

社評
雙語道

Government must commit more resources to assist families who are in dire need

政府應為有需要家庭提供適切支援

原文

一名懷疑有過度活躍症的男童被勒死，男童外婆涉嫌謀殺被捕。消息指，有人聲稱「唔想佢(外孫)咁辛苦」，並曾企圖自殺。事件令人扼腕唏噓，顯示部分家長照顧精神有問題子女或晚輩心力交瘁，容易陷入絕望而作出極端錯誤抉擇，釀成倫常悲劇。

香港作為文明富裕的社會，幫助受精神、情緒困擾的患者及家庭，政府和社會各界責無旁貸。政府要有針對性加強資源投入，與社區組織、民間團體等密切配合，積極主動發現、協助有需要的家庭，為他們提供適切支援，避免倫常悲劇重演。

家長照顧患有學習障礙、過度活躍、自閉等問題的兒童，需要付出數倍乃至數十倍於正常兒童的時間和精力，身心俱疲；加上香港生活緊張，居住環境改變令鄰里往來疏遠，又受到中國人「家醜不外揚」的文化影響，照顧有精神問題青少年的家長承受巨大的經濟、心理壓力，不少家長自己也出現情緒問題，一時鑽牛角尖而做出「傻事」，倫常悲劇時有所聞。

統計顯示，本港有逾4萬名兒童及青少年患專注力失調或過度活躍症，其中一半兒童，由求醫至確診及治療，需在公院或公營機構輪候一年以上，約14%更長達2至3年；而私家精神科醫生收費非常高昂，單是診金每次過千元。醫學界人士強烈呼籲政府出手相助，對有精神問題的兒童及青少年支援不足，相關家庭面對的壓力就更重。社會各界應及時施以援手，避免悲劇一再重演。

舒緩有精神問題的兒童及青少年的痛苦，減輕家庭的重負，政府應該撥增資源、增加兒童精神科專科醫生人手，縮減治療輪候時間；社福機構更應扮演積極角色。

如果有問題的青少年及家人，透過與社福機構接觸，由社福機構安排相關的專業訓練，提供語言、行為及情緒的輔導，同時令照顧者學懂減壓，紓緩身心，讓有問題的青少年及家人的路不那麼艱辛。

目前明愛、東華三院及協康會等機構，都有相關的支援服務。經過此次悲劇之後，有關社福機構應加強宣傳，讓更多照顧有情緒問題青少年的家庭掌握資訊，主動尋求協助，不再隱藏問題；對相關的資源需求，政府應該根據實際情況適時增撥，不讓社福機構面對「無米之炊」的窘境。

患有情緒病並不可怕，成功治癒並創出一番成就者大有人在。有「飛魚」之稱、獲得史上最多奧運金牌的美國運動員菲比斯，年少時就患有過度活躍症，更被老師「看死」：「此生將一事無成！」菲比斯選擇利用游泳訓練的專注、情緒控制與紀律，幫助克服症狀，而非依賴藥物，成長後創下世界泳壇傳奇。

香港的各界名人、精英翹楚，亦應該借鏡菲比斯的事跡和愛心，善用自己的名望、金錢，多關心、協助有特殊教育需要的青少年，讓香港多一點愛，少一點悲劇。

(標題為編輯所加)

(摘錄自香港文匯報社評19-3-2018)



運動員菲比斯也曾患有過度活躍症。作者供圖

Exercise

1. 專注力失調或過度活躍症
2. 特殊學習障礙
3. 自閉症
4. 兒科
5. 言語治療

Answer

1. Attention Deficit/Hyperactivity Disorder (ADHD)
2. Specific Learning Disability
3. Autism
4. Paediatrics
5. Speech Therapy

