JOCKEY CLUB AUTISM SUPPORT NETWORK

JOconnect

賽馬會喜伴同行計劃

喜·訊 | 2020 春

策劃及捐助 Initiated and funded by:

香港賽馬會慈善信託基金
The Hong Kong Jockey Club Charities Trust
同心同步同進 RIDING HIGH TOGETHER

主辦院校 Host Institution:

Faculty of Social Sciences
The University of Hong Kong
香港大學社會科學學院

合作夥伴 Partners:

香港明愛 Caritas HONG KONG

協康會 HEEP HONG SOCIETY

香港聖公會福利協會有限公司 HONG KONG SHENG KUNG HUI WELFARE COUNCIL LIMITED

YWCA 女青

New Life

SAHK 香港耀能協會

THE SALVATION ARMY 救世軍

東華三院 Tung Wah Group of Hospitals

教育局 Education Bureau

社區參與

「賽馬會喜伴同行計劃」植根社區，透過學校支援、家庭支援和公眾教育三個部分，為自閉特色學生在家庭、學校和社區提供全方位協助及培訓。

目前，已有超過500所主流中小學受惠於我們的學校支援計劃。我們的合作夥伴與學校攜手為在主流學校就讀的自閉特色學生提供校本訓練小組，並提供過渡培訓和各種活動，以建立學生的自信心和提升他們與社區互動的能力。香港明愛和新生精神康復會將分享今年夏天在校園和其他商業機構舉辦的相關活動。

我們不僅支援自閉特色學生，亦關注他們的父母和照顧者，因為他們對孩子的成長和福祉至關重要。我們的家庭支援團隊將介紹如何將世界衛生組織的「親子技巧訓練課程」引入香港，並將之本地化。目前，這個國際項目已在全球30多個地區採用；我們將在約360個本地家庭中試行，以回應社區的需要。

提倡社會共融、提升社會人士對自閉症譜系障礙的認識及關注是本計劃的三大重點之一。順應最新的全球趨勢，我們很榮幸能夠倡導社區舉辦專為自閉特色人士而設的電影放映，並致力舉辦各種活動，連繫大眾及自閉特色人士，促進社會共融。本期《喜・訊》對此將有詳盡介紹。

自我管理・義時JOB

香港明愛

在過去與家長的對談中，常聽到家長說：「佢喺小組就OK，但唔知完咗小組後佢用唔用得返D技巧。」學生能否學以致用，並融入學校及社區生活是老師、家長所關注的問題。除了教授知識和技巧外，明愛團隊的導師還會安排不同的機會，例如暢遊海洋公園、影片製作、聯校烹飪比賽等，讓學生在朋輩活動中應用小組所學到的概念和技巧。過去一年，高中學生更透過社區活動，邊學邊用，提升執行技巧及實踐自我倡導。

「自我管理・義時JOB」是一個以義工服務為任務的小組訓練。導師先教授學生討論及執行功能的技巧，如計劃工作、管理時間、按工作及活動的重要性及迫切性決定優次排列等，然後安排學生訪問合作中心的負責人，索取相關的資料，如場地、設施、服務對象等，於小組再進行討論，計劃及籌備一個活動給小朋友，整個過程已包含組織、時間管理等技巧的練習與應用。義工服務當日，學生教導兒童製作小食，他們不但要按計劃行事，互相合作，更要應變與解難，把小組所學應用到真實情境中，能力得以提升，同時獲得很大的滿足感和自信心。

另外一個是與商界合作的小組訓練，讓學生實踐「自我倡導」的歷程：認識自我、認清目標、實踐目標、根據現實和資源作出選擇和調整等。導師與另一機構「愛・傳遞」合作，安排一連串體驗活動。學生探訪利豐集團及摩根士丹利 (Morgan Stanley)，參觀公司的工作環境，了解集團的運作及不同部門的工作，導師更安排公司員工與學生交流，分享職場心得。學生透過這些活動，可以具體地明白小組所學的概念，強化對自我和資源的認識，讓「自我倡導」更為實在。

