

加強執行功能訓練 助ADHD少年發揮

「腦潛能」

「易衝動」、「難專注」、「做事沒有條理」，都是有專注力失調／過度活躍症（ADHD）患者常出現的情況。而踏入青春期的 ADHD 青少年，更往往缺乏自信，自我形象低落。一群 ADHD 中學生，透過參與協康會職業治療師精心設計的「腦潛能」執行功能訓練及比賽，有效提升專注力及減少衝動行為，學懂運用方法控制情緒，以改善學業和人際關係。



甄同學（左）及黎同學（右）透過「腦潛能」改善專注力及減少衝動行為。

潛質未能發揮

就讀中華基督教會蒙民偉書院中二的甄同學及黎同學，與另外兩名同級的隊友，去年參加了本會「躍動成長路—ADHD青少年全方位支援服務」主辦的「腦潛能」小組訓練及聯校挑戰比賽，在八間參賽中學裡脫穎而出奪冠。外表成熟穩重的甄同學專注力差，多年來上課都沒法集中精神，但自從去年參加了「腦潛能」的小組訓練後，漸漸發覺自己的專注力提高了；隊友黎同學是個容易衝動的人：「以前很容易發脾氣，說髒話也是平常事，也會跟同學起衝突。」後來他在訓練中，學懂了自我抑制。現在當他想發怒時，會先停一停，人變得冷靜了。

負責學校活動的霍碧珊老師說：「同學們潛質都很好，絕不比其他同學遜色，但ADHD的癥狀阻礙他們的自我管理、人際關係及專注表現。幸好透過這次訓練，他們的潛能逐步得到發揮，不再被標籤為『愛生事』的一群。」

提升學習及自我管理能力的

執行功能是指我們日常學習及生活所需的執行能力，包括：

1. 反應抑制（忍）
2. 運作記憶（記）
3. 情緒控制（定）
4. 持久專注（醒）
5. 任務展開（動）
6. 計劃及優次排序（計）



不少研究均指出ADHD學生的執行功能比一般學生弱。「腦潛能」訓練及比賽，是特別為加強六個執行功能元素而設計，對象為有專注力困難的中一至中三學生，讓他們於比賽前先接受由本會職業治療師帶領的小組訓練，從而改善學習及生活上的自我管理能力的，並學會肯定自我價值，然後滿懷信心去參加比賽。目前已有96名中學生接受訓練。

訓練方法示例：由協康會職業治療師設計的一系列腦潛能遊戲訓練，加強 ADHD 學生六個執行功能

快手鬼鬼

須在限時內維持專注，不受其他事物干擾，並根據指示找出及舉起正確公仔。每次一人作答，旁邊的其餘隊員也須抑制自己，不作任何提示。

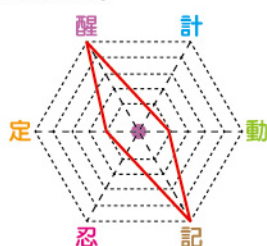
訓練目標：



鬼馬表情

須維持專注觀看螢幕上出現的表情圖案，並根據指令，順序記下最後出現的指定表情圖案，並不受其他圖案干擾。

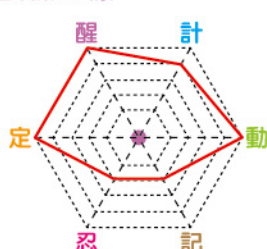
訓練目標：



秘密任務

學生須一起計劃如何運用所派發的材料砌高塔，其間各隊員須繼續保持專注、穩定情緒及良好溝通。

訓練目標：



應多鼓勵增自信

課程導師之一，本會職業治療師楊志凱（圖左）表示：「ADHD 青少年步入青春期，癥狀較多是表現內在心理的情緒上，例如不專心、不懂得表達，自覺比不上別人，

又因難以專注導致失去學習動機，又容易反叛，會衝口而出，有時可能會出手打人，以引起別人注意。」

他指出，透過六堂的小組訓練，讓同學有機會了解自己的強弱項及性格特質，加上參賽的學校也給同學很多支援，讓同學感受到代表學校去參加比賽是一種榮耀，加強了自我及朋輩認同。楊志凱提醒：「我們面對 ADHD 孩子及青少年時，只要多給予鼓勵，當他們情緒能安定下來，潛能就自然得以發揮。」