譯文

A boy suspected of having a hyperactivity disorder was strangled to death, and his grandmother was later arrested for murder. According to sources, the grandmother wanted to "end the boy's suffering" and had attempted to commit suicide afterwards. This upsetting tragedy has once again brought to our attention the fact that many carers are often mentally and physically exhausted, and thus very susceptible to looming family tragedies by making the wrong decision out of despair. In a highly developed and wealthy city like Hong Kong, there is no excuse for the government and everyone of us to not help those afflicted and their families. The government must commit more resources and make a concerted effort

with local community groups to proactively identify and assist families who are in dire need, so as to avert similar tragic events in the future. Parents whose children suffer from learning disability, hyperactivity or autism are bound to sacrifice more time and energy in raising them. Combine such exhaustion with the stressful environment in Hong Kong, alienation between neighbours and the pressure from traditional Chinese taboos, carers of the mentally ill have to sustain enormous economic and psychological burden. Many of them would succumb to the pressure, which in turn clouds their mind and leads to tragedies. Statistics show that out of the 40,000-plus children and teenage Attention Deficit/Hyperactivity Disorder (AD-

HD) patients in Hong Kong, half of them spent more than a year waiting for diagnosis and treatment from public healthcare, 14 per cent of them even waited for two to three years. Meanwhile, services from private psychiatrists are unaffordable to many, as a single visit might cost over \$1,000. The medical sector have strongly urged the government to intervene, as lack of support would aggravate the problems faced by the already strained families of the mentally ill. The society should lend a helping hand to the needy and avoid the repetition of such painful mishaps.

To ease the suffering and burden of the mentally ill and their families, the government should commit more resources to cut down the waiting time by hiring more paediatric psychiatrists, while welfare non-governmental organisations (NGOs) should take up a more active role. If welfare NGOs could arrange speech and behavioural therapies, professional counselling and stress management training, life could be much easier for both the patients and their families. Caritas Hong Kong, Tung Wah Group of Hospitals and Heep Hong Society are some of the NGOs that already offer these services. Having experienced this tragedy, local welfare groups should step up their efforts in raising public awareness, so that families in need could reach out for help and receive proper education. To avoid shifting the burden to NGOs, the government should also prepare to allocate more resources and provide help.

Mental illness is nothing to be afraid of, as many have overcome the adversity and achieved great success. Michael Phelps, history's most decorated Olympian and a swimmer nicknamed the "Flying Fish", was diagnosed with ADHD as a child and was told by one of his teachers that he "would never amount to anything and would never be successful". Instead of depending on medication, Phelps harnessed his symptoms and became a swimming legend by training up focus, emotion control and discipline with practices in the pool. Like Phelps, Hong Kong's celebrities and elites should spread the love and help young people with special educational needs with their fame and fortune, and hopefully there will be less tragedies in our home.

發電遊樂場 玩耍中學習

一個由會發電的氚氚轉、搖搖板及單車製成的遊樂場，成功令我們獲得港燈「惜」用電計劃「綠色能源夢成真2017」的冠軍。想起來，對我們來說也像是一場夢。

回想最初我們定下目標時，希望做一個具有教育意義的項目，而我們亦希望針對幼兒。經過小組成員商討，我們認為小朋友最喜歡就是玩，於是便誕生了設計一個發電遊樂場的構思。

要做到一個發電的遊樂場談何容易。幸好我們集合了不同技能的同學，有讀物理科的，有修讀設計與科技的，也有讀視藝科的，但對於製作一個可以發電同時又可以玩的大型裝置，亦只是邊學邊做，一步一步從實踐中學習。

其中一個困難就是我們幾位組員都要在2018年應考DSE，但他們對於這個項目的熱誠並沒有一絲減退。我們趁去年暑假在學校工場製作遊樂場的支架，從鋸木、打磨、上色，甚至接駁電力等，通通都是靠我們組員六隻手做成。

