

推薦序一

根據教育局的統計，2023 至 2024 年度在主流學校就讀的融合生，總數已達至 64,220 名，而在九個有特殊教育需要的類別中，有特殊學習障礙的學生共有 26,960 名，在融合學生總數目中佔最大部分。

經評估後，這批學生的數目，每年亦逐漸增多。在 2021 - 2022 年有 24,040 名；2022 - 2023 年有 25,140 名；2023 - 2024 年有 26,960 名。

隨著融合教育發展，進入大學的特殊教育需要學生，數目也越來越多。我也曾接觸有特殊學習障礙的學生，他們的個別需要不盡相同，需要支援的程度也有異。

學生入學前若告知大學其殘疾類別及特殊教育需要，大學的特殊教育支援組別及授課教師，均會提供學習調適安排及情緒支援，讓他們有信心地適應學習生活。這些同學要學習成功，過程著實並不容易。

聽這些同學分享，便知道他們年幼時在學習上遇到很多困難，尤其是閱讀困難又緩慢，寫字時經常拼錯字詞等，讓他們感到沮喪及無奈，自我形象低落，甚至感到自卑。但很多同學也告訴我，感恩很多老師了解到他們的困難，並作出支援。可惜並非每位同學都這樣幸運，得到適切的支持及關愛。我們希望教師不要放棄每一個學生，能夠不斷鼓勵及支持他們，並給予額外的指導和練習。我也希望學生的家人同樣給予支持及鼓勵，提升孩子的自信心，讓孩子相信自己的能力，才有機會發展及展現才能。

我誠意推薦這本書，透過 Twiggy 的自述，讓我們明白讀寫困難的孩子決不是笨笨。書中每章的經歷及啟示，都能為教師、家長及社會人士帶來希望和指引，理解到孩子面臨的困難，明白到可以怎樣支援他們，讓孩子健康成長。

冼權鋒教授 MH

香港教育大學特殊需要與融合教育研究所執行所長

推薦序二

這是一本有關讀寫障礙的書，作者之一陳卓琪 (Twiggy) 透過文字，分享自己如何面對學習上及情緒上的困擾及挑戰！讀寫障礙雖然令她容易氣餒，但也令她明白要下更多苦功及努力，才能朝目標邁進！

Twiggy 描述家人及老師以接納、鼓勵、用心引領及包容體諒的態度與她並肩作戰，讓她在學術中重拾自信，沒有讓讀寫障礙埋沒了她的才華。

篇章中有幾位年青人的對談，細閱到他們面對學業上的挫敗、成長中的艱澀、徘徊於停滯不前的人生路途上時，你會為之心痛。讀到他們憑著家人及師長的不離不棄、無限的鼓勵與支持下，令他們在多番折騰中找到隨心的去向及夢想，奮鬥出非一般的成績時，你會為之感動。

字裡行間展示的，不單是他們的成就，更隱含著關愛、體諒及伴隨他們成長的父母與師長的非凡力量！

在此多謝 Twiggy 撰寫這書，讓讀者明白讀寫障礙孩子的需要。讓更多家長，教師及社會人士能夠了解及找到支援技巧及方向。我誠意向大家推薦這本好書。

陳淑明

資深教育心理學家

推薦序三

認識 Twiggy，是在一個委員會的會議上。雖然會議有三十多人參與，但奇妙的是，每趟開會她總是坐在我附近。我笑稱她就像是我的同班同學，也是與會中較年輕的。

開始留意她，是因為她的發言：謙遜中肯，句句有力。會後交換名片，知道她獨力經營一所專為讀寫障礙孩子提供訓練的博雅思教育中心 (Boaz International Education Institute)，立刻約了這樣有夢想且努力實踐的有心人見面。

就是這樣，我們成了午餐飯局的好友。在午餐上，我們會分享經營社企的種種難處與出路，也會談談彼此的家庭近況。每聽到她訴說在中心碰見的例子，還有她親身經歷怎樣克服個人讀寫障礙至把自身的經驗結合學術，創辦了博雅思教育中心等等的故事，作為寫作人，便覺得這樣有血有淚的香港故事，一定可以給面對讀寫障礙孩子「不知如何是好」的家長，帶來很大的鼓舞。於是，大力慫恿她把個人的經歷及從中學會教育的秘訣出版成書，讓更多人受惠。