學校支援

學生心聲

- 在這個活動，我們一開始作了很多準備，例如我們一開始就計劃替小朋友舉辦什麼活動，這讓我感受十分深刻。大家最下工夫的地方，便是我們認真地討論適合小朋友的活動；其後大家為了令小朋友有更深刻的印象，在活動當天使出渾身解數。同時也令我明白原來大家一起團結地做事，是如此有效率。
- 我十分開心能夠參加這次活動，因為能看到小朋友們在活動時和結束後顯露出燦爛的笑容，使我感到十分有成就感。
- 經過今次活動，我認識到金融服務行業，能夠參觀這麼大的公司，這麼多的人一齊合作，真是大開眼界。義工們十分友善地教我們如何面試，我覺得面試時無需緊張，只要做回自己便可。
- 我不知道自己未來想做的職業，今次義工們介紹了他們工作的不同範疇，我對不同工種多了認識，又能夠和他們對話，是個難得的機會。我對未來多了信心，也會想發展自己的專業和興趣。

學校支援

校園展才能

新生精神康復會

New Life
Psychiatric Rehabilitation Association
新 生 精 神 康 復 會

新生精神康復會堅持「優勢為本」，不着眼於自閉特色組員的障礙，推出「校園展才能」活動。活動以充權為出發點，由組員自行設計活動，給同學和老師參與，透過活動展現自己的優勢及潛能。組員籌辦過的活動包括：「校園密室大出逃」、校園定向撕名牌比賽、自創自造紀念品（包括打氣書籤及匙扣）、微電影製作及義工服務（包括賣旗及協助帶領社區活動）等。

小組學員搖身一變，成為「活動達人」，將小組學到的解難、溝通及協商技巧，發揮得淋漓盡緻，展現出獨特的創意思維、豐富的科技知識、繽紛的美術創作、嚴謹的數學及邏輯分析。同學及老師參與活動後，對組員另眼相看，高度讚賞他們的能力和表現。包括有組員在班內是比較害羞沉默，但帶領活動時，能自信有力地向參加者介紹遊戲玩法；又有組員予人固執硬頸的印象，但帶領遊戲時，可以靈活應對參加者不懂解謎的情況，給予相應提示，讓他們順利過關。

老師心聲

- 學生在表達自己、接納意見、與人協商、投入活動等方面，均有明顯進步；能經常應用一些易記的口號或金句作自我提醒；願意為小組的整體利益放下個人的堅持；減少採用負面方式處理衝突或相左意見。
- 學生更有勇氣與小組外的同學互動，主動邀請他們出席社交朋輩活動。
- 欣賞本計劃能根據學生的情況設計相應的訓練。導師亦非常用心觀察組員在組內的情況，遇上問題會主動提出及一同商討對策。
- 欣賞外出實踐、朋輩共融及活動後解說，能讓學生練習所學的技能，親身經歷及體驗社交場合，把這些經歷轉化為他們自己的知識。

家長心聲

- 欣賞計劃能協助子女控制自我情緒，與其他同學相處交談多了，能在小組討論時發表自己意見，積極參與。
- 欣賞計劃能提供多樣化的群體活動，有效提升子女自信及合群程度。

組員心聲

- 喜歡小組為我的校園生活帶來樂趣。
- 喜歡與大家一起合作完成任務。
- 在小組中，我成長了；變得謙卑、妥協和溫柔。
- 我在小組中，最欣賞自己聆聽別人意見。

家庭支援

世界衛生組織
親子技巧訓練課程

育有自閉症譜系障礙或發展遲緩孩子的香港家庭適用

為什麼世衛會設計「親子技巧訓練課程」？

很多患有自閉症譜系障礙或發展遲緩的兒童照顧者既沒有相關知識也沒有工具來面對艱鉅的育兒任務，可能在不知不覺間對孩子的成長構成影響。為此，世衛連同這方面的專家、照顧者互助組織等協商，並在美國自閉症倡導組織「自閉症之聲」協助下設計了「親子技巧訓練課程」，目前正在全球30多個地區推行。

