



助展會通訊 PDA Newsletter

2018年7月(第26期)

主題文章

「再見校園扭計王」

— ADHD/ASD 孩子

的情緒支援 —

講座/ 活動推介(2018年8-10月)

Smile @ Heart 兒童及青少年情緒困擾支援

自閉症(ASD)支援

專注缺失/過度活躍(AD/HD) 支援

幼兒發展遲緩支援

Good @ Study 學習障礙 (LD) 支援

霎時感動

訓練中，導師與你分享感動的時刻……

教育治療師 周加恩姑娘

特教導師 袁嘉慧姑娘

特教導師 黎珮妍姑娘

「靜觀」手療工作坊 Mindful Healing Touch (SEN 孩子篇)

— 課後報導

電話 : 2528 4096

Whatsapp : 5720 8321

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





「再見校園扭計王」

— ADHD/ASD 孩子的情緒支援 —

Jason（別名）曾經是全校的風雲人物，上至校長老師校務員，下至小學部甚至是中學部學生，無一沒有聽過小一生 Jason 的大名：「他會在課堂上無故大叫，大發脾氣和推檯凳，還不肯離去，結果令全班同學也無法上課，必須疏散。」Jason 媽媽苦著臉解釋。

Jason 患有亞氏保加和過度活躍症，一丁點不滿也會引發情緒缺堤。為了應付這個「問題小一生」，校方安排 Jason 坐在班房近門口坐位，亦安排了一位教育心理學家在校內不時巡房，會從窗外觀看學生上課情況，一出亂子，即時將他帶離課室。考試期間，Jason 也要轉移另一課室，在老師及教育心理學家陪同下獨個兒完成試卷，以免影響其他同學考試。

那時，學校來電要求即時接走 Jason 是平常事：「學校天天打電話來，我好頭痛」，Jason 媽媽說。

最嚴重一次，校方指 Jason 用鉛筆襲擊同學頭部令對方受傷。在大大小小失控事件後，校方發下最後通牒，要求 Jason 必須跟從醫療指示、服用過度活躍症藥物才可上學；此外，假如再出現因失控而需即時接回家的情況，更須停課七天。

幸好，這一切俱往矣。

現已小六的 Jason，早已毋需單獨考試，亦毋需由教育心理學家陪伴上課；面對最不感興趣的英文課，他也不會再動輒發脾氣；英文作業由全部留空，變為試著完成。

「佢乖了很多！」曾教 Jason 的老師以及曾目睹 Jason 耍脾氣的校務叔叔阿姨，也異口同聲指 Jason 變乖了。

情緒控制，是 Jason 在助展會訓練以來的最大得著。不扭計、不「忮憎」，情緒能放輕鬆，自然不再阻礙自己和同伴學習和成長。



先疏順情緒， 後建立能力

先應急、後化解問題底蘊

Jason 小二開始來助展會訓練。媽媽當時希望他學會安定一點，不要再干擾其他同學上課。自少對陌生環境極抗拒的 Jason，初來助展會時自然也「頑強抵抗」，他愁眉苦臉，在門口賴著不動，甚至會躲進檯底，或是攤在地上足足一小時。

幸好在助展會先應急、後化解問題底蘊的處理手法下，Jason 的情況得到理想的改善。

導師了解到 Jason 最急切的需要，是提升安全感和釋放憤怒情緒，故先設計多種動態遊戲，如飛擲物件或以不同方法將大型積木打倒地上，讓他在安全和有規限的環境裡盡情發洩情緒和內在的攻擊能量，並從中引導他留意和表達個人情感和需要。

另外，鑑於 Jason 父親過往習慣以較激烈的打罵方法管教兒子，令父子關係欠缺親密，所以助展會亦在訓練初期安排二人一起上課，教導父親成為孩子學習、依靠和溝通的對象，同時提供機會讓兩人進行快樂的親子活動，例如一同煮食及組隊與老師比賽等，讓 Jason 重新感受父愛，重建兩人關係。

短短數月，Jason 媽媽已發現他在學校的表現大有改善：「我少收了學校電話，他比以往安定了，也沒有和同學再起衝突，我很安慰，覺得訓練有成效，於是當然繼續下去。」



情緒管理 效果深遠

Jason 媽媽指助展會一對一的訓練，最出色之處在於能針對 Jason 的全面需要，不會頭痛醫頭，腳痛醫腳：「最初我們只知道 Jason 有過度活躍及亞氏保加症，但助展會不會只顧訓練他的專注力和社交能力；導師發現他有情緒失控情況，即率先疏理他的情緒，待他心情穩定後才逐一建立他所欠缺的能力。這樣一步一步來，大大改善他在家中及學校的表現。」

她舉例指，以往 Jason 不高興時，會持續大叫大喊，令人十分困擾。現在的他，不高興時頂多會哭，或把自己關在房中，睡一會或是看看書，沉澱一會自可宣洩情緒。



情緒管好了，助展會於是針對 Jason 的發展需要，第一步是訓練他做事情前先建立目標，並習慣依步驟及在條件限制下工作，減少事事率性而為。

針對 Jason 常以自己的角度和情感為先、忽略他人和客觀事實這弱點，導師著手教導他描述所見所聞，又透過遊戲讓他學習易地而處，理解對手的想法。導師同時又讓 Jason 學習與成人相處時做跟從者，令他建立正確人際關係思維，改掉每每以自己需要先行的習慣。

