

 明愛康復服務

屋簷下的陽光 續篇

自閉症兒童家居訓練冊



捐助機構：



香港賽馬會慈善信託基金
The Hong Kong Jockey Club Charities Trust

序

明愛家長資源中心在二零零一年出版了一本「屋簷下的陽光——自閉症兒童家居訓練冊」，在家長會員間產生不少迴響，令有份參與製作手冊的家長得到極大的鼓舞，推動他們再接再勵，與中心同工再度合作，出版今次的續篇。

「屋簷下的陽光續篇——自閉症兒童家居訓練冊」是自閉症兒童的家長關懷與支持同路人的延續，他們真心地分享了自己教導孩子的經驗，期望有需要的家長得到啟發和鼓勵。書中的每一項家居訓練，都是按著子女的特性和需要而設計，運用不同的工具和多元化的活動，引起他們的興趣和學習動機，在教導的過程中，家長更包含著無比的耐心、創意和毅力，讓我們深深感受到父母對子女的愛與關懷。衷心感謝有份參與的家長在製作整本訓練冊的貢獻和創意。

除了家長的經驗分享及貢獻外，我們更要感謝兩位資深臨床心理學家梁淑賢博士及陳曉女士對家長的家居訓練方法作出回應，以她們的專業知識和臨床經驗，為家長提供寶貴的意見，並對家長的努力給予認同和鼓勵。

父母對子女的承擔是永不止息的，希望家長能藉著這本家居訓練冊，得到共鳴和鼓勵，只要家長不斷探討和學習，與同路人互相分享和彼此支持，總可以掌握有效的教導方法，協助孩子衝破自閉症的障礙，健康快樂地成長，並能培育對自己獨特生命素質的價值觀。畢竟，每位孩子都是獨特的個體，要讓他們在個別的人生舞台上將自己的角色發揮得淋漓盡致，還是需要孩子們學懂尊重自己的生命和存在的價值，而這亦建基於在孩子身邊的人如何接納和愛他們。祝願所有家長和工作人員能夠一直堅持這份對孩子的愛。

明愛康復服務總主任
林伊利
二零一一年四月

還記得CDC美國疾病控制中心在2007年的普查報告指出，每150名兒童便有一位患上自閉症，這數字在當年來說已夠嚇人，因為以往醫療界的理解是一自閉症是罕有的兒童疾病，發病率大概是每10000人才有4-7個。沒想到事隔兩年，美國疾病控制中心又再更新其研究結果，即2009年12月，在其Morbidity and Mortality Weekly Report刊載：自閉症的發病率是每110名兒童便有一個，男孩的發病率更是1對70。

CDC的Rice博士表示，『發病率的持續上升顯示是一件重要的醫療事件』，需要社會合力和積極回應。今年香港政府的施政報告中，委實已增加資源去幫助香港自閉症兒童，只可惜，目前無論是醫療理論、教學實踐、輔導經驗、和大眾的認知上，對自閉症的瞭解和掌握還只不過是冰山一角。

既然事實擺在父母眼前，目前醫療和教育這兩個重要環節，仍未能很有效地幫助你的孩子，他們不可能依賴專家們的意見，很多家長曾跟我分享，孩子們又未必蠢，未必呆，未必弱能，但偏偏在成長路上難關重重，所以父母不得不絞盡腦汁，幫助他們克服生活障礙，發展他們的潛能。

這本家居訓練手冊，就是很多過來人用血用淚換來的寶貴經驗，絕對值得讀者用謙卑的心去借鏡參考。正如芝加哥兒童診所在2010年的研究所得，在自閉症治療上，家長扮演極重要的角色，有效地透過日常生活經驗，提高孩子語言和社交能力。

梁淑賢博士

目錄

序	1
前言	2
目錄	3
家居訓練活動分享：	
活動1 — 快樂學串字	6
活動2 — 圖像學中文	8
活動3 — 家校齊齊獎	10
活動4 — 乖乖表	12
活動5 — 快樂學乘數	14
活動6 — 時事論壇	16
活動7 — 遲來的大獎賞	18
活動8 — 看得見的說話	20
活動9 — 我無病	22
活動10 — 社交行為藍圖	24
活動11 — 造句有妙法	26
活動12 — 五度聲量	28
活動13 — 飲飲食食學社交	30
活動14 — 細聲說話	32
活動15 — 親疏關係	34
活動16 — 跟從「一般」的做法	36
活動17 — 交齊功課	38
活動18 — 輕鬆學數學	40
活動19 — 提升自理能力	42
活動20 — 5度情緒溫度計	44
活動21 — 猜猜她是誰？	46
心聲篇	
十五年的時間究竟有多久？	沛翹爸爸 50
小草有感	小草 51
只要不放棄，夢想總會成真	Elim 52
我的心路歷程	Tracy Wan 53
我們攜手一起走	陳露露女士 54
每一次經歷，也是孩子學習的機會	吳女士 56
與 John 同行	詹秀儀女士 57
牽著孩子手共創社交路	Karen 58
明愛自閉症人士校本專業支援服務簡介	61
明愛康復服務 — 自閉症教育及家長支援服務資料	63
鳴謝	64

