

## 本期專題

無盡感恩20周年 陳文長醫生

兒童輔導變化知多少? 鍾吳麗娟

二十一世紀正向心理學與心理輔導的發展 李耀全博士

點將錄

好消息

新書出版

中心介紹

中心活動

香港 上環

干諾道中130-136號

誠信大廈702室

Rm 702, Alliance Building,

130-136 Connaught Road Central,  
Hong Kong.

# 無盡感恩 二十周年

## 婚姻及兒童啟導中心

在1986年2月創立，已經有二十年了！二十年來，我們以基督教之倫理為基礎，推行全人關懷及以家庭為本的輔導服務，實在幫助了不少有需要的人。

中心一直維持雙線的服務，即《識別與治療》和《發展、預防與教育》。

《識別與治療》包括兒童心理評估及治療、家長輔導、家庭及婚姻輔導、個人輔導及心理治療、各樣心理評估等等。我們感謝這些年來給中心轉介有需要的人到來接受服務，包括醫生和醫療機構、社會服務機構、學校和幼稚園、教會和神學院、律師和法律援助處、朋友和親人等等。

在《發展、預防與教育》這線上，中心主任和各臨床心理學家、心理治療師和教育家常常被邀請到社團、教會和學校主持專題講座，也應邀在報章和雜誌上撰文。因人手不足的關係和工作量多的緣故，中心並未能答應所有的邀請，在此我們向各機構致歉。中心在這年間也出版了一些書籍，希望在預防與教育方面盡一點力量。這些書籍包括《愛兒成長》1992、1997版、《情心相牽》1995版、《愛子有方》1995、1997版、《十五二十時》1998版、《火星與地球》2000版、《解開抑鬱》2006版。另外，為了慶祝中心成立二十周年，在5月24日至6月21日一連5個星期三晚上，與誠信綜合治療中心合辦心理健康講座《抑鬱別狂傲》。

正如在新書《解開抑鬱》的書序裡所提到的，二十年來我們有很多值得感恩的地方，我們相信是上帝的恩典，讓我們以非牟利的形式，服務了許多有需要的人。多謝蔡元雲醫生，中心是在他的鼓勵下成立的。始創人麥基恩醫生、陳熾鴻醫生、鍾吳麗娟女士和本人，在這些年來都合作無間。麥醫生、陳醫生更藉他們的公司給予中心租金的優惠和其他的實際幫助，使中心的財政健康，十分多謝。鍾吳麗娟女士這些年來都是中心的主任，中心的日常工作都是她推動的，她的委身及專業的服務，值得我們的謝意和敬意。多年來有許多人曾以專業及義務性質於本中心服務，我們都表示深深的謝意：這包括幾位醫生，張廣鐵醫生、黃紫蘋醫生、趙伯宏醫生；臨床心理學家許徐春華女士、譚中嶽博士、吳乃江先生、何迪凡先生、葛琳卡博士；教育心理學家黃高麗霞女士、余古少賢女士；資深教育及心理學家勵楊蕙貞博士；婚姻、個人及家庭治療師李耀全博士、林添德先生；特殊教育顧問區美蘭博士；語言治療師李陳智穎女士、張鄭美寬女士；職業治療師方少麗女士、梁嚴淑霞女士；心理輔導員韓國瑛女士、何慧航女士；資深社工及心理輔導員黃志添先生、陳趙秀珠女士。接待文員梁靄桂小姐為中心服務十多年了，我們也在此向她致謝。

迎接第三個十年，我們請設計師作了新的中心表識(Logo)，表示中心要以更新的姿態繼續盡心、盡力的服務社會和有需要的人。

董事會主席 陳文長醫生

## 賀二十周年

不經不覺又二十個年頭了。慶幸中心不斷有熱心且專業的義工加入，再加上同工悉心的經營，不斷的更新，才能有持續性的發展至今天。社會不斷變化，輔導的觀念及方法也不斷演進，未來的日子，中心不僅要保持原有優良的風格和精神，更要推陳出新，達到臻美。謹誌。