邀請全港中學參加

協康會聯校「腦潛能」挑戰比賽由本會「躍動成長路—ADHD 青少年全方位支援服務」主辦，並得到呂鶴鳴伉儷僑宿基金會贊助，公開邀請全港中學報名。

對象：有 ADHD（專注力失調／過度活躍症）的全港中一至中三學生

形式：每間學校派出一隊四人小組，參與由協康會職業治療師帶領的六堂「腦潛能」遊戲小組訓練，提升腦部執行功能，並透過參加聯校「腦潛能」挑戰比賽，加強同學的自信及團隊精神。

今年二月舉辦的第二屆聯校「腦潛能」挑戰比賽，由中華基督教會蒙民偉書院奪得冠軍。第三屆現已開始訓練，並於今年 7 月再進行聯校比賽。

查詢：2393 7555 slp@heephong.org

協康會調查：三分一自閉症學生感焦慮

響應 4 月 2 日聯合國「世界關顧自閉日」，本會公佈一項「自閉症學生焦慮情緒」調查報告，調查於今年 2 月在本會轄下 10 間服務中心及 12 間學校進行，以問卷形式成功訪問 250 名就讀主流小學、已確診自閉症譜系障礙的小學生。調查發現三分一（33.8%）自閉症學童出現輕度至嚴重焦慮情緒，需要專業人士的介入，遠較在外國的一般兒童（2%）及自閉症兒童患有焦慮症（22%）的比率為高。首四項最多小學生擔心的情景為「我擔心我可能會得到不好的成績」、「我擔心未來」、「我害怕我會做錯」、「我擔心別人可能會捉弄我」，顯示他們的焦慮與學業成績、社交、師生關係，或親子互動息息相關。

本會即將開展全新的有「招」無慮計劃，以實証為本的認知行為治療幫助自閉症學生預防及處理焦慮情緒，設有個別及親子小組。詳情請留意本會網頁公布。



調查報告



協康會與中山三院和香港理工大學 攜手建立中國自閉症兒童常模資料



石丹理教授讚揚研究信度和效度良好。

當天活動由中山三院張琪副院長、主任鄒小兵教授、香港理工大學協理副校長石丹理講座教授及本會曾蘭斯總幹事主持開幕及致辭；並由香港理工大學助理教授于璐博士簡報研究結果。發佈會吸引超過 250 名人士出席、10 間傳媒機構採訪，與會人士反應熱烈，場面鼎盛。

本會與中山大學附屬第三醫院兒童發育行為中心（下稱中山三院）及香港理工大學攜手合作，就中文版 PEP-3《自閉症兒童心理教育評核（第三版）》進行驗證研究，建立中國首個自閉症兒童常模資料，並於 3 月 27 日（一）在中山三院發佈研究結果。此乃中國首個完全依照 PEP-3（Psychoeducational Profile—Third Edition）原裝版內容的驗證研究，經過嚴謹的信度和效度測試，為全國自閉症兒童心理教育評核提供準確可靠的科學依據，對推動中國內地自閉症康復服務發展有深遠而重要的影響。



新App推介：「聽說讀寫小奇兵」 建立兒童語文學習基礎

本會「喜閱寫意：賽馬會讀寫支援計劃」跨專業團隊最近共同研發應用程式「聽說讀寫小奇兵」，適合 K2 至初小兒童使用，旨在透過趣味遊戲鞏固兒童的語文基礎知識並加強其學習動機，從而提升聽說讀寫能力。