色彩繽紛 水果裝飾

在設計上，我們知道小朋友喜歡色彩繽紛，又喜歡吃水果，於是我們便利用奇異

果、西瓜和檸檬裝飾這個遊樂場。另外，為達至最佳的學習效果，我們特別找了家中的弟妹和學校員工的幼兒作嘗試，當中發現有很多可以改良的地方，例如要顧及安全等等。

完成這個項目的其中一個得着，是讓我們理解到發電並非容易。例如利用單車、氚氚轉和搖搖板所發出的電力只是微不足道，但這並不重要，這個遊樂場所帶出的教育意義才是最值得的。

邊玩邊學 最易吸收

組員陳寶如解釋：「我很高興聽到弟弟在玩過這個遊樂場後對我說，原來發電這麼困難，我會好好珍惜能源愛護地球。」原來對於小朋友來說，一邊遊玩，一邊學習，才是最易令他們吸收呢。

想不到我們的努力並沒有白費，更慶幸在港燈「綠色能源夢成真」比賽簡報中，獲得評審的垂青，並獲得冠軍。這次參賽的經歷讓我們更懂得愛護地球，亦在中學的最後階段寫上一個難忘的回憶。

學校：宣道會陳朱素華紀念中學
鍾智安、鄧曉嵐、陳寶如、李就夷、梁嘉傑、黎曉欣



同學參加港燈「綠色能源夢成真」比賽，以一個由會發電的氚氚轉、搖搖板及單車製成的遊樂場，勇奪冠軍。作者供圖

行為各有後果 不只家長發火



「你再做功課做咁慢，我就沒收你部手機。」相信很多家長都對孩子做過相類似的事情，出發點都是要讓孩子學會對自己的行為承擔後果。這些懲罰一般都可以令孩子就範，只不過，孩子會真的理解自己所承擔的是自己所為的後果嗎？還是他們只認為他們是在承擔令家長發怒的後果呢？此外，他們會把注意力放在認識自己的錯誤上還是被懲罰的恐懼上呢？

簡單來說，讓孩子承擔自然後果就是不介入，讓孩子自食其果。這看似簡單，但在實際運用時，家長都需要衝破大大小小的心理關口。

很多家長都不忍心孩子面對自然後果，害怕他們會因此而受到任何傷害。例如家長明知孩子會因不做功課而被老師留堂，正好是讓孩子汲取教訓，可是一些家長又往往會認為孩子上了整天的課已經很累，不忍心他們再被留堂。

又例如孩子因不願意穿衣服而病倒，有些家長會認為孩子生病太難受，不忍心讓他們感到不適。

比起支持孩子從錯誤中學習，更多家長傾向直接阻止孩子犯錯，用懲罰威嚇他們去改變行為。家長要知道，當孩子要面對自然後果時，他們其實在學習對自己的行為負責的同時，也在學習處理錯誤帶來的負面情緒。家長的「少做」也許比「多做」難，但「少做」可以比「多做」更為有效。

當然，自然後果也不是常常適用的，當自然後果會危及孩子或他人安危時或當自然後果需要長時間形成時，邏輯後果便更為合適。

程思齊博士
註冊臨床心理學家
香港臨床心理學博士協會

自然後果 改善行為

想讓孩子明白他們所作的行為會帶來後果，心理學家阿德勒提出了「自然後果」及「邏輯後果」的運用理論。「自然後果」就是指行為本身所帶來的結果，此結果是沒有經過家長安排的。例如不吃飯，感到肚餓，肚餓就是不吃飯的自然後果。自然後果可以令孩子自己取得教訓，改善行為。

邏輯後果 自我負責

「邏輯後果」是指一個經家長安排附加在孩子行為之後的結果，而此結果必須先被孩子了解接受，並與不良行為有所關聯。例如孩子跑

智惜 用電 @校園

港燈智「惜」用電計劃，致力教導年輕一代及公眾人士培養良好的用電習慣，目前全港已有三百多間中小學校加入「綠得開心」學校網絡。詳情可致電3143 3757或登入www.hkelectric.com/smartpower。



輔導服務：3583 1196