麥基恩醫生

# 兒童輔導變化知多少？

鍾吳麗娟 臨床心理學家



中心成立於1986年，這些年來，香港社會經歷許多鉅大的改變，政治、經濟、民生、風氣都有著不同的變化。兒童的心理問題和尋求輔導的模式又如何？讓我們從一些前來中心接受輔導的個案尋找端倪。

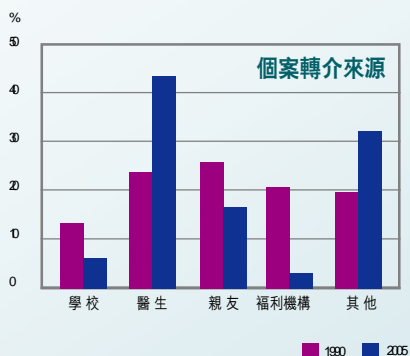
從1986年以來，累計在中心接受服務的兒童新個案約有2,600人。現在我們以2005年及1990年的兒童(16歲或以下)新個案作有系統的比較，以觀察15年間的變化。

在1990年全年中心的兒童新個案有200個，在2005年兒童的新個案總數為144個。從政府的統計資料顯示，兒童的數目及在人口中的比率正在不斷下降。(在1981年0-14歲的人口有128萬，佔總人口比率24.6%，而20年後在2001年，這年齡組別的人只有110萬，佔總人口比率的16.4%) 20年間，兒童及少年人少了18萬，在總人口中比率亦少了8.2%。兒童人口減少源於生育率的下跌。研究發現這與婦女受教育增加、遲婚，有更多婦女選擇不結婚，更多婦女投入勞動市場等有關。另外，有一些更深層的因素在趨化中：雖然社會富裕，人們有更多經濟條件養孩子，但城市化的生活、工作壓力，致令婦女投注在養兒育女的時間和精力減少。此外，居住環境擠迫、核心家庭缺乏支援、2003年的SARS等等的實際環境因素亦是導致婦女生育減少的一些原因。

兒童的數目少了，那麼兒童的心理質素、情緒問題又如何？為使分析結果更準確，我們剔除了2005年的54個個案，因為他們同屬於一個資優計劃的學生。

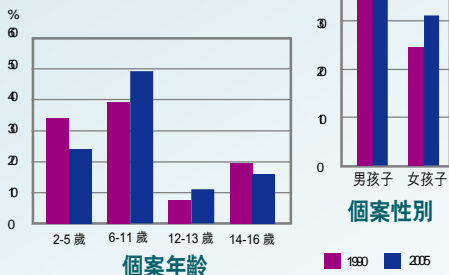
## 轉介來源

醫生和親友是第一線識別孩子需要心理輔導的人。在這15年來都如此。香港社會的發展已相當成熟，能接受收費的心理服務，不少過去以免費形式提供心理服務的福利機構，近年都發展了收費的心理評估和治療。在學校方面，政府亦以直接資助的形式讓學校能外購心理服務。



## 個案特徵

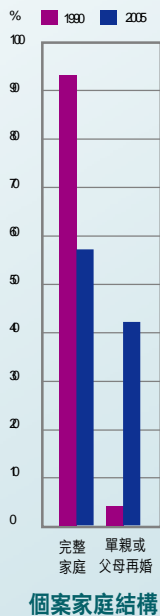
這些年來，男孩子和女孩子接受輔導的比例分別是2005年的約2:1及1990年的3:1。正如成年人的情況一樣，男孩子在心理情緒的問題上始終較女孩子為多。英國過往的一些研究發現男孩子的精神問題是女孩子的兩倍。



在年齡方面，前來輔導的以小學生佔最多，其次是幼稚園/中學生。比較15年前，接受輔導的小學生的比率增多了，而幼稚園生的比率則減少了。前來受導的小朋友的中位數在2005年的樣本是8.5歲，而在15年前是7.1歲。幼稚園生的個案減少了，可理解為整體人口中的出生率下降了。