家居活動 訓練分享





快樂學串字

孩子年齡：9歲
弱能情況：自閉症傾向

孩子的困難和問題：

孩子讀幼稚園期間從未試過默書，進入小學後即時要面對這個大挑戰，每次默書，都會因忘記了某個字母而不高興，有時更會大喊，不肯繼續默書。與他串英文生字是一個難題，他總是記不牢，記得前面，又忘記後面，於是不合作、對抗的情形又出現了。

訓練目標：

能正確地串出要默的英文生字

訓練工具：

英文字母咭

英文字母訓練程序：

1. 先把要默的生字用字母 排列。例如APPLE，讓孩子串幾次。
2. 然後拿起當中3個字母，即餘下AP，將另外3個字母調亂，讓孩子放回合適的位置。
3. 當孩子試了幾次不同組合後，可嘗試將五個字母調亂，讓孩子放回合適的位置。
4. 當孩子熟悉後，可將五個字母放在一堆字母中，再讓孩子尋回英文生字APPLE。
5. 當孩子熟悉了生字後，可嘗試讓孩子在紙上默寫。
6. 當孩子熟悉了幾個生字後，可嘗試讓孩子在紙上默句子。

家長小貼士：

1. 開始時，盡量讓孩子可以找到答案，然後多加讚賞和鼓勵。
2. 有時可以用比賽的形式一人找一個字母，然後記下分數，增加趣味性，從而提高孩子的學習動機。
3. 要預備足夠的時間與孩子一起玩這個遊戲，才能讓孩子沒有壓迫感。
4. 要保持開心的氣氛。

專家的話：

家長設計的遊戲方式比起死記硬背更有樂趣！而且，在學習串法很長的英文字時，家長可先要求孩子記住頭或尾幾個字母，之後才把整個串法記住。家長可先教懂孩子一些日常生活多見多用的生字，並在孩子學懂更多英文字後，教授拼音方法，加強拼字能力。

畢竟英文不是孩子的母語，學習起來會比較困難。家長可以考慮在家中的不同物件貼上它的英文名稱，讓孩子容易把文字和物件作聯繫。在日常生活中，譬如在逛超市時，可以教懂孩子不同貨品的名稱，把學習融入生活當中。

學習串英文字時，家長可鼓勵孩子運用多種感官記憶來增強對它的印象。在要求孩子串寫前，家長先要求他懂得認和讀。要加強孩子對英文字的視覺印象，可以叫他先看清楚英文字的串法，再閉上眼記一記它的模樣。然後，用手指在空氣中默寫一次。在默寫的時候，孩子要一邊寫一邊唸出串法，最後讀出這個英文字。這樣，我們可以確保孩子有認真學習和記住英文字，而不是「唸口黃」或者是盲目地抄寫。另外，家長可運用生字卡，讓孩子一邊寫上英文字，一邊畫上相關的圖畫。製作生字卡的過程可以鞏固孩子的印象，生字卡亦可方便日後溫習。

在孩子較年幼的時候，教導英文字母是重點。除了要讓孩子了解字母的寫法和名稱，也要教導其發音。為什麼apple是讀“apple”而不是“ay-pi-pi-al-ee”呢？原來，每一個英文字母有其名稱，但在跟其他字母走在一起時發音便不同了。若然孩子在初學英語時便得知這個概念，並學會不同字母在生字中的發音，拼字就來得較為容易。除此以外，有些孩子容易把字母的左右倒轉。家長可嘗試把字母和圖畫聯繫起來，令孩子容易記住字母的模樣。例如，先畫一個茶杯，再把c字畫在茶杯的手握上，並應用這些圖片幫助教授孩子字母。