打好基礎後，助展會就著手訓練 Jason 的解難能力，透過不同物料進行藝術創作活動，除了從中獲得成功的解難經驗外，也令他懂得變通，學會開放性思維。

最近，Jason 則正接受前庭平衡及盆骨的增潤訓練，以強化他身軀安坐、聆聽及觀察等能力。

學習和社交上的明顯改變

經過上述不同目的和形式的訓練，Jason 在學習和社交上都有大進步。Jason 媽媽說，兒子不喜歡英文科，以往英文課是他發難的「高危課」；但自從助展會為 Jason 度身訂造了趣味英文課後，即使還是不太喜歡英文科，但他也能靜下來，努力完成基本要求。以往要由母親協助準備英文默書，現在也可以自行溫習，進步不少。

Jason 媽媽也留意到，作文時 Jason 不會再只管寫自己的看法，變得能描述他人了。

但最令意想不到的，是兒子現在還能應付同學的挑釁：「有天放學他和班長一起走著，豈料之前被他襲擊的同學竟走上前指著 Jason 說：『你唔好再搞我！我會話畀班長知，班長喺度做證！』 Jason 竟沒有理會，逕自和班長走開；我在想，要是在以前，他定會和那同學鬧起來。」

霎時感動



訓練中，令導師感動的時刻……

「哈哈……」傳來某個小孩子一陣天真、可愛的笑聲，就好比天籟之音、那麼動聽，那麼治癒人心……又怎會想起半年前的杰杰是多麼的木納、冷冰冰的，對人總會有一份警惕防衛的心，讓人無法觸碰親近……

這半年緊密的跟他作按摩、靜觀手療、玩身心互動遊戲及自我意識訓練等的互動接觸，終於溶化杰杰心中的那幅高牆，能換來現時杰杰那樣放開心懷，盡情的哈哈大笑的「笑聲」，實在得來不易，非常超值。



周姑娘



「唔好貼我，貼係你呢到」，朗朗的小手指著我的臉頰，一雙水汪汪的大眼睛望著我，雖然句子不算完整，但對於導師，這一刻是多麼的珍貴和感動。

一開始來做訓練的朗朗，表達能力較弱，從沒表達過「我喜歡/不喜歡……」、「我要/不要……」等，更少和導師有交流。經過和導師建立良好的關係後，他一步一步地模仿導師表達自己所想的，更開始和導師有眼神和言語上的溝通。

感受到這小手指和大眼睛由只在自己世界盤旋到開始向外探索，一直陪伴著這位小男孩慢慢成長，都令導師覺得很值得和欣慰。

◆ 當我聽到「姑娘...一齊...玩車車」，一抬頭
◆ 便看到小玲正用著真摯的眼神在對我說，頓覺
◆ 有一刻會心微笑。

◆ 記得初接觸小玲時，她只會埋頭玩自己的
◆ 玩具，拒絕接受成人的提議，也甚少與人有意
◆ 識交談。在幾個月的訓練中，導師除了相處和
◆ 陪伴，亦引導小玲跟隨他人的意識。

◆ 現在的小玲接受別人意見多了，也會主動
◆ 邀請導師一起玩，看到了她慢慢地在進步，真
◆ 的是感到很欣慰。

袁姑娘



黎姑娘



「靜觀」手療工作坊 Mindful Healing Touch (SEN 孩子篇) 一課後報導



一連兩天的「靜觀手療-用心於手的自然療法。SEN 篇」工作坊，從理論到實踐，順利完成了。

工作坊由導師追本溯源地講解理論開始。那不僅是知識的灌輸，更是對不同學說之原創者的尊重和連接。

隨後，導師即席示範，教參加者看得躍躍欲試。練習的初段，大家都顯得有點緊張和生硬，總是一臉狐疑的。好不容易堅持至圍坐分享的時候，大家就迫不及待地提出各自的體驗和困惑，導師亦從善如流，不時以「SEN 孩子」的情況作例，一一回應。

及後和翌日，大家在輪番的練習和分享後，似乎對「靜觀手療」有多點感受和感悟，對觀察和注意自他的內在流動也更有感應，面容也較之前寬鬆多了。

兩天的學習，就在與己與人感覺相連的體察下結束。

一位參加者的體悟：

「靜觀手療」是…藉由相互感應所生起的生命與生命的奇妙聯結，所啟動的自療能量，在施者與受者當中引發的共感共振，就是此療法的藝術和療效罷！「靜觀手療」簡單，但不容易，卻絕對安全，且肯定有助益。

期待下次見到大家！



講座推介

(2018年8-10月)

Smile @ Heart 兒童及青少年情緒困擾支援

15/8 (三) 我有話但我說不出來 (選擇性緘默症)

29/8 (三) 家庭關係指南針：化解衝突篇

26/9 (三) 教養孩子，由認識情緒開始

自閉症(ASD)支援

22/8 (三) 幫助自閉/亞氏保加症孩子進入社交

12/9 (三) 認識美國 “Gold standard” 自閉症篩選測驗—Autism Diagnostic Observation Scale (ADOS)

10/10 (三) 《識心療法》—突破自閉/亞氏保加症孩子的圍牆 (第十一場)

專注缺失/過度活躍(AD/HD) 支援

12/9 (三) AD/HD 非藥物的對治系列：適合 AD/HD 中小學生的靜觀訓練 – 體驗工作坊

24/10 (三) AD/HD 非藥物的對治系列：幫助 AD/HD 或學障孩子建立「時間意識」

幼兒發展遲緩支援

10/10 (三) 發展遲緩幼兒支援：不花巧.不花錢 嬰兒按摩—治療身心腦的良藥

Good @ Study 學習障礙 (LD) 支援

29/8(三) 數算障礙輔助策略—基礎數感篇

26/9(三) 學障孩子的基礎治療 I—感統及肌能篇

24/10(三) 學障學生之考試調適