

十五年前，助展會首度舉辦了一個有關學習障礙的講座，當時參加者逾三百人，是全港第一個關注這個社會教育問題的機構。

到今天，政府已經制訂出各種評估學障兒童的工具，坊間亦衍生很多提供輔助教育的私營機構，社會總算對學習障礙有了一定程度的認知。助展會的兒童發展治療顧問陳玉珍姑娘，回首這條從無到有、一步一步走出來的道路，她的心裡滿懷感恩。

不要等！



學障系列

學障訓練刻不容緩

「要」改善一個社會問題，不可能像變魔術一樣，叮一聲就能夠變出來。十幾年其實是一段很短的時間，政府已經盡了很大努力，學校亦開始配合有關部門的指引，一切正朝著好的一面前進。」陳玉珍姑娘說。

心理掙扎非旁人能體會

九十年代初，陳姑娘在外國畢業回港，於理工大學任教，眼看當時社會完全沒有為發展差異兒童服務的私營機構，一班心急如焚的家長和小孩，除了苦等政府

部門的安排，別無其他選擇，她毅然在93年創辦了助展會。

「小孩子長大得很快，輪候政府服務可能要一、兩年，好不容易等到了，又不知道是否適合自己，當時我們覺得社會上應該有其他專業的復康服務，讓家長和孩子多一個選擇。」陳玉珍姑娘說。

從零開始，多年來接觸無數徬徨焦急的家長，她明白最難過的

助展會的兒童發展治療顧問陳玉珍姑娘，有超過20年前線兒童發展治療和教學經驗，同時兼為香港特殊學習障礙協會顧問，多年來以溫柔諒解的心，結合豐富的臨床經驗，幫助無數學習困難的孩子。



一關，是如何接受。「對學習差異孩子的家長來說，無可避免會感到很失落。他們會問：我的小孩天生就是這樣？他們還能夠學習嗎？將來怎辦？」

要接受子女「與別不同」，心裡的掙扎過程非旁人能夠體會，「一般也要幾年時間才能面對現實，有些甚至十多年後仍然耿耿於懷。」她說。

助展會成立至今十七年，服務了無數在學習上遇到困難的孩子，陳姑娘認為所謂學習障礙，其實某程度上是一個社會性標籤。「有發展差異的孩子，在很小的時候已經顯示出不同程度的發展不平衡，可能橫跨很多範疇，比如感官肌能、思維、認字和語言等等。其中有一些程度比較輕微，長大之後沒有被區別出來；另外一些較為嚴重的，到某個階段需要接受政府的支援，這時社會便會給他一個正名，叫學習障礙。」

17歲的人，6歲的平衡

為了能真正幫助這群有學習困難但智力正常的孩子，助展會摒棄了任何標籤化的名稱，而以一個人的整體發展來評估他們。他們會以孩子各個範疇的表現來評估他們的程度，比如感官肌能、語言、文字處理、視聽反應、記憶力、左右腦協調等，再決定從何處著手幫助他們。

本刊上期訪問的浩仔是學障兒童的一個典型例子。陳姑娘第一次看見浩仔，他全身關節僵硬，身軀穩定性和平衡能力極差，「因為他已經17歲，多年來身體各部分像鎖死了一樣，手肘、頸、膊頭，甚至盆骨和腳跟都硬到不得了，寫幾個字全身就會卡住不能動，學習過程當然困難重

重。」

他初到助展會，專家為他作評估後得出這些數字：17歲的他，身體平衡只

有6歲水平，左右身體協調5歲半，書寫10歲半，手眼協調9歲，手指靈活度11歲，此外亦為他作聽覺處理、視覺協調和語言困難等評估。

重點訓練身體機能

針對像浩仔這類有學習困難的孩子，助展會提供兩方面的幫助：

一·基礎腦功能訓練

學習困難問題其實大部分跟腦功能發展異常有關。很多學障兒童會給人動作笨拙的感覺，大部分更常被學校起訴「坐唔定」、「周身郁」，給孩子和家長帶來極大壓力，原來這種現象都有迹可尋。