兒童化身「小奇兵」，勇闖不同主題區，接受小動物的聽說讀寫大挑戰。此外，程式設有「專家話你知」、故事劇場加油站及「筆順小體操」等影片，深入淺出講解各項語文知識及趣味學習小貼士，對在讀寫及語言發展方面有差異之兒童的幫助尤其顯注。

本應用程式於智能手機及平板電腦均適用，備有 Android 版及 iOS 版，只需透過 Google Play Store、Apple App Store，便可以關鍵字「協康會」或「聽說讀寫小奇兵」搜尋、下載及安裝使用。



Android



iOS

新大樓落成在即 新學年投入服務



大口環慶華中心的原址矗立著一幢簇新的十層高建築物，亮麗醒目的外觀令人耳目一新，這就是協康會綜合服務大樓，外牆設計以一個鮮黃色的英文字母 C 為標記，突出協康會全關懷 (Care)、以人為本的服務精神。

舊樓於 2014 年底拆卸後，隨即開始動工興建，大樓建築工程月前竣工，現全速進行裝修，預期於 2017 新學年分階段投入服務。

助理總幹事歐陽偉康表示新大樓將成為創新服務的實踐和培訓基地，讓不同需要的兒童、青少年及其家庭得到一站式的全方位支援，服務名額共計逾千個，歡迎有志服務兒童和青年的專業同工加入。

本會將於綜合服務大樓落成後推行多項前瞻性的創新服務，連同多項非政府資助的嶄新設施，均要自行籌募經費，各項融合和教育活動也實在需要捐款推動，誠邀社會各界慷慨支持，攜手幫助更多兒童青年盡展潛能，創建美好明天。

支持我們：2776 3111 donations@heephong.org



支援家長第一線

曾經有一位家長來電查詢服務，說兒子一表人才，旁人也看不出他和其他兒童有分別，又怎會患上自閉症？想到他長大後不能工作和照顧自己，真的萬念俱灰。」家長聲淚俱下，不能自己，阿菁不忍中斷電話，便繼續和她談下去，盡能力解答她的問題。

阿菁（右）和「青蔥熱線」團隊同事合作無間，即時解答家長的電話查詢。

很多家長在得知或懷疑孩子有發展障礙、感到彷徨無助之際，首次接觸協康，可能就是透過電話查詢，其中「青蔥熱線」是不少家長開展培育有特殊需要（SEN）兒童旅程的第一個補給站。阿菁加入「青蔥熱線」團隊已有十年，間中會接到一些來電，家長的情緒有點波動，有時她和熱線其他同事也擔任半個輔導員的角色，安慰家長。「我對那位家長說，如果她也不樂觀面對，又有誰能夠支持兒子呢？踏出第一步，尋求專業支援，兒子的能力一定會有進步。」阿菁還鼓勵那位家長不要因為兒子有自閉症而終日留在家中，反而要多接觸社區，嘗試融入社會，同時介紹她參加家長資源中心的活動，認識一些同路人，互相扶持。

大部分致電熱線的家長，孩子仍正在輪候評估；即使孩子已接受評估，家長對發展障礙和相關服務的認識也未必很深。「青蔥熱線」的同事不僅從家長的角度作出發點，還需要熟悉各種SEN的徵狀。阿菁說：「有時候家長只查詢言語治療服務，但再問一些詳情，發現孩子還有專注困難和行為問題，可能也需要接受心理學家評估。如果我們只抱著應付家長，得過且過的心態，便可能耽誤孩子接受及早治療的機會。」她補充，很多來電的家長都感覺無助、緊張、焦急，雖然兒童的症狀與某種發展障礙吻合，她們也會很謹慎，避免在接受專業評估前提及病症名稱，更不可以胡亂轉介，以免家長的憂慮加劇。

除了對SEN的基本認識外，團隊的同事也要對協康的各項服務和資助計劃瞭如指掌，選取最合適的介紹給家長，並詳細地講解服務流程，例如孩子接受評估前心理學家會先和家長會面，屆時最好有多一位親友看顧孩子，好讓家長預早準備。