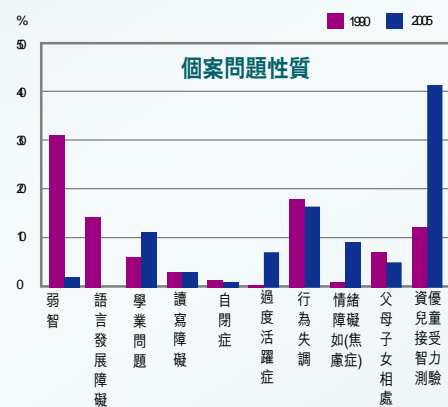
## 家庭結構

與15年前比較，來自單親家庭或父母再婚的小朋友明顯增多了。比率由4%激增10倍至42%。雖然香港單親家庭的比率15年來增加未必有10倍之多(根據社聯發表數字，單親媽媽數字由1991年的23,059人增至2001年的45,072人，亦即增加95%)。但是可以推斷的是：在單親或父母再婚家庭成長的小朋友，他們因為家庭中的劇變，承受著極大的心理壓力，致令他們產生情緒困擾及行為問題的機率亦增多了。近年的跨境婚姻，老夫少妻，婚外情普遍，婦女經濟更自主獨立等都促使更多夫婦離異。而根據法庭判決慣例，年幼的子女大多由母親撫養，當單親母親要兼顧工作與撫育孩子的雙職，當角色失衡時，問題就發生在脆弱的孩子身上。據2001年的統計數字顯示，一半以上的單親媽媽有上班，可想而知這些家庭在經濟需要下，母親與子女相處的時間也相對減少，兒童所獲得的照顧肯定是被剝削了。



## 問題性質

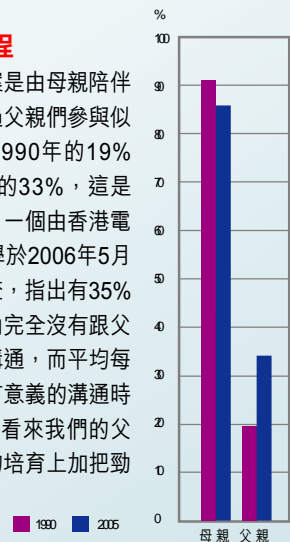
2005年個案中問題以多寡依次排列為：資優兒童接受智力測驗(40%)、行為失調(16%)、學業問題(11%)、情緒困擾(9%)、過度活躍(7%)、父母子女相處(5%)及讀寫障礙(3%)等。與15年前比較，父母似乎更殷切盼望識別自己的子女是否資優，從而可以在高競爭、高增值的社會下生存得更好。而孩子的行為失調、情緒障礙、學業問題是佔來求助人數的主要部份(2005: 45%)。近年一些發展障礙如語言發展障礙、讀寫障礙、自閉症等只佔個案的極少部份。



註：以上並未包括一些佔比率較少的個案：如性別身分認同障礙(1%)、圖雷氏綜合症(1%)等

## 接受輔導過程

絕大部份的個案是由母親陪伴前來受導，不過父親們參與似乎是多了一些，由1990年的19%增加至2005年的33%，這是一個可喜現象。一個由香港電台委託香港大學於2006年5月進行的民意調查，指出有35%的子女在一周內完全沒有跟父親作有意義的溝通，而平均每日與父親進行有意義的溝通時間只有18分鐘！看來我們的父親們要在子女的培育上加把勁了！



## 前瞻與挑戰

香港是個極度都市化的城市，人際關係疏離，家庭凝聚力亦愈來愈低，婚姻關係也愈來愈脆弱。隨之而引起的問題包括離婚、家庭暴力、兒童情緒行為失調，家長在管教子女的事上進退失據。面對這龐大的需要，我們盼望中心能回應20年前中心成立的使命：在識別與治療、發展、預防與教育等多方面，為有需要的兒童、個人和家庭提供整全的心理及輔導服務。