結合多年臨床經驗，陳姑娘將重點放在身體機能上，先用一系列訓練，幫他們找回自己的重心。「舉個例，如果眼睛是相機，那麼人的重心就等於腳架，當一個人能夠感受到自己腳踏實地，看東西才能清楚，才有焦點。」

我們生活中的所有動作其實都需要大腦判別方向，做事才能分先後、有次序。正因為學障孩子左右腦未能協調，所以身體兩邊不能正常分工，要動左邊，卻連右邊也一起動。

身體的原始反射動作，也讓孩子坐著的時候想抬起頭，雙腳卻會不由自主向前踢起……



勿忽視他們的生理能力

假設孩子是一台電腦，要良好運作，必須各個組件互相配合。他們的情緒、心理、學習意欲等等是軟件，腦功能則等於電腦的硬件，大部分家長只著重孩子的學業成績有沒有改善，卻忽略了他們的生理機能是否足夠讓他們應付學習。

要幫助他們改善這個情況，訓練活動大致分幾個重點：

- (1) 訓練他們能獨立郁動頭部，身體其他部分不受影響。
- (2) 按摩及肌膜放鬆 (Myofascia Release) 來解除身體肌肉的緊張。
- (3) 以鞦韆運動來訓練重心和平衡。
- (4) 左右分工和協調訓練。例如：

確切感受身體左右兩邊，透過韻律性運動治療 (Rhythmic Movement Therapy)，藉著大量身體搖擺動作，訓練左右兩邊的協調，從而有效控制身體各部分，以及前後左右爬行動作等。

以浩仔為例，除了實行以上的左右腦協調訓練，亦要重新學習所有獨立動作，至今大半年，成績斐然。陳姑娘目睹他的毅力和進步，心裡既感動又欣慰：「浩仔以前寫字很慢，遠遠落後於同學，現在他很開心的告訴我，寫字快了很多，他形容就像重新找回自己的手一樣。」

轉下頁一



儘管急如鍋上螞蟻，學障兒童的父母只要有決心和耐心，自然有成果。

訓練與輔導雙線發展

二·輔導教育

除了腦功能訓練，助展會亦為他們作功課和心理輔導。一直以來坊間有不少針對學習差異的認字班、寫字班和串字班等等，亦有人認為，要等孩子自己「開竅」，到時再學才能有效果。陳姑娘十多年來處理無數個案，認為因應現時的教育制度，學障兒童要追上功課，實在事不宜遲。

「認字班、串字班是其中一種手法，可是在基本腦功能上孩子並沒有改變，即使他們能掌握中英文字詞，到了需要運用組織能力的部分，例如閱讀理解，他們仍然會看漏、看錯。」

她認為基礎腦功能和輔導教學雙線發展，才能達致相輔相承的訓練重點。「在訓練身體機能的同時，在適當時候提供一個學習策略給他們，讓他們有『一技旁

身』。也就好像學開車一樣，教導孩子記住有關的輸入和記憶程序。」

「要讓他們相信自己」

學障兒童常常被誤解為無心向學、懶散、不專心，從小背負不少壓力，情緒很容易變得焦慮和缺乏自信。要幫助他們，除了要改善身體機能，亦要從「心」出發。



助展會設有不同主題的活動房間，配合專業治療師的各種訓練，讓孩子得到最適合的幫助。

一想起讀書全身疼痛

也有浩仔這樣令人振奮的例子，17歲才開始接受訓練，目前已經有極佳的進展。「浩仔初來的時候，我們叫他談談讀書，他的情況壞至只要一想起讀書，全身都會痛！」然而他並沒有因為積壓多年的負面經驗而氣餒，反而更迫切的希望能改善自己的情況。

他在助展會接受了一個名為「體感療癒」（Somatic Experiencing）的心理療法，將積聚的壓力釋放出來。陳姑娘解釋：「簡單來說，當我們面對創傷或困難時，我們的身體會儲存了一些當時的經驗和壓力，以及沒有即時抒發的反應。這種種未能完全過渡的情緒及生理反應會潛藏在體內，因此浩仔一想起讀書，便會直接反映在身體上，覺得全身都痛。」