隨著本會服務發展，查詢愈來愈多，「青蔥熱線」團隊一直緊守崗位為家長提供支援，希望能給家長一些稍稍回氣的空間。每天數十個查詢及留言，阿菁偶爾也會遇上一些語氣重、不禮貌的來電，甚至疑似「神秘顧客」，不過她現在都能處之泰然。能夠在家長徬徨失措時輕輕扶他們一把，得到他們一句真誠的道謝，那份滿足感就是她和團隊的最大動力。

 青蔥熱線：2393 7555



阿菁說每逢假日過後第一份工作天的查詢特別多，電話響過不停。



第 25 屆「全港廚師精英大匯演」 美食共襄善舉 25 載

不經不覺，全港廚師精英大匯演伴隨協康會走過25年。第25屆的大匯演在4月27日（四）假香港君悅酒店圓滿舉行。今年共有48間城中頂級酒店及餐飲集團參與，全晚供應其招牌菜式及餐酒，吸引了超過1,000名善長購買慈善餐券支持。是次活動所籌得之善款，將全數撥捐協康會家長支援中心，為有特殊需要和發展的兒童、青年及其家庭提供多元化的訓練及支援服務，每年惠及超過4,000個家庭。



入場善長除了品嚐名廚精心炮製的多國經典菜式，現場還設有義賣攤位，售賣本會學童及青年畫作的多用途心意卡，不少善長對他們的才藝深表讚賞，紛紛慷慨解囊，以示支持。



今年是「大匯演」的銀禧年，大會特別舉行切蛋糕及祝酒儀式。一眾嘉賓與在場賓客一同慶祝活動寫下新的里程碑。在此衷心感謝所有餐飲機構無私奉獻精緻美食、感謝所有入場的善長、所有獎品贊助及支持的媒體，期待明年的大匯演再見！

（左起）協康會籌款委員會副主席區佩兒女士、香港君悅酒店總經理及區域副總監 Mr Richard Greaves、「全港廚師精英大匯演」工作小組副主席林李天恩女士、大會贊助入何藍瓊櫻女士的代表、播威1882集團現任行政總裁Mr Pascal Raffy、「全港廚師精英大匯演」工作小組主席何美鳳女士、太子珠寶鐘錶集團副主席及執行董事鄧宣宏龐女士、協康會總幹事曾蘭斯女士、協康會執行委員會主席歐陽卓倫醫生、「全港廚師精英大匯演」工作小組委員陸碧珊女士。

鳴謝下列善長於 2016 年 12 月至 2017 年 4 月慷慨捐款 10,000 港元或以上（排名不分先後）：

企業

168 迷你倉
九龍香格里拉酒店
永樂迪高有限公司
伯豪集團香港控股有限公司
何善衡慈善基金會有限公司
希望之友教育基金會有限公司
李國賢基金會
沙田社區基金
威靈頓管理公司
恒生銀行

恒昌保險（控股）有限公司
香港公益金
香港哥爾夫球會慈善基金有限公司
香港賽馬會慈善信託基金
悟宿基金會有限公司
海天亞太顧問有限公司
惠氏（香港）控股有限公司
惠理集團有限公司
港銀財務有限公司
粵港澳教慈善基金
萬志仁慈善基金
嘉士伯香港有限公司

翡翠島物業（香港）有限公司
慧能融資有限公司
樂趣兒亞洲有限公司
鄧修遠堂慈善基金有限公司
環亞機場服務管理有限公司
灣仔扶輪社
鑽飾鐘錶有限公司
Catlin Singapore Pte Limited
The Fung Yuet Ngor Charitable Foundation
Methanex Asia Pacific Limited
Penjing Asset Management (HK) Limited
The Van Zuiden Charity Trust

