和介入。」

一個人的正常發展是沒有「跳步」這回事的，舉例說，幼兒時期的爬行動作，

其實正為日後的上下身動作分工、平衡和手腳協調打好基礎。如果這個時期的基礎動作有問題，大有可能影響日後整個人的發展。

家長應先學會觀察

在孩子0~3歲的時候，他們顯現出來的一般並非學習上的障礙，而可能是爬行或動作的協調有問題、發音含糊、字詞錯亂或較少、專注力不足，反而如學行這類一般性發展，會與普通小孩無異。

家長能做的，主要是學會「觀察」。「作為陪伴孩子成長的人，家長可以多看看書，多觀察其他小孩，對兒童正常發展要有正確的認識。」她提醒家長，帶子女到公園玩耍正是一個觀察和比較的

最佳機會。

在一般觀念中，既然有學習障礙，業成績一定較差，甚至有人誤以為學習障礙等同「蠢」，其實事實並非如此。有少程度輕微但未被識別的學障兒童，在行教育制度下，能考取中等成績，只是他們在學習上需要比別人多花幾倍精力和時間；亦有一些成績明顯較差，但又未差被人區別出學習上有問題，「隱藏」在常級別裡。

另外亦有少數在很小的時候已經被別為學習差異，經過處理和治療，能在業上得到相當好的成績。

每個孩子都是一顆種子

如果子女被確診為學習障礙，家長

做什麼？陳姑娘多年來眼看不少家長
為孩子到處奔走，
心焦如焚地走訪各
方面的專家，不斷
為孩子做各類評估和
訓練，她認為，作為
家長首先要保持平靜
穩定的情緒，聽取專家
的意見，仔細考慮：什
麼才是對子女最好的？
應該怎樣去衡量訓練的成
果？

陳姑娘語重深長地
說：「再好的治療和服務，
都不能代替父母對孩子的關
愛和心靈上的支持。」

她比喻，每個孩子都是
一顆種子，需要一塊土地去成
長，家長的責任就是要去認識
這顆種子，陪伴他們去尋找最適合的土
地，給他們最好的滋養。

「父母不要把自己當作訓練員，他們
要做的，是讓孩子從小清楚知道，不管發
生什麼事，只要回到家裡，就可以把頭靠
在父母身上，可以傾訴、可以溝通，這種
親情的連繫是無可替代的。」

有很多父母只著重孩子的資質和學
業，忙於分析他們的長處和缺點，到處尋
求幫助和訓練，不停責問孩子：「點解你
讀唔到？點解你做唔到？」而忘了孩子最
需要父母了解的是什麼。陳姑娘說：「孩
子本身的取向怎樣？他做什麼事會最開
心？他覺得最困難的是哪一方面？父母應
該放下焦慮，嘗試去了解他們。」

輸在起點，不一定輸在終點。即使孩
子有學習障礙，在適當的治療和父母的支
持下，這顆小種子仍能茁壯成長。



盡早訓練見成效

及早識別學習障礙，並且給予適當的訓練和支援，是否對他們的發展有幫助？助展會陳玉珍姑娘見證了一個最切身的例子。

「我的姨甥是一個典型的學障兒童，所有可能出現的特徵，他幾乎『全中』。因為學障有可能來自遺傳，而我的家族已經有先例，所以早在他3、4歲的時候，我已經開始注意他的發展。」

一旦確定有學習障礙，陳姑娘馬上跟孩子的父母商量，當機立斷，即時決定讓就讀幼稚園的他留級一年。「當時我們抱著一個信念：孩子的智力正常，只是學習上出了問題，決定透過密集式的操練，盡早訓練他的腦功能回到正常的軌道。」

在確診後的半年時間內，陳姑娘每天針對腦功能發展，訓練他的平衡、左右腦協調、行動計劃能力，再教他認字和英文拼音。打好基礎之後，孩子不久便移居美國。「有時我去美國探望他，也會順道替他作一些訓練，每天10分鐘左右，比如要他看書之後，再用口語向我們講解一次，訓練他將看到的文字跟語言掛勾。」

儘管她現時仍能在十歲的姨甥身上看出一些學習障礙的端倪，例如坐姿不夠穩定、詞彙仍欠豐富，可是他身邊的老師朋友，完全沒有察覺到有任何問題；而最重要的，他現在能輕鬆的『讀』，輕鬆的『寫』，並對自己的學習能力充滿信心，他甚至參加跨城鎮的羽毛球比賽！



學習障礙 名人錄

古今中外的各個領域裡，有很多成就傑出的名人亦有學習障礙，如果不是他們親口承認，旁人根本不能察覺到任何跡象。

娛樂：史提芬·史匹堡、胡比·高拔、積·尼高遜

湯·告魯斯——小時候寫字常常左右顛倒，18歲前轉校15次，演講時要靠想像力來架構演說的內容。

藝術：達利、達文西

音樂：約翰·連儂、莫札特、貝多芬

政治：邱吉爾、林肯、甘迺迪

李光耀——這位新加坡總理表示在劍橋就讀期間，寫給妻子的信上常常拼錯學院的名字，速讀時也總是遺漏一些關鍵字詞，直至在女兒建議下接受英國習障礙專家的檢查，才發現患有輕微閱讀障礙。

科學：愛因斯坦

愛迪生——從小便顯現出拼字能力有問題，處理序列訊息亦有困難，但視覺空間關係整體能力很好，畫圖亦非常出色。

中藥健腦茶

中醫認為「腦為元神之府」，掌管人體的視覺、嗅覺、聽覺、感覺、思維和記憶力，對我們的一切行為和思想，起絕對性的關鍵作用。

大腦重量約佔人身體重2%，消耗的能量卻是人體總耗能量的20%，就像一個從不休息的引擎，要維持它的正常運作、優化它的功能，我們日常飲食自然要為它提供最好的養份。

學習障礙簡單來說是由於腦功能出現問題，比一般人更需要補腦健腦，多吃魚類、雞蛋、大豆、綠葉蔬菜、硬殼果及胡蘿蔔等，均能提高腦細胞的活力。

中藥材亦有不少具備健腦和增強記憶力的功效，例如能補肝腎、益精血的山萸肉、首烏、菟絲子、枸杞子、當歸；益元氣、活血脈的黃耆、人參、茯苓、大棗、玫瑰花等；還有化濁痰、開清竅的石菖蒲、遠志、澤瀉。以下介紹三款健腦茶，固然適合學障人士，普通人亦不妨常常飲用，為我們的大腦提神打氣。

健腦安神茶：

材料：半夏1.5錢、炒酸棗仁4錢、炙甘草1.5錢、紅棗4~6顆。

製法：將材料加約500毫升水，大火煮滾後轉小火，煮至剩一半水，晚上睡覺前飲用效果更佳。

功效：養心安神，紓緩壓力。

健腦明目茶：

材料：炒決明子1.5錢、枸杞子5錢、東洋參2錢、黃精2錢。

製法：將材料加1,500毫升水，以大火煮滾後，轉小火煮10分鐘。

功效：健腦明目，增強記憶力。

補氣生津茶：

材料：麥門冬4錢、西洋參3錢、黃耆2錢。

製法：將材料加1,000毫升水，以大火煮滾後，轉小火煮10分鐘。

功效：生津解渴、補腦健腦。