梁淑賢博士



活動2 圖像學中文

孩子年齡：8歲

弱能情況：自閉症傾向，
專注力不足，
讀寫障礙。

孩子的困難和問題：

不能認讀及默寫中文生字

訓練目標：

能認讀常用的中文生字

訓練工具：

中文生字簿，可從圖書中把其中一段故事所用的生字，不按序地寫在生字簿上。

訓練程序：

1. 每星期可進行認字一至三次。每次約一個半小時及只學中文生字十個。
2. 開始時先要孩子讀生字簿的生字，讀到他不懂的，家長先把生字讀一遍及解釋一次，再問他這生字令他想起什麼，或叫他說一個有關這個生字的故事（圖像記憶法）。例如孩子不懂「生」這個字，家長可以有以下的對話：這個字讀「生」，是生日個生，看這個生字，你會想起什麼？小孩答：生日會。家長：係呀，生日會是不是有生日蛋糕，你看生日的「生」字這三劃像不像一個三層的生日蛋糕，生日蛋糕上要有什麼，對了，是蠟燭，你看這「丨」是否像蠟燭一樣插在蛋糕上。所以有一個三層生日蛋糕插著蠟燭的就是「生」字了。
3. 用這方法每次教10個生字，在教過的生字旁寫上記號。然後讓孩子玩約10-15分鐘，再叫他安靜坐下來，叫他再讀剛學過的10個生字再讀一遍，若他忘記了，家長可把故事再說一遍，在忘記了的生字旁寫上記號。然後再讓孩子休息及遊戲 10-15 分鐘，再叫他讀最後一次及重複以上過程。
4. 經過三次的學習及重複認讀，孩子應可把生字記著了。
5. 每次學新生字前，家長可把上一次學過的生字重溫。當一個故事的生字全懂後，可嘗試叫孩子讀故事。隔一段時間需把以往學過的生字重溫一次。

家長小貼士：

1. 說有關某生字的故事時，最好由小孩主導，這樣他會記得牢固些。
2. 起初如小孩未明怎樣說生日的故事，家長可從旁協助，幫他舉些例子，但必須是小孩所熟悉的。
3. 如小孩覺得沈悶或沒耐性，一星期可減至一次認讀訓練，甚至隔星期一次，但不要放棄，家長要堅持。
4. 請家長不要急於讓孩子唸生字簿以外的故事書，若他有很多不懂的生字，他會失去信心。

專家的話：

家長設計的訓練包含一些行為訓練的重要元素，十分值得家長參考。定下符合孩子能力和明確的目標在所有訓練程序上都是重要的。例如，家長可以在孩子經已掌握得不錯的程度開始訓練。家長也可與孩子共同定下每次訓練多長時間，學習目標的數目。

在中文字彙中有很多象形字都是可以用圖像聯想的方法來幫助認讀。在訓練年紀小的孩子時，家長可參考毛太的提議，運用聯想的方法來記住中文字。家長甚至可以在生字上畫上圖畫，例如在「生」字上畫上蛋糕。另外，在教授孩子名詞的時候，可以讓他看看物件的模樣，並把它畫在認字圖卡上；在教授孩子動詞的時候，又可加上動作。列舉例子和重複溫習也是鞏固孩子記憶的有效方法。另外，家長亦可與孩子一起製作字卡，於田字格上寫上中文字，再於背後畫上有關圖案或寫上有關詞語，以便複習。

梁淑賢博士



活動3

家校齊齊獎

孩子年齡：9歲
弱能情況：自閉症傾向

孩子的困難和問題：

學校的老師告訴我們，孩子在上課時很多時候都沒有留心，只是四處望，經常說一些沒有意義的說話，又沒有安坐在椅子上，總是「週身郁」，未能專心學習，於是，輔導主任便建議一個獎勵計劃，期望孩子明白要專心上課。

訓練目標：

安靜、安坐，聽從老師指示，從而提升專注力。

訓練工具：

大圖咭，安靜，安坐，聽從老師指示
獎勵表，小禮物，貼紙，蓋印仔
輔導主任的合約同意書，與學校的老師一起執行

訓練程序：

1. 家長先與學校老師擬定目標行為及獎勵方法，保持緊密溝通，讓孩子明白獎勵計劃的規則，包括具體的要求和獎勵的方法。
2. 在中、英、數、常四個主科推行獎勵計劃，每天主科老師會決定蓋印的數量，最多有9個。
3. 如果一天內取得30個印或以上，便可以有一個貼紙。
4. 累積七個貼紙便可以神秘禮物一份。
5. 另外，把3張大圖咭貼在家裏，孩子做功課位置的牆上，不時提醒孩子要安靜、安坐，聽從家長的指示，期望將這個訓練目標能鞏固和內化。

家長小貼士：

1. 與學校老師保持緊密聯繫。
2. 開始時，盡量讓孩子達到目標。
3. 家長希望孩子更加踴躍及投入訓練，可以每天都給他一時合適的獎勵。(如：讓孩子決定去吃晚飯的地方，去大家X或者大快X)
4. 留意孩子特別喜歡的物件，作為獎品，可以加強推動力。

專家的話：

家長分享的訓練設計十分值得參考！大圖咭，獎勵表等等，都是我們在行為訓練中經常用到的『道具』。此設計最困難的地方，或許是要得到多位老師的共同合作。因此，在設計這類型的訓練程序時，行為計劃需要簡單易明，方便溝通。