如今，喜見書已編成。在翻讀的時候，重溫 Twiggy 口中學習的血淚史，如幼稚園上學時大哭大鬧，因為學習能力比同齡孩子遲緩，會寫「鏡面字」，即使簡單的抄寫也不能應付。

更感動的是，讀到她媽媽口述怎樣教養與栽培這名「改寫了一生」的大女兒，其中最重要的秘訣就是：愛心與忍耐，相信 Twiggy 媽媽的分享，也能引發很多家長的共鳴。

這個晚上，邊細讀 Twiggy 媽媽怎樣幫助女兒在文字森林中，出盡辦法為女兒的寫作找到出路。不過最讓我深深感動的，是她對女兒說的這句叮嚀：「你唔需要太介懷成績，我唔使你考試攞一百分，只要你理解到書裡面嘅道理，有一份善良嘅心，無論妳將來做乜嘢，妳都係我所愛嘅女兒。」

是的，無論怎樣，你都是我所愛的女兒，這就是媽媽的愛。深信女兒也是深刻感受到母親的愛護和鼓勵，讓她義無反顧地追求夢想，直至今天有這樣的「成就」(Twiggy 拿了
不少獎項呢!)。

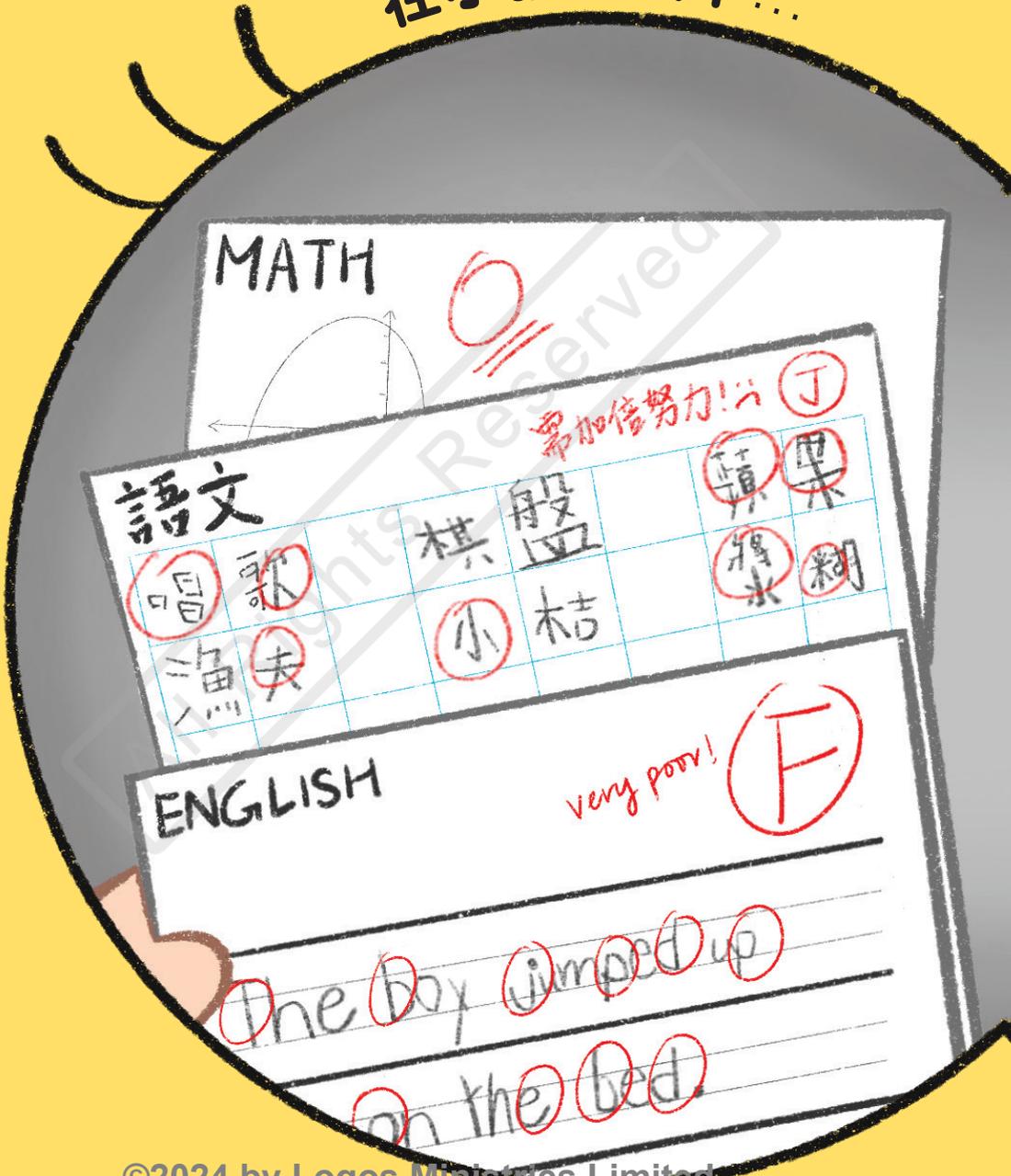
在此，深願這本滿載著愛與親情，還有充滿睿智實踐的好書，能為徘徊十字路口不知
何去何從的家長們，打了一支有力的「強心針」。也盼望這本深深感動與啟發我的書，能
更深深感動與啟發你啊！

