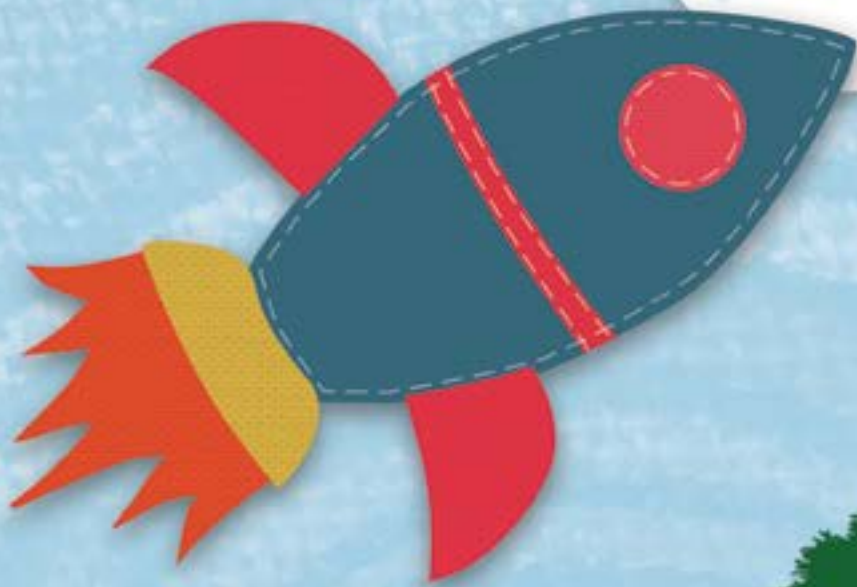



# 菩提輔導



BODHI COUNSELLING  
第10期  
OCT-DEC 2012

A child with pigtails, wearing a pink polka-dot shirt and pink pants, stands on a grassy hill at night. She is holding a large, empty, woven basket high above her head with both hands. The sky is a deep blue, filled with numerous white stars of varying sizes. The child's basket is positioned directly below a single, prominent star, suggesting she is about to catch it. The overall scene is whimsical and evocative of childhood dreams and the pursuit of the impossible.

每个孩子都是地  
球上的星星，也  
许有的星星生来  
不像其他伙伴那  
样明亮璀璨，  
但你不能否认  
他们也有自己的  
光芒，在某个瞬  
间，他们所发射  
出的光芒反而更  
加耀眼。

# 过动儿



所谓过动儿，是指罹患「注意力缺陷过动症」（Attention Deficit Hyperactive Disorder，简称ADHD）的儿童。在上课中，ADHD儿童常出现注意力无法集中、坐立不安、小动作频繁、精力过人的现象。此外，还会伴随学习障碍，以及攻击行为，甚至引起意外事故。

## ADHD患者的出现率

ADHD的出现率，在人口数中约占 3%~7%，意即 100人当中 会有3~7人罹患ADHD。女生和男生罹患ADHD的比例约为 1 : 3~5



## 成因

ADHD儿童的成因，至今并没有明确和一致的说法。综合来看，一般学者的研究，认为产生ADHD儿童的主要因素为遗传、脑伤和神经生理。

## 行为特征

- ✓ 活动量特别大常坐立不安
- ✓ 分心和注意力不足
- ✓ 总喜欢引起他人的注意
- ✓ 行为冲动想什么就做什么，从不三思而后行，且不计后果
- ✓ 多数面对学习障碍
- ✓ 常受情绪困扰，情绪起伏很大且变化不一



# 自闭症

自闭症是神经发展异常 (Neural development disorder) 的一种病症。神经系统失调影响到大脑功能而引致的终身发展障碍。自闭症常伴随有智障，癫痫，过度活跃，退缩及闹情绪等问题。通常90%的自闭儿在2，3岁出现明显的障碍。



