



中華基督教會基真堂/基真小學

堂校家庭通訊，逢每月一及十六日派發。



兒童為本遊戲治療法

註冊社工 羅佩玲



在日常生活中，家長有時未能察覺子女的情感需要，會誤以為子女不聽教、故意對抗或蓄意頂撞。其實，這都是兒童在成長時期，情緒上遇到不安或傷害的警號，然而不少父母未有意覺到需要幫助子女處理這些情緒上的問題。現今社會及家庭功能脆弱（生活緊張、相處時間不足）、婚姻關係多變（單親、離異），加上學習及社交壓力，不少兒童心靈受創傷而需情感支援。而遊戲治療，對於多種兒童行為障礙，例如過分退縮、叛逆、因暴力傾向導致的情緒及行為問題等都能產生顯著療效。

1. 遊戲治療的療效

當兒童能自由表達困擾、創傷等負面感受，內心抑壓的情緒便得到舒洩，抑鬱得以化解，自信亦能夠重新建立。這成效並不局限出現在輔導室或遊戲治療過程裡，也能擴展到家庭，甚至在父母與兒童平日相處之中。



2. 遊戲輕鬆愉快的本質，有助兒童舒減學習壓力

香港教育制度強調評估，功課、測驗、考試繁重，為兒童帶來不少壓力。有些兒童因此失去原來學習的興趣，甚至感到上學是一件苦差，無法享受學校生活。要幫助兒童舒減壓力，遊戲治療是一個很好的方法。當父母辨認到子女有需要接受輔導時，便可向治療師查詢，給予子女適切的援助，幫助他們克服情緒及行為障礙，讓他們愉快的成長。

今天下午在街上閒逛時，遇到一對母子，他們的對話如下：

兒子說：「我好想坐呀！」

兒子說：「隻鞋好夾腳。」

媽媽說：「咁咪番到屋企除左佢囉！」

兒子說：「隻腳好痛呀！」

媽媽說：「你可唔可以唔好咁多藉口好唔好！」



誰之過？兒子鞋子夾腳是藉口？還是媽媽想早點回家？是誰忽略了對方的感受？誰有更大的能力？這個片段，讓我回憶多年前一次的兒童遊戲輔導——他是一個六歲男孩，當他進入輔導室後，便不停的打不倒翁，把不同的玩具拋擲到地上，口裏對著不倒翁及玩具說：「我憎死你！」「無鬼用！」「去死啦！」我溫柔地回應了他「髒」的感受，他的行為開始好轉了。然而突然他好像想起什麼，拿起羽毛球拍不停地拍打不倒翁，說：「當年你拿雞毛掃打我，而家我打番你！」「你打我屁股！我而家打番你！」「你問都沒問我就打我，我而家要打番你！」我回應理解他當時的「委屈」、「無人明白」、「痛」、「髒」的感受，他住了手。接著我對他說：「兒子是要錫的，當時苦了你。」他眼濕濕的垂下頭，躺在桌上。我教他深呼吸，他的情緒便漸漸平靜下來...離開時，他把襪子脫掉，說：「它令我不舒服，我唔想穿了。」我應著說：「當你唔舒服時，你可以講出來呀！」而他回答說：「但係屋企有人會聽我講！」當時他雙眼的無奈，差點令我受不了...



一個六歲的孩子，心中盛載著「髒」、「委屈」及「無奈」，當他和自己爸媽訴說時，他們只是說教或忽略孩子的感受，孩子是多麼的無助，只好把這份髒與委屈一直放在心中，結果這些鬱結打擊了他的自信、能力，同時，日後他可能再不敢告訴別人自己的需要。哪有父母想孩子這樣？養育子女是一個很大的責任，作為父母面對這份責任，的確會緊張、苦惱或無從入手，甚至有時也不知道自己已打擊了子女的信心，影響了子女的身心發展。因此，父母先要明白子女的感受，當父母把自己的期望和緊張放下，真真正正的打開自己的耳朵聆聽子女的說話時，你不但會明白他的千言萬語，更成為子女的加油站。當子女遇到生活的挫敗，若父母並非說教而是明白和諒解，子女便能重新加油，努力地盡上自己的責任，成為父母眼中的好孩子。父母們，你願意成為子女的加油站嗎？