個人

馮麗珊女士
林倩女士
Mr Henry Au Yeung Cheuk Lun
Mr Chow Chi Hung Ivan
Mr Kan Kin Leung, Leo
Ms Lucina Laam King Ying
Mr Lau Cheuk Kei
Mr Law Kai Yuen
Ms Leung Fung Seung
Sun Xiao Lian



80 間商界伙伴獲頒「商界展關懷」標誌

本會的服務除了依靠同工的努力外，商界伙伴的參與也有助本會的持續發展，並為中心的兒童、青年和家庭帶來更多嶄新的體驗和機會。香港社會服務聯會於3月10日（五）頒發「商界展關懷」/「同心展關懷」標誌2016/17，本年度共有80間由本會提名的企業及機構獲嘉許，為歷年之冠。本會謹此祝賀並感謝各企業及機構夥伴熱心支持本會工作，關懷有特殊需要的兒童。



港城西北扶輪社、太平山扶輪社及灣仔扶輪社

恒昌保險（控股）有限公司
中國光大控股慈善基金有限公司
中國光大控股有限公司
華人置業集團
高偉紳律師行
大昌行集團有限公司
美味王餐飲管理有限公司
鑽飾鐘錶有限公司
鉅京財經印刷服務有限公司
永樂迪高有限公司
伯豪集團（香港）有限公司
輝城電機亞洲（香港）有限公司
雲頂香港有限公司
香港君悅酒店
港島海逸君綽酒店
九龍海逸君綽酒店
都會海逸酒店
北角海逸酒店
香港天際萬豪酒店
香港今旅
香港尖沙咀凱悅酒店

香港洲際酒店
藍灣半島物業管理有限公司
港島香格里拉大酒店
捷成洋行
江森自控香港有限公司
香港 JW 萬豪酒店
啟勝管理服務有限公司 - V City
九龍香格里拉大酒店
如心酒店管理有限公司
馬士基集團香港有限公司
宏利人壽保險（國際）有限公司
美麗華酒店企業有限公司
蒙氏貿易有限公司
三井住友海上火災保險（香港）有限公司
溢豐閣羽絨寢品有限公司
樂趣兒亞洲有限公司
奧海城
奧普電腦顧問有限公司
北豐有限公司
電訊盈科有限公司
半島商品有限公司

環亞機場服務管理有限公司
太子珠寶鐘錶公司
寶力機械有限公司
萬麗海景酒店
港城西北扶輪社
太平山扶輪社
灣仔扶輪社
宏基資本有限公司
上海商業銀行
恩光之友會
太古旅遊有限公司
牛奶有限公司 - 惠康
香港中華煤氣有限公司
香港哥爾夫球會
九龍酒店
香港朗廷酒店
帝苑酒店
謝瑞麟珠寶（香港）有限公司
惠理集團有限公司
位元堂藥廠有限公司
萬博宣偉（公關）

偉金建築有限公司
惠氏（香港）控股有限公司
5R
Adventure Sports Academy Limited
Brick Lane
Colt Technology Services Limited
Frites Management Limited
Hyatt Regency Hong Kong, Sha Tin
Lan Kwai Fong Properties Limited
The Marco Polo Gateway
The Marco Polo Hongkong Hotel
The Marco Polo Prince
Mayfare Concepts Limited
Methanex Asia Pacific Limited
NETDIMENSIONS LIMITED
One Minden Tapas Kitchen
Sinclair Communications Limited

* 排名不分先後

偉金建築 齊創共融工作間



阿華說很開心能在偉金工作，希望一直做到老直至退休。

偉金建築有限公司一向致力促進社會共融。本會職前訓練學員阿華，在偉金建築工作了五年多，與同事建立了互信關係，同事對他十分接納，是公司不可多得的好幫手。

阿華是本會「星亮計劃」自閉症青年服務的學員，2011年底開始參與本會職前訓練課程，熟習影印、文件存檔、處理入數等文書技能。社工為他配對工作及面試準備，適逢偉金建築主動接觸協康會，表示希望能聘用自閉症人士，阿華最後成功獲聘請為會計文員，主要處理文件掃描及複印。阿華的上司 Ivan Leung 對他甚為讚賞：「阿華工作認真妥當，不會遲到早退，為部門分擔了不少工作。加上他性格開朗有禮，且為人幽默愛說話，經常為大家帶來歡笑。」