羅乃萱

家庭發展基金總幹事

我懷疑我孩子有讀寫障礙.....

在小孩的眼中...



孩子讀書成績好差嗎.....

在父母的眼中...

MATH

語文

日	和								
漁	天		棋	般					
			小	桔					

常加倍努力!!!

ENGLISH

very poor!

F

The Boy jumped up
No thank you.

第一章

我孩子有讀寫障礙嗎？

- 用了很多方法，我孩子仍然默不到字？
- 我孩子經常寫鏡面字？
- 我孩子不能認讀常見的字？
- 我孩子經常抄多或抄少筆劃？



Twiggy (陳卓琪) 的故事

負面情緒把童年的我淹沒了

翻開小時候的相簿，很難才找到自己歡笑的面容。大部分照片都眉頭緊皺，如今看起來都覺得有些心酸。本應是樂也融融的童年，是甚麼讓照片中的我看來如此「愁雲慘霧」？

我的一位「好朋友」

看著看著，我想起了一些不愉快的片段。老師把我標籤為「問題學生」、每天上學前以淚洗面、改正到「溶溶爛爛」的工作紙……等等。說到這裡，我得介紹一位多年來與我形影不離的朋友——讀寫障礙。或許「它」正是我成長期憂傷的源頭。

因為「它」，很多同齡小朋友輕易做到的事，我都要花上數倍，甚至數十倍的努力；因為「它」，我童年的日常無時無刻都感到非常吃力，恐懼和壓力揮之不去。就以穿衣服來說，對我已經十分繁複。由套袖子、扣鈕、拉拉鍊到結領呔，每個部份、每個步驟都讓我困惑。

不聽話的一雙手

原來把鈕扣和對應的鈕洞連接真的很困難，就算我成功把兩者連接，我也無法協調手指與手指之間的力度和角度，把鈕擠進鈕洞。

讀幼稚園高年級時，每個學期都有治理能力的測試，老師限時要我們把有三顆鈕扣的背心穿好、扣好。記得有次全班同學都完成了，但我仍然努力把鈕往鈕洞擠。老師唯有說：「算啦，你唔好整啦！」難聽一點，就是無奈的放棄我了。我很想跟老師說，我已經盡力了，但就是做不到。