在訓練孩子要安靜，安坐前，可更明確告訴孩子安靜和安坐的定義。例如，孩子要屁股貼著椅子，眼睛望向老師才算是安坐。

梁淑賢博士



乖乖表

安坐	😊😊
收拾玩具	😊😊😊😊😊
跟從指示	😊😊😊
做家課	😊😊😊

活動4

乖乖表

孩子年齡：9歲
弱能情況：自閉症

孩子的困難和問題：

自閉症孩子比較自我，日常生活中容易忽略一些常規。

訓練目標：

孩子與媽媽一起檢討自己的行為，定下須改善的目標行為，在相關的環境下，能做到目標行為。

訓練工具：

乖乖表(目標行為紀錄表)、孩子喜歡的獎品

訓練程序：

1. 用一張圖表，左欄是目標行為，右欄是一個月的日期。
2. 媽媽與孩子一起檢討他在某個情境下的行為表現，有甚麼行為需作改善，例如放學回家要自行掛好校服；用完的物品放回原處；晚上十時前上床等。
3. 在共同協議下定出一、兩個目標行為，並訂出獎勵計劃，例如每日能做到一個目標行為便獎他一個貼紙，取得二十個貼紙便可得到一個LEGO公仔。
4. 每天晚上抽一些時間，可以是固定時間，與孩子進行檢討。若孩子能做到目標行為，便給予他貼紙，如果他不能做到，便引導他分析原因，給予意見或支持，以正面的態度和言詞鼓勵他努力嘗試。
5. 當孩子能穩定地做到目標行為，可與他商議再加上一、兩項目目標行為，或重新訂立目標行為。

家長小貼士：

1. 先與孩子訂立一些較易做到的目標行為，讓他獲得成功感，增強改善行為的動機。
2. 製造機會及在有需要時給予孩子適當的提示，讓他做到目標行為，然後逐漸減去提示，讓他自行完成。
3. 鼓勵孩子參與整個計劃與檢討的過程，讓他表達自己的意見和感受。所訂的目標行為及獎勵方法需得到孩子的認同。

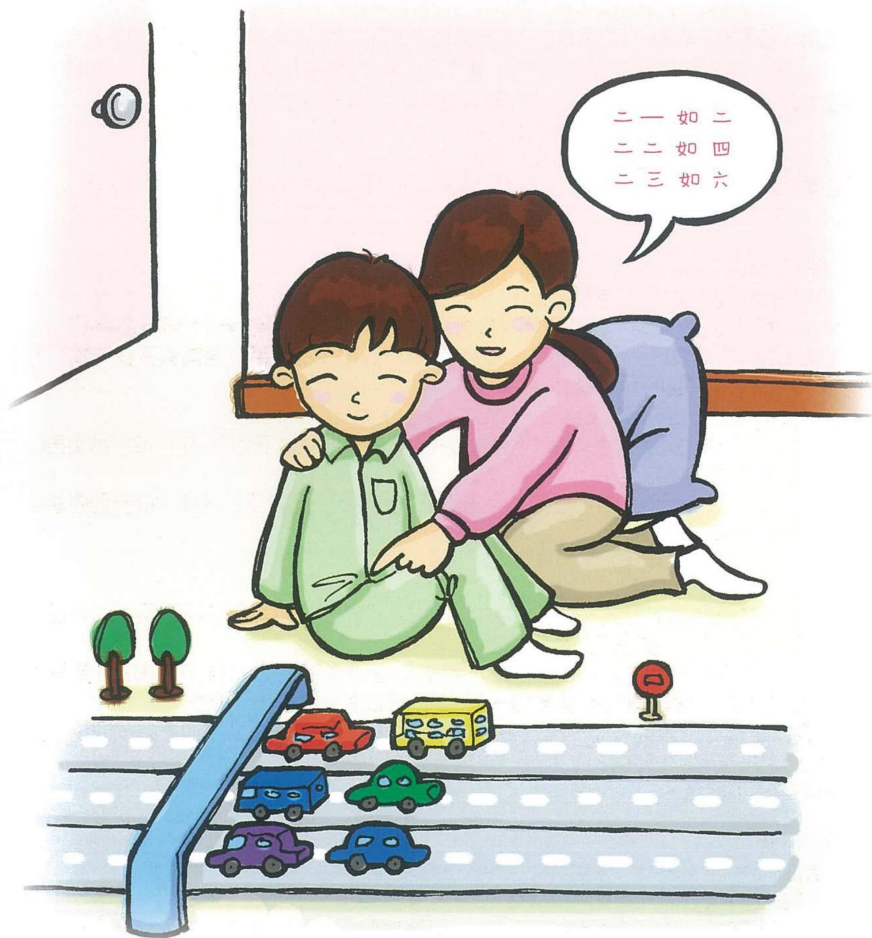
專家的話：

家長的小貼士正是針對許多家長訓練孩子時遇上的困難！不少家長在家中都有用上「乖乖表」來訓練孩子，可是總是找不到孩子的好行為，最後「乖乖表」未見有效。其實許多時候，孩子對訓練失去興趣的原因是目標定得太高或太低。我建議家長可以先選擇一個孩子在七成時間都能掌握得不錯的行為作為行為目標。例如，孩子在七成時間會在十一時前上床，只有五成時間會在十時前上床，家長可先定立目標要孩子在十一時前上床。待孩子九成日子都能在十一時上床了，才要求他再早點上床睡覺。