訓練中滲入玩耍，事半功倍。

陳姑娘不諱言，年齡愈大的孩子，愈難為他們作心理輔導。「小學是人生一個很重要的階段，一個人如果在這段時間受太多挫敗，很難建立自信去面對以後的日子。學障兒童通常小學開始已經有太多太多負面經驗了，要讓他們相信自己，放下過去失敗的包袱，是非常困難的事。」

即使給予再多鼓勵，他們仍會覺得別人「得個講字」。陳姑娘遇到過很多類似個案，知道要幫助他們過渡這個心理難關，小學期是一個很

關鍵的時刻，很多孩子如果跨不過這個關口，未能及時嘗到努力所帶來的成功感，以後不管叫他們做什麼，他們都會放棄，感到沮喪：「我盡力了啦，你還想我怎樣？」所以，把握時機給予適切的介入，是孩子成功的重要因素。

最重要讓他感受到，雖然辛苦緩慢，他是在進步中，最終能學會的。

陳姑娘深信，以訓練腦功能為重點，再加上孩子本身的個人意志，從身、心兩方面雙管齊下，才能全面透徹地幫助發展差異的孩子。

很多學習困難的孩子都會面對語言障礙的問題，下期我們會專訪言語治療師，從語言角度去了解他們的世界。

助展會電話：25284096

電郵：pda@pdachild.com.hk

轉下頁一



攀爬設施除了具挑戰性，還可以鍛鍊孩子的四肢協調，家長亦可以藉此觀察他們對這類活動的反應和能力。

學障小朋友，玩啦！



▲兒藝設計公司設計的遊樂設施，色彩豐富美觀，如圖中的鞦韆，可以訓練孩子的平衡感和手眼協調。



很多人忽略了遊樂設施對孩子的重要性，以為單純只是讓他們跑跑跳跳和消磨時間。其實各種遊樂活動對兒童發展有重大意義，尤其對有學習困難的孩子而言，適當的設施，能夠有效訓練他們的身體機能，比如方向感、平衡能力、空間概念和專注力等等，更重要的是對自己身體各部分的認知和感受。家長亦可以藉此觀察孩子的反應和能力，更了解自己的孩子。

▲兒藝替不少學校設計活動設施，滑梯能讓學障孩子體驗高低、快慢的感覺，為訓練身體機能打好基礎。

· 銀 · 杏 · 葉 · 枕 · 助 · 學 · 障 ·

學習障礙一般由先天性腦功能失調引致，孩子的身體機能不協調，注意力難以集中，學習過程往往事倍功半，特別容易感到疲乏。

不少中藥都具備健腦益智的功效，但一聽見吃藥二字，未必所有小孩都願意乖乖就範。其實中藥不一定要吃進肚裡，不如讓小孩試試「新奇又好玩」的中藥療法——銀杏葉藥枕。

銀杏葉的主要功能是促進全身血液循環，包括腦部血管和末梢血管循環，增進新陳代謝，調節神經傳導因子，及增加腦部的含氧量。

腦部所使用的氧分佔人體20%，由於**銀杏葉**能促進腦部血液和氧的循環，所以能有效增強記憶力，加速腦細胞反應時間，令精神敏銳。



一般**銀杏葉**藥枕的成份以**銀杏葉**為主，再加上野菊花和石菖蒲等中草藥，直接用陽光曬乾，《御藥院方》記載以藥枕養生保健的方法，利用「內病外治」的理論，通過枕睡按摩，使藥氣透過頭皮彌散吸收。藥枕氣味芬芳，因為學習困難而長期積聚壓力的孩子使用，能紓緩疲勞和改善睡眠質素。

比如玩鞦韆、搖搖板和滑梯時，孩子可以體驗上下、左右、高低、快慢等感覺，並且嘗試掌握平衡感和培養專注力。

在玩一些搖擺設施的時候，同時亦能刺激眼球反應，訓練眼睛和四肢協調，對促進腦功能有極大幫助。

養育孩子是一件需要家長身體力行的事，絕不能紙上談兵，做一個旁觀者。如果跟孩子說「我帶你去做訓練」，他們難免抗拒，不如多花點時間，陪他們一起玩、一起笑，寓遊樂於訓練，除了能紓緩他們因為學習困難面對的壓力，亦能促進親子關係。🍌