# 21世紀

## 正向心理學與心理輔導的發展

李耀全博士 個人、婚姻及家庭治療師

有人說二十世紀是一個心理學的世紀。雖然這說法有點誇張，因為在二十世紀學問的發展多方面都有突飛猛進成果，可譽為世紀的發展又何止心理學。但佛洛伊德的人格分析與潛意識影響的心理學理念，確實是啟動整個世紀的心理學研究，改變了人對自己和他的世界之理解。整體來說，無論您是屬於甚麼學派(精神分析、行為主義、人文主義、認知主義、家庭系統等)，心理學與心理輔導都是以負面病態的理念入手，意圖解釋人心理問題的徵狀，進而對症下藥。在心理學百花齊放的發展下，我們確實對自己的認識多了。並且在不同的問題和處境中，各施各法，各有所長，不同學派的輔導員與治療師也給人在他困擾中一定程度的幫助。

但當後現代主義的解構，將輔導的方向由「問題為本」(Problem-focused)轉移到以「解脫為本」(Solution-focused)，又同時將焦點由人的「軟弱」(weakness)轉向「長處」(Strength-based)，心理學已漸漸離開以治療為主的模式(therapeutic model)。在大眾心理學的層面，近年「情緒智商」(Emotion Quotient)，「逆境智商」(Adversity Quotient)等早已用正面成長與發展的取向，代替了較為負面心理障礙或異常(Psychological disorder)的取向。這並不是說心理輔導與治療已被取代，乃是說除了處理精神病與心理問題之外，我們更需要一個以「健康為本」(health-oriented)的心理學取向與輔助成長的模式，並且將取一個心理教育與預防性的取向(Psycho-educational and preventive approach)。這正正是筆者同時採用的兩個方向。

在這背景之下，正向(正面)心理學便在學術界中催生而面世。正向心理學(Positive Psychology)是由美國心理學家馬丁·沙尼文博士(Dr. Martin Seligman)於1998年出任美國心理學會主席時正式倡議及定位的。正向心理學並非單是正向思想(positive thinking)，它是在注視精神心理問題之餘，更積極聚焦於如何幫助人有健康的成長與發展，使人活得更快樂、更成功、及更有意義。筆者認為當我們踏入二十一世紀的時候，心理學已找到了一個新的發展方向，並且定下了新的研究與發展的議程。

按沙尼文的定義，在個人的層面，正向心理學有三個重要的範疇：

第一：正向情緒(Positive emotion)的研究：例如：快感、自信、樂觀、滿足感、和平等。

第二：對於能力(abilities)長處(strengths)及美德(virtues)的研究：例如：良好人際關係、創意研究包括家庭、學校、社會文化等。

沙尼文認為人人都希望得到的有三個目標，包括，快活的人生(Pleasant life)、美好的人生(Good life)和有意義的人生(meaningful life)。他將人要發揮的長處(優點)定為24種品格的優點，並將它們歸納為6個大美德(virtues)，包括智慧與知識(wisdom and knowledge)、勇氣(courage)、人道精神(humanity)、公義(justice)、節制(temperance)和超越性(transcendence)。

從基督教的角度我們不難聯想到基督徒的品格

的特徵與及聖靈的果子，就是「仁愛、喜樂、平安、忍耐、恩慈、良善、信實、溫柔、節制」(加五22,23)。不過我們要小心分辨，因為整個方向仍然是以人為中心，在我們共同的語言中，基督教以神為中心的取向是否能認同所有心理學家的觀點呢？雖然如此，我個人相信神在祂普遍(及)的啟示中，若這些知識是建基在神特殊啟示之上，可以給我們對自己有更全面的認識，並且正向心理學亦可以提供一個美好的成長輔導的進路。

