



## 專業團隊工作

- 1 言語治療師：語言、社交、溝通訓練
- 2 職業治療師：感統、專注、小肌訓練
- 3 心理學家：行為改變技巧訓練
- 4 特殊幼兒導師：綜合訓練
- 5 兒科或精神科醫生：診斷及治療



查詢及預約：

**8102-7456**

**8106-7456**

課程及服務網址：

[www.hkraa.org](http://www.hkraa.org)

[www.speechtherapist.com.hk](http://www.speechtherapist.com.hk)

評估及治療中心地址：

### 香港綜合治療中心

香港康復學會AMOS讀寫訓練中心  
灣仔軒尼詩道1號熙信大廈13樓1302A室

### 社區綜合治療中心

九龍何文田廣場商場三樓323號  
沙田禾輦廣場三樓新翼313號  
荃灣大窩口邨富民樓地下A1號  
將軍澳明德邨商場102號  
屯門新屯門中心商場第三層169號

### 香港康復學會

新界粉嶺牽晴間購物廣場地下G36B舖  
新界元朗牡丹街合益廣場A60地舖

### 國內綜合治療中心

深圳羅湖區春風路佳寧娜友誼廣場A座2402 (近地鐵國貿站)

 香港康復學會  Hong Kong Rehabilitation Academic Association

# 書寫障礙

社區綜合治療中心  
家長教育系列





香港康復學會  Hong Kong Rehabilitation Academic Association

## 書寫障礙

### 1. 書寫慢—靈敏度不足

學童書寫緩慢有很多原因，最常見是手部肌力不夠及運筆時靈敏度不足，以致揮筆時有力不從心的感覺，要改善手指的靈敏度必須常做小肌肉協調運動，例如：彈琴、穿珠、玩泥膠等，小肌肉的靈敏度改善，書寫速度就會提升，家長勿以為用強迫孩子多寫的方法可改善其書寫速度，這樣只會弄巧反拙。

### 2. 易疲倦—手肌耐力不足

孩子寫字幾分鐘就要停下來休息，抱怨手部疲倦，顯得極不耐煩，不想再寫，甚至叫父母代寫等。寫字時容易疲倦是很普遍現象，主要是幼童時，手功能訓練不足，就會產生肌耐力不夠的情況。最佳訓練的方法是勤做上肢及手部運動。

### 3. 字體差—用錯主力手

很多學童寫字不好是因為用錯了主力手，寫字速度會減慢，字體會變得難看，家長在孩子年幼時，不應胡亂強迫孩子更換主力手，要順著幼童自然的發展。家長應多留意及多觀察幼童的主力手發展，並且寬容接納。注意：並非所有學童都發展右手為主力手。

### 4. 寫出界—手眼協調差

部份孩子天生有較差的空間概念，左、右、上、下空間感混亂，也沒有方向感，手眼協調動作“論盡”，拍球、拋接乒乓球、羽毛球、都絕非強項。寫字時，字體不平均，容易寫出線或出格，有時會越寫越大又或越寫越細，抄寫幾個簡單的字，頭部往往要不停地左右轉動細看，才能完成抄寫。手眼協調訓練需要從年幼開始，成效更為顯著。

### 5. 寫漏字—視覺感知障礙

很多學童寫字困難，問題並非在手部，而是在視覺與腦部感知功能不合拍。常見現象是孩子看著一大堆文字時，往往找不到重要字句，太密及太細的文字也會令孩子接收的影像不清，不能理解，就容易寫漏字。家長若發現這問題時，可請治療師提供專業意見，改善其視覺感知障礙。

### 6. 執筆錯誤—寫字困難

學童年幼時，家長應提供足夠的手功能及執筆姿勢訓練，若訓練不足，會導致執筆錯誤。五歲以後才糾正會較為困難。執筆時力學不好大大影響書寫的速度、耐力及品質。所以改善執筆力學應從年幼開始。

### 7. 輔助手不按紙—兩手不協調

有些學童用主力手寫字時，另一隻手則會垂下，不按在桌上來穩定紙張，故寫出來的字體東歪西倒，難看極了，究其原因，是肩膀部位不夠強壯，學童不願提高雙手放在桌子上互相協調。改善這問題的方法就是家長常提醒學童多運用雙手協調寫字，並且要多做引體上升運動，改善肩膀肌肉功能。

### 8. 怕做功課—討厭書寫

害怕是一種心理現象，害怕書寫是學童面對書寫困難的退縮反應。家長應體諒學童面對的困難，多用鼓勵和讚賞，少用責備和強迫等方法。若處理不好，學童很容易放棄也會逃避書寫，所以這問題應及早識別，以致及早治療。