男女比率

根据大马2010卫生局的数据统计，每600名大马儿童中就有一个是自闭儿。男女比率是4: 1。



## 成因

- ✓ 仍未能确定
- ✓ 与家庭背景，父母教养态度无关
- ✓ 不是后天环境造成
- ✓ 可能的心理因素形成 (神经机能发展，生化机能发展，遗传因素或脑部受损)
- ✓ 妇女怀孕期间可能因德国麻疹或风疹，使脑部发育受损
- ✓ 新陈代谢疾病也会造成脑细胞功能失调，影响脑神经传递信息的功能
- ✓ 早产，难产，新生儿脑部受伤
- ✓ 婴儿期患上脑炎，脑膜炎等造成脑部伤害

## 基本症状

- ✓ 社交互动非常有限
- ✓ 面对沟通障碍
- ✓ 总进行重复性且带有局限性模式的动作
- ✓ 感官反应过敏或过弱
- ✓ 拥有异常的记忆力





# 阅读障碍

阅读障碍与智力、后天脑伤及缺乏学习机会无关，却和家族遗传无法分割

## 基本症状

### 识字

- ✓ 认字与记字困难重重，刚学过的字就忘记
- ✓ 错别字连篇，写字经常多一画或少一笔
- ✓ 经常搞混形近的字，如把“视”与“祝”弄混
- ✓ 经常搞混音近的字
- ✓ 学习拼音困难，经常把Q看成O

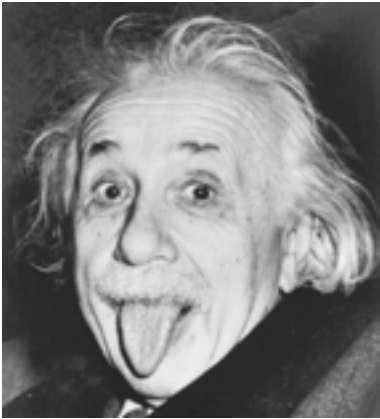
- ✓ 朗读时不按字阅读，而是随意按照自己的想法阅读
- ✓ 听写成绩很差； 阅读速度慢
- ✓ 逐字阅读或以手指协助
- ✓ 说作文可以，但写作文过于简单，内容枯燥
- ✓ 书面表达自己的意思非常困难，抄写速度慢

### 阅读

### 行为

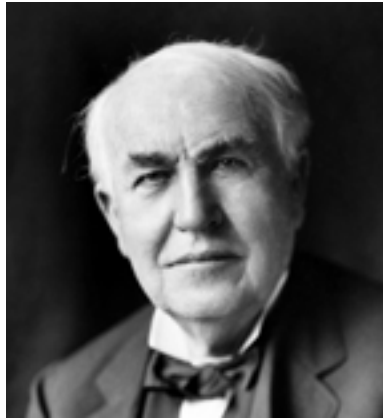
- ✓ 行为反应表现得不集中或无组织
- ✓ 掌握事物的顺序很困难，如数学公式、乘法口诀等
- ✓ 在辨析距离、方向时显得有困难
- ✓ 写字时很难掌握空间距离
- ✓ 完成读写作业非常容易疲劳

# 闪烁的



爱因斯坦

3岁才会说话，记忆力很差，很难记住一些很简单的事情。即使在成人阶段，他说话时要找到适当的词汇仍有困难。但是他的可视化 (*visualisation*) 能力非常好。尽管他可能记不清一年有几个月，但是这不妨碍他完美地解决一些极其复杂的数学问题。



爱迪生

影响世界的伟大发明家。直到12岁还不会阅读，他只在正规学校呆过3个月，数学和读写能力很差，不能集中注意力，是一个爱捣蛋的问题儿童。他的阅读障碍是因为小时候听力受到了损害。终其一生，书写拼字都有困难。



达芬奇

一位真正的博学大师：科学家、数学家、工程师、发明家、画家、解剖学家、雕塑家、建筑家、植物学家、音乐家和作家。然而，他也是一位阅读障碍者，很多时候，他是反着书写的。

## 特殊儿童援助团体

**Kuching Child Development Centre**

Jalan P Ramlee, Kuching

082-240675

**古晋自闭症协会 (Kuching Autistic Association)**

082-255759

[www.saa.org.my](http://www.saa.org.my)

**砂劳越学习障碍协会 (Dyslexia Association of Sarawak)**

Lot 3180, Block 11, 1st Floor, Jalan Kedandi, Tabuan Dusun, 93350 Kuching.