正確的靈性觀念(spirituality)是把人看為身、心、靈的整合，是正面的和全面的輔導基礎。基督信仰不單是關於永遠的生命(永生)，亦是關乎「豐盛的生命」(約十10)。只要我們不忘記這「豐盛的生命」，是與主耶穌基督我們的好牧人息息相關，是從跟隨著這牧人開始。這為羊捨命的好牧人(約十15)認識我們並願意「牧養」我們。至終我認為以「信仰為本」(faith-based)的心理輔導發展必然回到「心靈輔導」(care and cure of the soul)，而現時的正向心理學之研究將有助我們更全面提供這種健康成長輔導與生命塑造，與聖經的教導相輔相成。

筆者對二十一世紀正向心理學與心理輔導的發展保持一個樂觀的態度，並認為基督徒心理學家與輔導的專業人仕該同時鑽研正向心理學與基督教靈修學，多作整合的工作。我盼望基督教的心理學家與牧者能積極採取主動，把「心靈輔導與牧養」的職事贖回，主導對教會內外人之心靈醫治與關懷。這樣基督的博愛與基督徒愛人如己的精神便能將平安與喜樂種在陷於困苦絕望的人的生命裡。但願基督徒掌握美好的時機。

### 點將錄



中心於過去廿年來，得蒙下列人仕以同工或義工性質，在其專業上提供諮詢、服務，以及在金錢、時間、精神上多方面貢獻和支持，謹致謝意：

#### 董事會

麥基恩醫生、黃紫蘋醫生、  
陳文長醫生、陳熾鴻醫生、  
許徐春華女士、李兆康先生、  
蔡譚秀薇女士、葉萬壽先生、  
李耀全博士、陳幼莉女士、  
勵楊蕙貞博士、林添德先生。

#### 精神科醫生

麥基恩醫生、陳熾鴻醫生、  
趙伯宏醫生

#### 臨床心理學家

鍾吳麗娟女士、許徐春華女士、  
譚中嶽博士、吳乃江先生、  
何迪凡先生、葛琳卡博士

#### 教育心理學家

黃高麗霞女士、余古少賢女士、  
勵楊蕙貞博士

#### 婚姻、個人及家庭治療師

李耀全博士

#### 言語治療師

李陳智穎女士、張鄭美寬女士

#### 職業治療師

方少麗女士、梁嚴淑霞女士

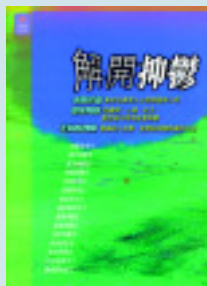
#### 心理輔導員及社會工作者

韓國瑛女士、何慧航女士、  
黃志添先生、陳趙秀珠女士

#### 特殊教育顧問

區美蘭博士

## 新書出版



## 解開抑鬱

上帝為何容許有抑鬱？  
 長期服抗抑鬱藥有何副作用？  
 小孩子也會有抑鬱？  
 心理分析和認知行為學怎樣解構抑鬱的治療？  
 怎樣可以做個開心快樂人？  
 出版及發行：突破出版社  
 售價：\$98 (於中心購買享折扣優惠)  
 本書在本中心及各大書局有售

粗略統計，大概有50萬以上的香港人在一生之中可能會患上抑鬱症。為回應香港社會的需要，中心籌備一年有餘，邀請了十多位資深的專業人士，包括精神科醫生、兒科醫生、臨床心理學家、家庭治療師、教育心理學家、心理輔導員、神學院教授等。從不同角度與臨床經驗，全面探討抑鬱的生理、心理、靈性、社會成因與治療，並就不同人生階段所遇到的抑鬱，配以個案分析，讓讀者在認知、評估與預防方面更深入了解抑鬱這課題並尋找出路。難得之處，是本書罕有的討論聖經與信仰於治療抑鬱的介入面。在此特別向以下作者鳴謝：  
 李耀全博士、賴子健醫生、陳玉麟醫生、陳熾鴻醫生、李詠茜博士、湯國鈞博士、陳幼莉女士、鍾吳麗娟女士、康貴華醫生、麥基恩醫生、沈孝欣醫生、林添德先生、陳文長醫生、許徐春華女士、勵楊蕙貞博士

