

背景及目的

普遍而言，受自閉症譜系障礙影響的人士（簡稱自閉症人士）不善與他人相處，在社交方面往往遇上不少困難。「心志牽」除了提供實證為本的「認知行為治療-情·理·行·實況社交能力訓練」(Chan et al., 2018) 課程外，透過成立「iBuddy 知心好友計劃」，提供一個交流平台予自閉症人士接觸更多不同的群體，於不同的社交場合實踐所學從而提升其社交動機及參與度；重複而正面的社交經驗更有助提升他們的社交能力及社交信心 (Koegel & Paullin, 2012; Kravits & Kemmerer, 1997)。另一方面，針對市民大眾一般對自閉症的認識不多，有些更是存有誤解 (Mak & Kwok, 2010)。「心志牽」於社區中招募及培訓不同的人士，旨在加強他們對自閉症的認識及接納。同時，透過與「心志牽」會員共同參與及籌備社交活動，在過程中互相交流、了解及合作，達致共融。

計劃流程

宣傳活動

- 聯絡不同機構及團體，如：中學、大專院校、社區機構等商討合作方案
- 在大型活動（如：分享會或團體週年晚宴）中宣傳計劃
- 在網上平台招募義工

訓練

- 為iBuddy 提供培訓，認識自閉症譜系障礙及確立義工的角色
- 為iBuddy 提供體驗活動，了解與自閉症人士相處的正確態度
- 朋輩支援工作員分享經歷讓義工更了解自閉症人士的需要

交流活動

- 會員與iBuddy 共同參與社交活動
- 由iBuddy 籌備活動，邀請會員參與
- 會員與iBuddy 共同籌備活動，互相合作
(*活動會按 iBuddy / 義工團體的特性及專長安排)

活動檢討

- 活動後進行解說
- 前期、中期及年終檢討會議
- 舉辦嘉許禮，檢討成效及分享成果



「培訓工作坊」
- 讓iBuddy認識自閉症



「人際溝通日營」
- 合作完成社交任務



「探訪流浪動物」
- 一起做義工探訪流浪動物



「熱血籃球」
- 組成團隊作籃球友誼賽

計劃成效

「心志牽」先後與多間中學(如: 衛理中學)、大專院校(如: 香港大學及香港理工大學)、非牟利青年團體或機構(如: 青年獅子會及國際扶輪青年服務團委員會等) 合辦超過60多節的iBuddy 訓練工作坊及社交活動，讓208位有興趣加入iBuddy 的社區人士認識自閉症及與69位會員共同參與及籌備社交活動。活動設計包含實踐社交技巧(如: 人際溝通及團隊合作)，提高自閉症人士的社交能力，並提供機會讓社區人士從合作中了解自閉症人士的特性及長處。

	問卷結果	活動感想
培訓工作坊		
iBuddy	98.9% 同意工作坊能增加對受自閉症譜系障礙影響人士的認識及接納	「可從工作坊中了解自閉症人士的困難及需要」
社交活動		
iBuddy	98.7% 同意活動能增加對受自閉症譜系障礙影響人士的認識及接納	「活動中有機會與自閉症人士合作及相處，欣賞他們自動自覺發問和參與，沒有被障礙所影響」
自閉症人士	98.1% 同意活動能幫助改善社交技巧	「活動提供機會增加我與不同人士交流的機會」 「iBuddy 很願意接納及幫助我，令我能完成活動」 「我在活動中學到要多接納別人的意見」

總結

「iBuddy 知心好友計劃」有助提升大眾對自閉症人士的認識和接納，減少偏見，建立共融社會。自閉症人士亦能融入群體，建立自信。

鳴謝（排名不分先後）

國際扶輪青年服務團委員會 保良局兒童之家 衛理中學學生團契
浸信會愛群社會服務處 香港大學社會服務團
香港千禧青年獅子會 禧恩堂青少年牧區

聯絡我們

香港中心
電話: 2568-0011
傳真: 2568-0073
地址: 香港柴灣柴灣道238號
青年廣場9樓913-914室

九龍中心
電話: 3101-2457
傳真: 3101-2458
地址: 九龍油麻地彌敦道574-576號和富商業大廈6樓601室

網址: <http://ireach.nlpra.org.hk>

電郵: ireach@nlpra.org.hk