在訓練孩子時，家長注意千萬別當了個警察，專門抓住孩子的缺點。否則，「乖乖表」就成了「曳曳表」，是記錄孩子壞行為的報案清單，變得本末倒置。「乖乖表」的重點是定下孩子有能力達到的目標，增強他對自己的信心與決心。設計「乖乖表」的秘訣是要簡潔，一目了然。過於複雜會令孩子失去興趣。當然，規矩也應當簡單。譬如，家長要求孩子要十時睡覺，那怕他在睡覺前有沒有做功課，有沒有洗澡刷牙，家長都應在「乖乖表」上打勾或貼貼紙。若情況許可，給予即時的獎勵比起延遲的獎勵更為有效。假若家長在晚上才與孩子一起總結當天表現，簡單的口頭讚賞也是一種有效的即時獎勵。

我們製作「乖乖表」的目的是在於鼓勵孩子表現好行為的意欲。所以，家長的第一步是希望孩子培養出一個想進步的心，而不是要求孩子即時有實質的進步。為此，家長可以多著眼讚許孩子所付出的努力，而不是實質的成就。如果孩子盡了力仍是不成功，還要被父母埋怨，沒有得到認同，孩子以後很可能一遇上挫折就會放棄。當孩子付出努力過後仍未能成功，家長可以鼓勵孩子下次再嘗試，同時表示期待下次孩子的表現。

梁淑賢博士



活動5

快樂學乘數

孩子年齡：9歲
弱能情況：自閉症傾向

孩子的困難和問題：

在升小一前的暑假，我擔心孩子跟不上小學的數學，便教孩子學習背乘數表，希望上小學時可以運用，但是孩子總是記不牢乘數表，怎樣講他都不明白乘數的概念，他總是用加數的方法計算，後來，看見兒子玩排車遊戲，於是，嘗試加入搭巴士過海隧道的情景，例如：3條線，每條線有兩架車，即是有幾多架車？經過這個遊戲，孩子好像對乘數的概念有些開竅。

訓練目標：

明白乘數的概念。

訓練工具：

孩子的玩具車、停車場、格子紙、乘數表

訓練程序：

1. 讓孩子明白遊戲的規劃。
2. 把車子順序排列在停車場格子紙。
3. 例1：第一行放4架車，即時對照乘數表，找出 1×4 和停車場上一行4架車的關係。
4. 例2：第一行和第二行都放3架車，讓孩子數一數車子的數目，再請孩子找一找乘數表那一項與車子的數目一樣。
5. 重覆練習小數目的車子，讓孩子有概念後，可加大數目。
6. 例3：第一至第七行都擺放6架車，嘗試讓孩子先找一找乘數表的 $7 \times 6 = 42$ ，然後再請孩子數一數車輛的數目。
7. 讓孩子嘗試排列不同行數及不同數目的車子，然後數一數車子的總數，很快他便掌握到乘數的概念。

家長小貼士：

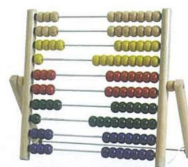
1. 開始時，盡量排列小數目的行數和車子，讓孩子容易在乘數表中找到相對的數目，如果他找到答案，要多加讚賞和鼓勵。
2. 如果想鞏固2的乘數表，只須在第一和第二行的車子遞增，例如由擺放2架車開始(即 2×2)，然後兩行都擺放多一架車(即變成 2×3)，如此類推。
3. 要預備足夠的時間與孩子一起玩這個遊戲，才能讓孩子貫通乘數的概念，我用了大約三個小時玩這個遊戲。
4. 保持開心的氣氛。