[www.dyslexia-swk.com](http://www.dyslexia-swk.com)



又有活  
动咯！



第十一届辅导义工培训课程在10月份的时候开跑了，吸引了15位有兴趣自助助人的朋友参与。课程由一群资深的义工带领进行。



11月4日 — “心中的小星星-认识学习障碍”公开讲座，在居士林图书馆顺利举行。主讲人陈少莹医师跟民众分享有关阅读障碍的问题，也分析多动症（亦称过动儿）与自闭症的问题，让出席者获益不浅。



倘若听到以下的谈话，您会怎么看待此人呢？



我的邻居可恶极了，我一睡觉他就放音乐大大声来吵我，我一走出车房他就故意放狗吠，我在客厅开灯他也开灯，我关灯他也关灯，真搞不懂我哪里得罪他，不过有时又觉得他好像一直很注意我，好像他又是喜欢我，要追我的样子。

「我常听到有两个声音跟我说话，一个像是我爸爸，另一个是我  
不认识的人，不过他是我的好朋友，他们常常在我孤单或伤心时  
会出来跟我聊聊天，开解我……。」



您怎么看呢？相信大多数的读者都会认为这种人“不正常”，有“精神病”。那么到底这一族群的人数有多少呢？



患者人数

根据2009年我国卫生部的统计，大马2700万人口中，约11.2%，也就是302万4000名患有精神疾病(备注1)，换句话说：每9个人当中有一人有精神问题的困扰。常见的精神病从轻微的忧郁、恐慌、强迫症到严重的精神分裂等，不同类型的精神病具有不同的临床表现，治疗方法也各不相同，而以上的两个案例就是精神分裂症的典型例子。

## 什么是精神分裂症

精神分裂症(schizophrenia)是一种常见的精神病，据世界卫生组织(WHO)估计，全球精神分裂症的终身患病率大概为3.8%-8.4%，患病年龄层多发生于青年期，表现在感知、思维、情感、意志行为等多方面障碍，根据美国心理学会出版之DSM-IV精神疾病诊断准则手册第四版(备注2)列明精神分裂症的特征性症状如下：

- ① 妄想
- ② 幻觉
- ③ 解构的语言(如时常表现语言脱轨或语无伦次)
- ④ 整体而言混乱(disorganized)或紧张(Catatonic)的行为
- ⑤ 负面症状，如：情感表现平板(affective flattening)、贫语症(alogia)、或无活力动机(avolition)。



上述各项症状，常见的情形是患者有幻听或幻觉的现象，例如：不时有一人或两个人以上在脑中跟他谈话，或有影像指使患者或干扰他做某事；也有的是妄想性疾患(Delusional Disorder)，例如：怀疑自己被跟踪、被伴侣下毒、被传染、被陷害、被暗中爱慕、被配偶或爱人欺骗、或自己患上莫知名的疾病等。

## 心理障碍与精神病的差异

不少人总爱用嘲笑的口吻说别人：“你有神经病”。其实，神经病是指中枢神经系统和周围神经的器质性病变，这些病变往往有明显疼痛、麻木、感觉丧失等症状，例如：脑膜炎、脑出血、脑梗塞、脑肿瘤等引起，因此神经病与心理障碍或精神病是不同。心理障碍几乎是人人都可能遇到的，例如：伴侣逝世、失恋、失业、婚姻问题或人际关系，生活事件的冲突所造成的情绪波动与失调，伴随生活兴趣减弱，生活规律紊乱而引起的行为异常，性格偏离等情绪障碍，即是心理障碍。此类问题一般由家人、朋友、长辈或当事人敬仰的师长开