「親子技巧訓練課程」簡介

親子技巧訓練課程的導師會與參與家庭安排個別及小組會面，協助孩子更主動與人溝通，加強其適應行為，預防及減少不恰當行為發生，並促進照顧者的身心健康。訓練課程期望主要照顧者能學習如何順利與孩子共同參與日常活動，共度優質的親子時光。本課程的主要特色是參與課程的照顧者不需要提交任何有關孩子的正式兒童發展障礙診斷報告。

香港的「親子技巧訓練課程」

過去一年，「賽馬會喜伴同行計劃」的香港大學家庭支援團隊與各政府部門和非政府機構合作，開展了世衛「親子技巧訓練課程」的先導（試行）計劃。支援團隊舉行會議諮詢專業人士的意見，又舉行論壇討論相關家庭往後的育兒需要。世衛的培訓導師在2019年1月為來自不同機構的12名「種子導師」舉辦訓練課程；其中一些「種子導師」已開始與照顧者的小組會面，並對這些小組的運作、效能和反饋進行評估，以便在2020年中期推行先導計劃。與此同時，課程導師的招募亦持續進行；自2019年8月起，「種子導師」為約40名導師進行訓練，當導師獲得課程的相關資格後，便會與360名照顧者展開小組會面，從而令照顧者能通過日常的家庭生活，訓練他們有發展障礙或遲緩的孩子。

照顧者心聲

- 參加計劃後，感覺到兒子與我之間的溝通忽然好了，他說話多了；以今年二月時及五月時的情況比較，連親戚也認為他的表現相差很遠，進步明顯。
- 小組導師的指示很清晰及簡單，正正符合孩子年齡的需求，非常好。
- 我學到了處理及紓緩孩子的情緒的方法，也學習了如何觀察孩子有興趣的地方，從而着手教導。

全球自閉關顧活動一瞥

「自閉關顧」是指了解影響自閉特色人士的社會參與和環境因素，透過調整溝通方法和現實環境，盡量減少對他們的感官刺激，例如堅持標準的常規和結構、創造低刺激性的環境、並對自閉特色人士保持正面、具同理心。

隨着全球自閉症人數不斷上升，自閉關顧活動現在已變得越來越普遍。例如：劇院及舞台表演會專為自閉特色人士進行調適，包括在劇院內設立安靜區、改變表演內容以減少閃光燈及音響的使用，以及在劇院外設立觀眾休憩區域。表演前更提供社交故事以闡釋將會發生的經驗。類似的特別調適後的表演也有在香港舉行。

戲院也變得更加自閉關顧，燈光變亮、音量減少、排隊有特別安排以防止擠擁。在美國，每月都有專為自閉特色人士及其家人而設的電影之夜。在香港，「賽馬會喜伴同行計劃」正在倡導社區舉辦更多專為自閉特色人士而設的電影放映。

為了提升自閉特色人士的外出體驗，一些外國商場和主題樂園容許自閉特色兒童可以在不排隊和毋須與其他人擠逼的情況下到訪。它們提前開放讓自閉特色兒童的家庭進入，並提供小冊子以解釋安排。英國有玩具店則為自閉特色兒童的父母和照顧者安排了「安靜時間」，提供平靜的購物環境、調弱店內的燈光、減少熒光燈的數量、關掉背景音樂及廣播、設立自閉關顧的提示牌及安靜區；並向員工提供培訓，確保他們擁有與自閉特色人士溝通的基本技巧。

至於外遊的自閉特色人士，航空公司或機場或會為他們在出發前模擬相關體驗。透過調適活動和運用輔助技術，自閉特色人士亦有機會與非殘疾同伴一起參加體育或其他康樂活動。

活動花絮

尋蛋之旅——以AR技術尋找虛擬復活蛋

畫出未來——共同創作巨型粉筆畫

與龍同行——與模擬恐龍合照

筆動星色——數碼投映彩繪圖案

為慶祝每年4月2日的聯合國「世界關顧自閉日」，「賽馬會喜伴同行計劃」於2019年3月31日舉辦了第二屆「喜伴共融同樂日」。透過運用資訊科技的創新遊戲，逾千名自閉特色兒童的家人和朋友及普羅市民增加對自閉特色人士及其需求的了解。