拉拉鍊時，我們都知道要把右邊部分拉鍊頭插進左方的拉鍊卡位，才能在往上拉時拉得暢順。對我來說這又是個很難完成的動作，因為「對準卡位」是要靠手眼的協調，我又做不到。

左穿右插如墜進迷宮

生活自理的細節很多時和手指協調有關，扣鈕、拉拉鍊如是，結領呔、縛鞋帶何嘗不是。

我的小學校服需要結領呔，每天早上，我要把這條小小的布條掛在頸上，在胸口前弄成圓圈，穿過來、翻過去，再向左、又向右，很複雜啊。我就像掉進了迷宮小羔羊，轉來轉去也不知道如何走往終點。

每天走出迷宮的「活動」還有綁鞋帶。小三那年，我仍然未找到這迷宮的出口。或許綁鞋帶對我來說有太多步驟了。要先弄蝴蝶翅膀？還是先弄個洞？先把鞋帶拉到右邊？才拉到左邊？向哪個方向穿過去？穿過去後又怎樣再穿回來？腦子像是台過熱的機器，無法負荷如此繁複的過程。

每次出門，家人早早穿好鞋子準備出發，我卻總是和那兩根小鞋帶作沒完沒了的「搏鬥」。那時便傳來媽媽的聲音：「綁唔好你就唔好去啦！」我的腦袋本來已經過熱，再加她的聲音更霎時停轉。

是我不願意學嗎？還是我太懶了？都不是，我唯一的解釋是，我真的學不會。

記得有次中秋節，同學們都十分期待，對我而言卻非那麼一回事。學校的勞作課要我們先設計燈籠圖案，再用剪刀剪成各式各樣的燈籠。我一隻手拿著圖案紙，依照圖案形狀轉彎，再配合另一隻拿著剪刀的手一刀刀剪下去。這勞作又再要求雙手有高度的配合，最後我唯有把圖案紙拿回家，成為姑媽的「作品」。

被負面情緒淹沒的童年

又如每星期的默書，合格幾乎是不可能的任務。我努力溫習後，若老師把其中部份抽出來默，對我來說次序不一樣，框架便不一樣了，我便很難寫出正確的字詞。即使是抄寫，我也覺得如同搬水泥一樣沉重，抄漏字、抄錯字、調轉寫是常態。重寫、重做，以至擦至「穿窿」的練習紙又是我愉快的回憶。

從幼稚園到小三，每天我幾乎都是哭著出門上學。抱著麻麻的腿不放，哭到上氣不接下氣，甚至嘔吐。經歷了一整天極不愉快的學校生活，放學後還要補習，繼續面對自己無法完成的難題。

到了很辛苦很惱火的時候，我會把鉛筆掰斷，甚至把頭髮連頭皮都拔了出來，很痛、很生氣，也很傷心。各種負面情緒如同大海，淹沒童年小小的我，怎樣用力都浮不出水面。因此童年對我來說，就猶如被丟在茫茫大海裡拼命呼吸掙扎，不斷呼救，但卻游不到岸邊。



我不是笨笨

— 從讀寫障礙眼睛看世界 —

- 作者 陳卓琪、岑燕華
- 策劃及編輯 林志成
- 協力 黃治熙、陳耀靈、鍾鎧汶、陳淑安、康家敏
- 插畫 康家茵
- 設計 周珮晶
www.instagram.com/3rddays
- 出版 印象文字 InPress Books
香港火炭坳背灣街 26 號富騰工業中心 10 樓 1011 室
(852) 2687 0331 info@inpress.com.hk <https://www.inpress.com.hk>
InPress Books is part of Logos Ministries (a non-profit & charitable organization)
<https://www.logos.org.hk>
- 發行 基道出版社 Logos Publishers
(852) 2687 0331 info@logos.com.hk <https://www.logos.com.hk>
- 承印 新堡印刷製作
www.symbolprinting.com.hk
- 出版日期 2024 年 7 月
- 產品編號 IB713X
- 國際書號 978-962-457-657-3
- 售價 港幣 128

印象文字網頁



版權所有 · 請勿翻印 All Rights Reserved
© 2024 by Logos Ministries Limited
Published & Printed in Hong Kong

刷次	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
年份	33	32	31	30	29	28	27	26	25	24

©2024 by Logos Ministries Limited
All Rights Reserved