导和支持即可得到舒解，否则就需要寻求较专业的心理辅导，透过支持性技术抒发情绪，同理肯定，以及表达性技术具体澄清，面质厘清问题的癥结所在而得到帮助。精神病是指大脑功能活动发生状况，导致当事人在认知想法、情感感受、外显行为和意志活动等不同程度障碍疾病的总称。精神病的成因有多方面：先天遗传、个性特征及身体素质、器官病变因素、社会性环境事件因素等。许多有妄想、幻觉、行为怪异的病人缺乏自知力，即无病识感，不承认自己有病，也不接受治疗，造成本身生活失常，被边缘化，孤立和家人的困扰。(备注3)

备注：

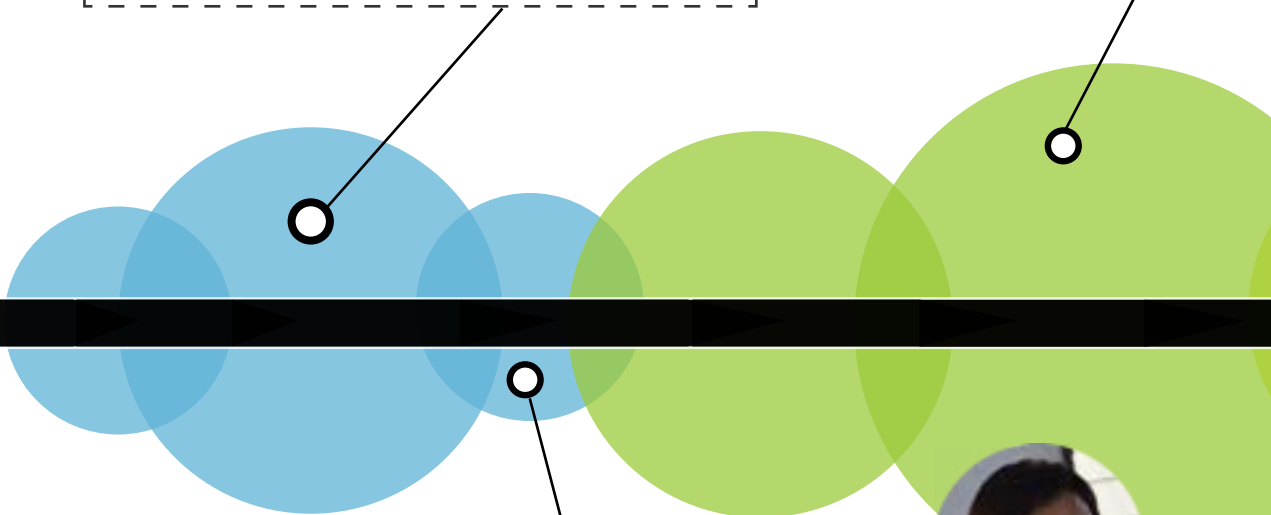
1. 资料来源：<http://mykampung.sinchew.com.my/node/61745>
2. 参阅中国合记图书出版社发行，孔繁钟与孔繁锦医师编译美国心理学会出版《DSM IV》一书第149页。
3. 参阅百度百科「精神病」一词 <http://baike.baidu.com/view/20460.htm>



被邀请担任菩提辅导中心的督导，那仿佛  
是昨天发生的事。10年了，中心不断地  
变化和发展；但是有一件事是保持不  
变的，那就是义工们的承诺，热心，积极追求学  
习和成长，以及帮助他人的意愿。这些都是让我  
感动，并使我继续回来中心服务的原因。我希望  
每一位义工也可以和我一样，体验每一个过程，  
从接案，参与会议讨论到各个培训课程。让它成  
为我们人生旅途的“礼物”，帮助他人和帮助自  
己。