專家的話：

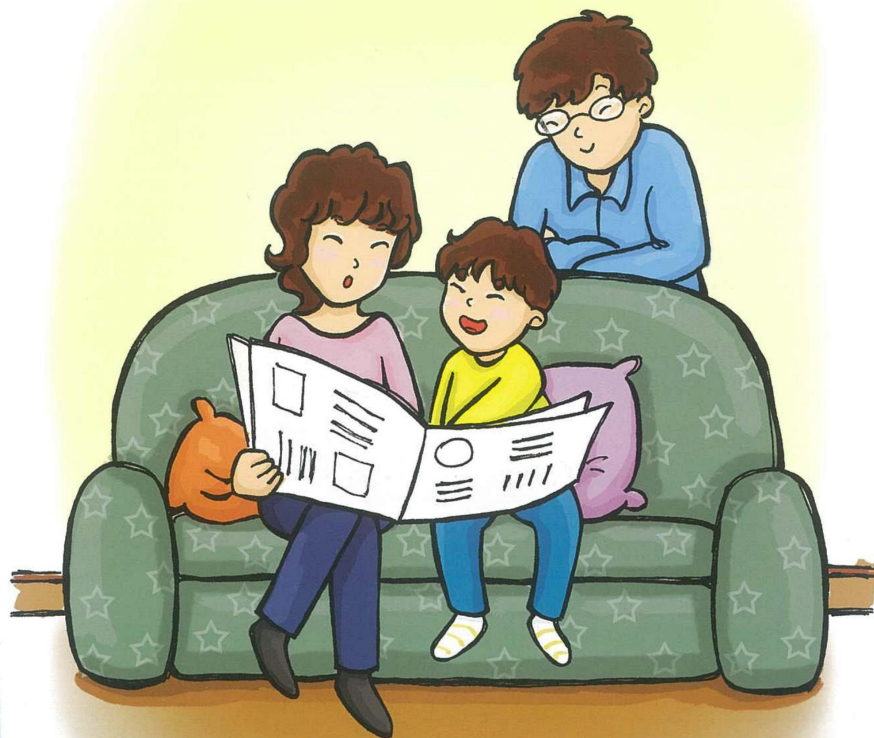
家長的小貼士正是針對許多家長訓練孩子是遇上的困難！很高興孩子能在家長的創意下建立學習動機並達到學習目標。但是，孩子先要掌握加數概念才能掌握乘數概念，因此在升小一前孩子未能掌握乘數概念或未能背誦乘數表乃是正常，家長無須過分憂慮。

除了用上孩子喜歡的玩具，家長可嘗試用玩具算盤來教導孩子數學概念。運用十進制的玩具算盤，加上觸碰得到的算珠，不但能增加學習趣味，也能提升孩子學習算術的效率。以同一工具教導孩子不同的數學概念，能讓他更容易融會貫通。

梁淑賢博士



兒童算盤



活動6

時事論壇

孩子年齡：10歲
弱能情況：自閉症

孩子的困難和問題：

現今教育目標是要學生多角度思考，留意和分析社會時事。然而，孩子的興趣狹窄，只喜歡看某一類型的圖書，例如漫畫、科學人等，對時事不感興趣，不會花時間去閱讀報紙或時事雜誌。

訓練目標：

孩子每日都用一小時閱讀報紙和時事雜誌，並與媽媽分享其中的內容和自己的想法。

訓練工具：

報紙、時事雜誌、孩子喜愛的圖書

訓練程序：

1. 與孩子解釋留意時事的重要性，例如可以與同學有共同話題，提升自己的閱讀及分析能力，尤其能提升學術成績。
2. 與孩子訂下協議，每天要用多少時間閱讀報紙或時事雜誌，並與媽媽分享一些他認為重要的時事，然後媽媽讓他看喜愛的漫畫。
3. 當孩子與媽媽分享時事時，媽媽引導他作分析，嘗試表達自己的意見。
4. 如果孩子表現認真和合作，便給予讚賞和獎勵。

家長小貼士：

1. 孩子的組織能力及時間管理較弱，媽媽要協助他計劃一個時間表，安排做家課和進行不同的活動，作好時間管理，確保能完成閱讀報刊的目標。
2. 爸爸、媽媽要為孩子建立榜樣，培養閱讀和關心時事的氣氛。

專家的話：

現在孩子學習壓力大，從前我們的課餘興趣都變成了現今孩子的學科內容。在訓練孩子分析時事的能力前，家長可先培養孩子對時事的興趣。要爸爸媽媽樹立榜樣在家中討論時事，從而製造關心時事的氣氛，是一個很好的建議。爸爸媽媽也可以與孩子一起看電視新聞，在旁邊討論。

我建議家長先別把閱報當作是一份功課或是學科內容，一定要孩子參與家長的討論或對時事作出分析。試想，有趣味的新聞，一旦變為死板的學術科目，孩子或會顯得抗拒。另外，報紙內容對年紀小的孩子來說或太深奧。家長可以待孩子建立了對時事的興趣後，才替他訂閱一些兒童報紙，讓其選擇自己想閱讀的內容。

梁淑賢博士



活動7 遲來的大獎賞

孩子年齡：8歲
弱能情況：自閉症

孩子的困難和問題：

孩子沒有耐性完成事工，如果沒有即時的獎勵便會放棄。

訓練目標：

孩子可以延遲接受獎賞，繼續做好指定的要求，以獲取更多的獎賞。

訓練工具：

應用情緒智能的理論及訓練方法，透過孩子做家課和給他喜歡的食物(果仁)作獎品

訓練程序：

1. 先與孩子協議獎勵方法，他每寫完兩行生字，媽媽便獎他一粒果仁。
2. 當孩子完成兩行生字後，媽媽給他一粒果仁作獎勵。媽媽告訴他如果他可以忍耐，不即時吃掉果仁，當他再完成兩行生字後，媽媽會給雙倍的獎品，獎他兩粒果仁。
3. 鼓勵孩子暫時不享用該粒果仁，為了更多獎品而繼續努力。
4. 當孩子再完成兩行生字時，即時給他兩粒果仁，然後讓他享用這三粒果仁。
5. 起初只要求孩子延遲一次獎賞，當他能成功做到幾次後才增加延遲獎勵的次數，例如：鼓勵他暫時保留三粒果仁，再完成兩行生字便給他四粒果仁。