為幫助阿華適應，部門同事輪流擔任工作友伴，負責分配及指導阿華的工作。而本會社工亦會定期到訪偉金提供支援，共同締造共融工作環境。偉金認為自閉症人士很需要與社會接軌，他們希望能再聘請多一名本會學員，提供更多就業機會。



善用表達藝術治療 提升照顧者正能量

表達藝術治療 (Expressive Arts Therapy) 這個名稱近幾年在香港漸多被提及，究竟，它與藝術治療有什麼分別？它有什麼作用？

無需任何藝術經驗

表達藝術治療和藝術治療都是運用藝術模式的心理輔導治療。兩者的分別是：藝術治療是運用單一藝術模式，如音樂治療、舞蹈動作治療、戲劇治療等，歸類為「創意藝術治療」(Creative Arts Therapy)。表達藝術治療則結合多元藝術模式，包括視覺藝術、音樂、戲劇、舞蹈動作、創意寫作等作為治療的媒介，治療師會因應當事人個別的情況、需要、環境因素等去決定運用那些模式，以達致最理想的治療效果。

在治療的過程中，藝術是媒介，著重的是參與者在藝術創作過程中的探索、與自己的身、心、靈的連繫，故此參與者無需有任何藝術經驗或技巧。治療師在過程中陪伴著當事人、提供一個安全的環境，讓當事人從創作的過程及與作品的互動中得到啟發，提升自我意識及處理問題的能力。

表達藝術治療運用的層面很廣，不同年齡、性別、能力、需要的人也可參與。在個人層面上，多是透過個案或小組形式進行，改善參與者的情緒、行為及人際關係等問題。在社會層面上，透過藝術探索和創作以提升生活質素，促進身、心、靈的健康；甚至喚醒大眾反思一些社會議題。

促進家長身心健康

筆者曾於家長資源中心為有特殊需要兒童的家長舉辦一個名為「我和自己有個約會」的表達藝術治療小組，以提升家長對自我照顧的意識。

很多家長也將大部份的心力及資源放於照顧孩子上，卻常忽視了自己個人的需要，其實他們很需要一個空間和提醒，讓他們去照顧自己，以致能夠有更多的能量和彈性去陪伴著孩子走更遠的路。

其中一位家長因長期抑鬱於醫院住了半年，剛出院不久參加了小組，在第一節時透過週記封面創作表達了她當時的狀態：「孤單；驚；有時候想逃避、希望被覆蓋。」在八節的過程中，透過音樂、身體舞動、繪畫、陶泥器皿創作等，以及在跨媒體深化的過程中，她有很多啟發，也感恩生命中得到不同的支持。

到最後一節，在組員的個人作品展覽中，她有以下的描述：「是個進程——康復的路上陪伴自己，雖然面前仍有很多困難，我會安排優次，而且我知道我有很強大的支持。」

這小組雖然不是特為處理抑鬱情緒而設的，然而每位組員在透過藝術創作與自己接觸、探索的過程中，有各自的發現和得著，更意識到要更加照顧和接納自己，發現自己擁有的能力和資源。當然，過程中組員間的分享和互相支持也是彼此十分珍惜的元素。

撰稿：協康會中心主任陳映霞，現為表達藝術治療碩士學生



參考資料：何天虹 (2017)。〈表達藝術治療 非語言的心理輔導〉於《心得 Heart Works》2016年12月-2017年1月號, 28-29頁。
張文茵 (2015)。《表達藝術治療》。香港：藝術在醫院有限公司。