工作之余总  
义工，带病  
发觉到自己成长  
也懂得活在当下  
喷给别人自己也



2012，玛雅人以他们古老的记忆，开创新的  
世纪，却被不信神灵的人们解读成了世界末  
日，成了无稽之谈。无论如何，回顾昨天，  
明天仍然充满了无限的激情与色彩，值得珍  
惜的依然是大家给我的情谊。淡然看风起云  
卷，花开花落，暂忘忧愁再图前程，生活，  
本就是一次旅行。



在中心服  
理，宽恕  
思考及顾  
醒自己必  
之所以会

短期内同  
打击，心  
教的支持  
慌及焦虑  
身边的人  
成了我的

# 义工们的感言



喜爱做些慈善活动，如辅导  
患者去旅游等。在这些活动中  
许多，懂得珍惜身边的人，  
。其实做慈善就有如把香水  
闻到香味。何乐不为!

加入辅导中心快一年了，还记得中途曾经有  
段时间迷失自己，认为情绪是个很负面的  
东西。通过课程才明白情绪没有所谓的对与  
错。重要的是观察与接纳它，并利用不同的  
方法将它适当地抒发。这里让我拥有很多成  
长的机会，感恩督导与各位伙伴!

务的这五年期间，我不只学会了同  
与鼓励他人。还学会了沟通时，必须  
考虑他人的感受。在人事上，我尽量提  
须以客观的角度处理事务，毕竟事情  
发生，一定是由各种因素所造成。

时失去深爱的丈夫与姐姐，让我深受  
力交瘁。庆幸在中心获得的知识及宗  
，让我在悲痛期间能够克服彷徨、恐  
。我更加体会人生无常，要及时珍惜  
。此时，伙伴、朋友及家人的支持变  
精神支柱，让我走出痛苦。



时间飞逝，不知不觉一年又过去了。说实在  
话，我对辅导技巧或策略还是经验不足，有  
待提升。秉持着‘活到老，学到老，脑袋不  
会老’之信念，感恩!

# 2012 个案统计

本中心2012年的统计数据是按电话，面谈和电邮辅导三种方式的统计作分类，根据统计结果，亲子关系为最多的求助类型，其中问题包括：孩子的学业成绩退步，说谎，沉迷电玩和结交辍学损友逃课等行为问题，而排行第二的是两性相处，夫妻情感和家庭问题，这包括：失恋痛楚，伴侣不忠，婆媳与姑嫂相处等问题。

由此可见，人类关系中最密切的两种关系：亲子关系和夫妻关系为辅导中心长年来求助最多的问题类型，然而亲子问题背后隐藏的是真实不虚的家庭教育问题 -- 孩子的行为问题常常是家里管教方式和父母感情关系的一面镜子。极亲密又容易令人心伤的夫妻关系则反映一个人早年与原生家庭 -- 父母，手足的依附关系，以及个人沟通能力和价值观的问题，所谓「外面的世界都是我们内心世界的反映」，因此辅导义工的职责便是协助案主反思个人信念，价值观和行为反应模式与问题互动的关系。

此外，非常值得辅导工作者注意的是精神异常的问题，多数求助者是有病识感的忧郁症患者，往往相关案主控诉除了服用药物，古晋并无完整的医疗体系可以给予帮助，而其他无病识感的精神异常家属，例如：精神分裂症患者家属的情况更是雪上加霜，在照顾随时离家失踪或有暴力倾向，却得不到精神病院留院照顾的患者情况之下，家庭里往往得有一位成员放下工作全职照顾病患，其所承受的体力，财力消耗，以及精神压力更是需要社会大众和立法团体给予关注的对象。

## 面谈



## 电话



## 电子信箱



- |        |        |
|--------|--------|
| ■ 亲子关系 | ■ 谘询   |
| ■ 人际关系 | ■ 两性相处 |
| ■ 行为问题 | ■ 生活辅导 |
| ■ 精神异常 | ■ 性爱问题 |
| ■ 婚姻问题 | ■ 生涯辅导 |
| ■ 家庭问题 | ■ 自我认识 |
| ■ 其他   | ■ 同性恋  |