家長小貼士：

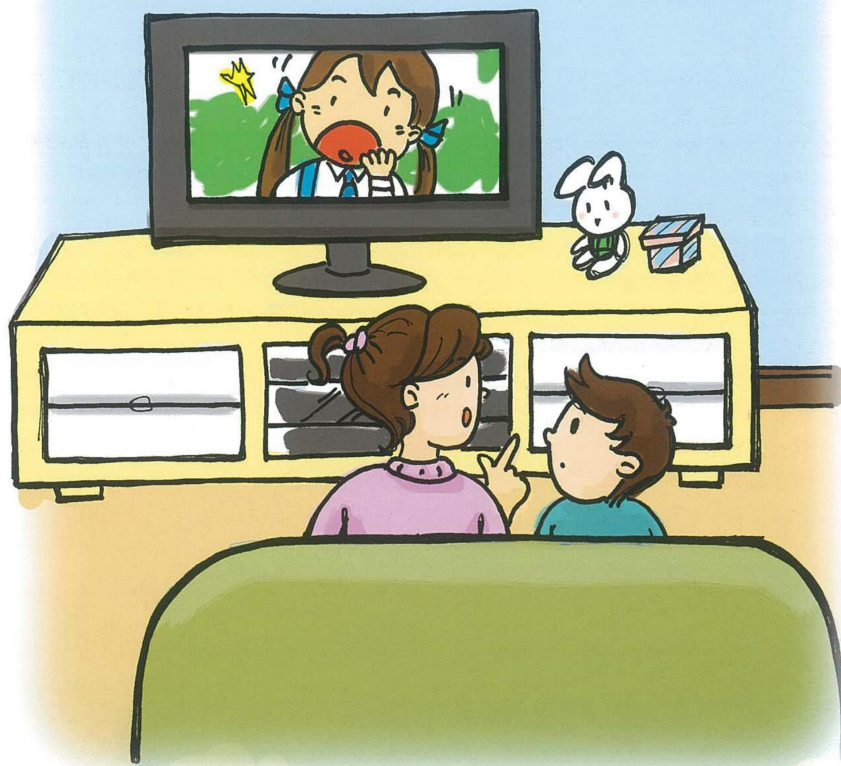
1. 透過一些慣常或孩子容易應付的事工來進行此項訓練，讓孩子感到安全和有信心達標。
2. 要按孩子的忍耐力來定延遲享用獎品的時間和次數。起初不能要求過高，要給孩子成功感，過程中多加鼓勵和讚賞。
3. 如果孩子忍不住享用了獎品，不要責備或取笑他，鼓勵他再作嘗試。

專家的話：

透過果仁來提示孩子只要有耐性，便能得到大獎賞，讓孩子學會延遲接受獎賞是一個好方法。除此之外，家長可嘗試用果仁的相片或圖畫代替實物，以同樣方法累積獎賞，由他決定何時兌換。譬如，家長可以在孩子每寫完第一行生字後，在那行的旁邊畫上一粒果仁，又在他寫完第二行的生字後在旁邊畫上兩粒果仁。做完作業後，孩子便可數一數果仁圖案來換取實物。實物容易令孩子分心，用相片或圖畫代替實物可以避免打擾孩子的工作，讓他能一氣呵成完成作業。

同樣，若家長想鼓勵孩子寫生字，亦可每次在孩子完成一行生字後，在旁邊貼上果仁貼紙。此外，用視覺圖象加上言語鼓勵來表達家長對孩子的期望和欣賞，往往比只有口頭讚賞更加有效。不妨讓孩子不但聽得到你的鼓勵，還能看到你的支持。