## 好消息



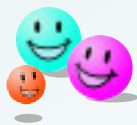
## 心理健康講座——抑鬱別狂傲

### 講座現場錄音光碟出版

對於未能參加上述講座的朋友們，可以購買由「匯美書社有限公司」製作的錄音光碟。光碟分五講，每講有光碟兩隻，售價如下：

名稱	原價	中心購買特價九折
思路與進路(I)聖經與家庭	\$45	\$40
思路與進路(II)精神醫學	\$45	\$40
思路與進路(III)心理分析	\$45	\$40
思路與進路(IV)認知行為	\$45	\$40
思路與進路(V)正向心理學	\$45	\$40
全套光碟(I-V)講	\$225	\$200

光碟由榆林書店發行，於各大基督教書室有售。



## 中心活動及消息

中心於5月24日至6月21日期間一連五個星期三晚上於宣道會北角堂舉辦20周年心理健康講座——「抑鬱別狂傲」。透過專業治療師、精神科醫生及臨床心理學家的專業知識及豐富經驗，從聖經、精神醫學、心理分析、認知行為及正向心理學，多角度剖析抑鬱的成因、面對與治療。

講座時間表：

日期	時間	主題	講員	回應講員
5月24日(週三)	7:30-9:30pm	思路與進路(I) - 聖經與家庭	李耀全博士	陳幼莉女士
5月31日(週三)	7:30-9:30pm	思路與進路(II) - 精神醫學	賴子健醫生	麥基恩醫生
6月7日(週三)	7:30-9:30pm	思路與進路(III) - 心理分析	陳熾鴻醫生	葛琳卡博士
6月14日(週三)	7:30-9:30pm	思路與進路(IV) - 認知行為	李詠茜博士	李耀全博士
6月21日(週三)	7:30-9:30pm	思路與進路(V) - 做個開心快活人： 正向心理的啟示	湯國鈞博士	勵楊蕙貞博士

五次講座已完滿結束，每晚的講座有近200人參加，反應熱烈。我們盼望講員的信息，能結合信仰與專業知識，讓患者、家屬及朋友、教會領袖，以至普羅大眾能正視抑鬱、跨越抑鬱，明白抑鬱並不可怕。是次活動得蒙誠信綜合治療中心及匯美書社及各講員多方協助，謹此致謝。



## 中心介紹

董事會：陳文長醫生(主席)、陳幼莉女士、李耀全博士、勵楊蕙貞博士、林添德先生  
 義務顧問：麥基恩醫生、陳熾鴻醫生  
 中心主任兼臨床心理學家：鍾吳麗娟女士  
 個人、婚姻及家庭治療師：李耀全博士  
 特殊教育顧問(義務)：區美蘭博士  
 服務範圍：個人心理治療、兒童心理評估及輔導  
 家庭及婚前、婚姻輔導、教育及推廣

本中心為註冊非牟利慈善團體，任何人仕可於辦公時間致電預約服務，中心會按所需服務性質收取費用。

## 才俊飛昇計劃 2005-2006

中心連續第三年協助由香港教育學院統籌，為資優小學生舉辦的「才俊飛昇計劃」。本年度參加的小學有8間，包括：  
 中華基督教會協和小學下午校 ■ 中華基督教會蒙黃花沃紀念小學  
 中華基督教會基覺小學 ■ 佛教榮茵學校 ■ 佛教黃焯菴小學  
 中華基督教會基法(油塘)小學 ■ 油麻地天主教小學 ■ 德貞小學  
 參加的同學共160人，中心以「雷文氏漸進式矩陣」(Raven's Progressive Matrices)測試各同學之非語文能力，測試分別於2005年11月及2006年6月底進行。測試結果除提供同學能力之基線外，亦協助了解資優活動對同學能力之提昇及效用。在此謹多謝臨床心理學家陳子平女士協助測驗進行及香港教育學院持續專業教育學部講師兼高級課程發展主任鄒秉恩先生之統籌。