

# 陪伴四川孩子 走出心靈廢墟

四川大地震發生後，不少團體幫忙救災。肢體殘障固然需要好好治理，心靈上的創傷同樣需要安撫。作家黃曉紅和幾名義工朋友，便在地震發生後到災區探訪了一個多星期，為心靈受創的兒童及少年作心理輔導，幫助災民面對創傷後情緒失調，讓他們重拾對生命的希望，同時寫成《走出心靈的廢墟》一書。

## 不敢上學 常做噩夢

黃曉紅在512四川大地震後決定要做點事，於是在去年地震發生的個多月後和幾個朋友一起遠赴四川地震災區的學校及醫院探訪，因她認為心理問題通常在災難發生後的一個月開始浮現。「有些小朋友在地震後不敢上學，即使被送至校門外仍是不敢內進，晚上也常做噩夢，在心理輔導的過程中，就能釋放恐懼。」黃曉紅說。

## 四種療法 經歷重建

她應用了藝術治療法 (Art Therapy)、遊戲治療法 (Play Therapy) 及敘事治療法 (Narrative Therapy)、投射繪畫法 (Projective Drawing) 輔導災民。黃曉紅說：「我們利用敘事療法，着孩子寫信給天堂上的親人和朋友，表達感受和哀傷。」一眾義工又跟中小學生玩了一個重建家園的遊戲，先給他

們飲管、報紙等物料，建立一條村莊，然後搖動桌子，模擬地震，令房屋倒塌，問孩子的感受，憶述當日情況，並問他們之後該怎麼辦。接着再給他們木條等較堅固的物料，讓他們重建家園，一手一腳經歷建立和重建的過程。最後黃曉紅作出解說。

此外，孩子們也透過書信及繪畫來表達內心世界，然後再作出個別輔導。

《走出心靈的廢墟》一書包含作者對災民繪畫作出的分析、青少年寫給遇難的親友及自己的治療書信、對投射繪畫法的深入介紹等。

作者與「愛四川行動」籌委會進一步舉辦了一個名為《尋找生命的奇蹟》的全港徵文比賽，讓香港市民在四川地震的感人故事中作出反思和回應，然後結集成書。此書扣除必要開支後之收益，以及《走出心靈的廢墟》作者版稅，全數撥捐香港世界宣明會作四川重建用途。



## 分享書籍

黃曉紅與一眾義工把兩本著作，透過「書送愛行動」贈予四川的中小學生以及醫護人員。



## 天堂書信

孩子透過寫信給天堂上的親人和朋友，釋放內心的感受。



## 重拾歡顏

四川大地震受災的孩子心靈受創，需要得到適當治療才可重拾歡顏。



## 結集成書

黃曉紅到四川探訪後，把孩子的書信和圖畫結合分析，寫成《走出心靈的廢墟》一書；《尋找生命的奇蹟》則是全港徵文比賽的作品集。