活動推介—10 月份「家長學堂」內容



十月份學堂：『「至營」水果食法』

日期：10 月 23 日（星期六）

時間：晚上 8:00-9:30

主講：何惠先女士（健療中心負責人）

報名請留意學校通告





新年度的家長學堂又同大家見面了，今年講座安排有少許改變，時間改為每月第四個週六晚上八時舉行，時間上雖作出調動，但內容仍然是非常精彩。首次講座已於九月二十五日順利舉行，得到一眾家長支持參與，場面熱熱鬧鬧。



新學年剛開始，相信不少家長都會為子女計劃各式各樣的課外活動，希望能發掘其天份或培育多元智能。是次學堂邀請到梁勝棋校長擔任講者，題目為「啟發潛能教育」，梁校長闡釋孩子的需求是甚麼、如何啟發孩子的潛能，以及教育可以怎樣配合孩子發展的需要。

每個人的需求都是很簡單直接，最基本是生理需要，靠食物飽腹，有氣力才可以做別的事；其次是安全感、被愛和歸屬感，人在安全可信的情況下才放膽溝通；第三是建立自尊和自信，擁有自信的人會嘗試學習新事物；最後是自我實現，人對某類事物會有所追求，在多方面驅使下，會嘗試去完成個人理想。

家長們定必想子女能進到第四個層次，然而有甚麼方法能啟發孩子潛能？梁校長在講座裡指出四大要點，分別是：尊重、信任、樂觀和刻意安排。要培育孩子或學生成才，最重要是尊重他們的創意思維能力，為孩子提供學習機會，讓他們探索知識的真諦，甚至從「錯誤」中體會成長。



有效的學習是建基於相互信任、交流和合作，使孩子能發揮最好表現，即使遇到挫敗，孩子會覺得父母給予全力支持，當中亦可培養到正面的價值取向。要啟發孩子潛能，必須刻意地安排合適的活動，並與環境互相配合而達成，所以家長們可多留意子女的喜好，以便更有效發掘子女的潛質。

上文提及我們必須刻意地去安排活動和環境，以下有五個口訣：

人物 (People)	除了師生外，其實也包括了家長的參與，以及社區的支援。
地方 (Place)	校園、活動空間、圖書館、運動場、看台、家居、社區設施等……
政策 (Policy)	規則、指引、約章，藉既定規章，轉化為個人以至群體習慣。
課程 (Program)	培育學生的五育均衡發展，朋輩輔導計劃、個人成長小組等計劃是必須的，參與社區活動，開闊眼界也是一種很好的學習機會。
過程 (Process)	在教育過程中，我們可培育學生的合作精神、思維方法，建立個人的信心及正確的價值觀，所以學習的過程與成果同樣重要。

希望每位家長能教導出一個聰穎、有良好品格的孩子。



參加了一年家庭團契，真是獲益不少啊！每次的內容不同；有短歌、生活錦囊和小組分享，而我個人比較喜歡小組分享環節。組長會利用現實生活的個案帶出一些問題與組員探討，又從聖經中的故事帶出一些教仔的道理。



在這年頭裡，雖然參與的工作並不多，但可感受到岑宣教師和曾姑娘所下的功夫也不少，現借此多謝他倆一番。至於其他組員，他們每次的參與真令團契生色不少，在分享中彼此交流，實在令人倍感親切。

今年家庭團契的形式將有所改變，期望會有另一種新的形象和你們見面，更希望可以見到更多新面孔。（編者註：家庭團契將會加強家長彼此建立關係，認識信仰，促進美好人生）



- 凡與「健康家庭」有關的文章（包括家庭生活心得、教養子女或夫婦相處之道、感受分享、信仰與生活、好書介紹等），一律歡迎，文章字數請勿多於五百字。本刊亦歡迎家長提問有關親子溝通、夫婦相處、教育、健康等問題，將邀請專人回答。
- 來稿請附姓名、學生班別及姓名、地址及聯絡電話。
- 稿件恕不退回，編者對來稿有刪改權。
- 稿件一經刊登，校牧部即送出心意小禮物乙份，聊表謝意。
- 來稿請擲回學校校務處，或電郵至基真堂 keichunchurch@gmail.com 暖流編委會收。