此外，我們在2019年4月21日和28日為超過500名自閉特色兒童及其家人和朋友舉辦了兩場「喜伴共融電影日」。現時，他們在香港的電影院裏觀看電影常遇上困難。為了盡量減低對自閉特色兒童的感官刺激，我們設立了休息室、調整了燈光和音量水平、參加者無須肅靜及可隨意走動，並移除了廣告環節。我們希望愈來愈多類似的自閉症關顧活動能夠在香港舉行，讓市民大眾更了解自閉症和提升社會包容。

參加者的評價

同樂日

- 今次活動令自閉症小朋友多一點機會去參與接觸外界。
- 虛擬的「尋蛋之旅」很有創意，「與龍同行」也極有趣。工作人員們非常友善。

電影日

- 戲院比較光，我們可以看得較舒適，太暗我們會感到害怕。
- 今次的聲量很適中，令我不用掩耳。
- 爸爸媽媽可以帶比較怕吵的小朋友到休息室。

PROFESSIONAL TRAINING 專業培訓

Theme 1: Emotion Regulation (Primary and Secondary sessions)
主題一：情緒理解及調控（小學及中學）
December 5 and 7, 2018

When providing coaching groups, I learnt how to narrow down the content to teach and understood how to intervene in students' emotional problems.

在提供情緒訓練小組時，我學會了如何收窄教學內容及了解如何介入學生的情緒問題。

Attending teacher 出席教師

Theme 2: Communication Skills (Primary and Secondary sessions)
主題二：溝通及交談技巧（小學及中學）
February 22 and March 1, 2019

The role-play session helped me to learn more about the challenges faced by students with ASD.

角色扮演環節幫助我更了解自閉特色學生面對的困難。

Attending teacher 出席教師

Theme 3: Communication Skills (Primary and Secondary sessions)
主題三：社交思維（小學及中學）
April 9 and 11, 2019

Discussion with fellow workers let me absorb their experience and ideas and reflect if there is room for improvement in my current practice.

與同工討論能吸收別人的經驗和想法，思考和檢討自己現時的做法有否再進步的空間。

Attending teacher 出席教師

Theme 4: Communication Skills (Primary and Secondary sessions)
主題四：當 SENCO 遇上 ASD
June 28, 2019

I learnt to analyse students' difficulties from a questionnaire in order to set the goal of a coaching group.

我學懂從問卷分析學生的困難，從而訂定小組目標。

Attending teacher 出席教師

Professional Training Seminar 2019
睿智研討會 2019
April 27, 2019

A clear understanding of the resource package's classification and considerations gives me a more comprehensive reference for setting the objectives of a coaching group or an activity.

清晰了解資源冊的分類及注意事項，令我在訂製小組及活動目標時有更全面的參考資料。

Attending teacher 出席教師

PUBLIC EDUCATION 公眾教育

Forum on Parenting Needs for Family of Children with Autism Spectrum Disorder, Developmental Disorders or Delays in Hong Kong
世界衞生組織推介的實證分享暨論壇：自閉症譜系障礙、發展障礙／遲緩兒童的育兒需要

January 26, 2019

The demand for service is tremendous; the training suggested is very worthy.
服務需求巨大；建議的培訓非常有價值。

Participant 參與者

Movie Sharing: Comic + Film in Spain: Intimate Accounts of Autism and Alzheimer's — Maria and I
電影座談會

March 27, 2019

UPCOMING EVENTS 最新活動

Co-creation of Art Piece in Kam Tin Mural Village
錦田壁畫村——共融壁畫創作

Spring – Summer 2020

Participants will include JC A-Connect students and families, students and elderly nearby and the local inhabitants.

參加者將包括「賽馬會喜伴同行計劃」的學生和家庭、鄰近的學生、長者及居民。

Drawing Competition 「喜伴同行樂容融」繪畫比賽

December 2019 – April 2020

To promote social inclusion and demonstrate talents, students with ASD are invited to showcase their creativity through drawing. They are welcome to participate in group or individually.

為了推廣關愛文化，並展現才能，歡迎自閉特色學童以小組或個人形式參加繪畫比賽，一展創意。