梁淑賢博士



活動8

看得見的說話

孩子年齡：10歲
弱能情況：亞氏保加症

孩子的困難和問題：

孩子有溝通困難，不善於明白別人的面部表情及理解說話背後的意思。

訓練目標：

加強孩子專注別人的面部表情，並學習推測別人說話的弦外之音。

訓練工具：

剪輯合適的電視節目片段，任何劇集或廣告也可。

訓練程序：

1. 將預先揀選的片段準備好，然後告訴孩子須安坐及專注，隨即播放預設之片段(片長以2-5分鐘為宜)。
2. 先讓孩子觀看完整情節的無聲片段，片段從開始直播到尾(無聲片段:將電視的聲量調至零度)。
3. 再重播無聲片段一次，同時予以適當的停頓。
4. 停頓片段期間給予引導性問題(例如: 問問孩子:猜猜劇中人物的語調和身體姿態，運用在那個場合是否恰當呢?)
5. 鼓勵孩子推敲、思考引導性問題(例如: 家長給孩子提示時說: 為什麼劇中人會那麼憤怒?)
6. 給孩子充裕的時間表達他的所思所感。
7. 播放原聲版片段一次，並叮囑孩子要留心注意，劇中人物的語調和身體姿態，運用在那個場合時，是否恰當(家長只須將情節片段從頭播放至尾，而不作任何評論)。
8. 再次重播放原聲版片段，此時應予以適當的停頓，並向孩子解說及分析片段中的真正意思。
9. 完成解說後，可舉出孩子曾經歷過的生活相關例子，然後連結片段中的意思。

家長小貼士：

1. 家長須預先計劃訓練目標，揀選合適片段，主角的表情越誇張效果越好。
2. 與孩子訂立觀看節目的規則，例如：先觀察無聲片段並須安坐和專注等。
3. 預先設定數條引導性問題。
4. 建議經常與孩子重溫有關片段，當孩子已掌握重點後，着意提及有關片段與生活的聯繫，以鞏固孩子的人際溝通技巧。

專家的話：

透過電視節目去訓練社交思維和技巧是其中一種我經常提議家長們的方法。我很欣賞這位家長的用心，和他/她懂得利用身邊事物教導孩子的聰敏。我們在訓練孩子的社交技巧時，有時很難想到例子。但其實電視節目裏，已提到很多人物關係，可以讓孩子有更多生活例子去學習社交思維。大家亦不妨好好上網看電視節目，不但不用定時追看電視節目，還可在節目中段暫停一下，問一下問題，看看孩子能否明白當中的人物關係。

陳曉姑娘



活動9

我無病

孩子年齡：10歲
弱能情況：亞氏保加症

孩子的困難和問題：

孩子被嘲笑是自閉症「有病」，不懂如何招架。

訓練目標：

協助孩子勇敢地回應別人自己不是有病。

訓練工具：

一面全身鏡及攝錄機。

訓練程序：

1. 向孩子解釋，媽媽會與她進行角色扮演，請孩子要特別注意及模仿媽媽的面部表情、語調和身體姿態的處理。
2. 角色扮演時，孩子要面向攝錄機或一面全身鏡子。開始角色扮演：
媽媽：請你模仿J同學罵你是自閉症和有病的情景。
孩子：「翹翹，你有病架！你係自閉症？死開D啦！」
媽媽：現在我扮演翹翹，請你留心看我如何回應。
媽媽：有---病？感冒、發燒就是病，我上次見過你戴口罩喎！你都有病呀？自閉症不是病，是少數民族。只不過你不了解我們與人溝通的特別方法！你想同我溝通，老師可以幫你o架！多謝關心喎！我無病。
3. 多次重複演練，直至孩子表現得肯定和從容。

家長小貼士：

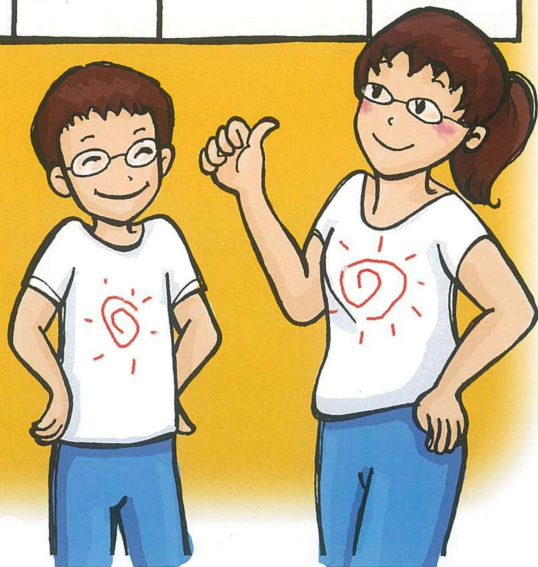
1. 最好利用攝錄機來協助孩子記憶，家長亦可透過錄影片段從旁指導，使孩子明白運用身體語言表達的重要性，例如：回辯對方時，絕不能低着頭說話，絕不能用手指罵對方等。
2. 利用幽默的語調來回辯對方，例如：多謝關心喎！因孩子仍保持禮貌，即使對方向老師舉報，孩子並沒理虧。
3. 我的孩子經過反覆訓練後，從沒因回辯對方而受罰。相反有些正義的同學會拍案叫絕呢！

專家的話：

角色扮演是一個很重要的訓練方法，尤其孩子開始上高年級，社交要求增加時，他們往往會有困難去應付社交困難和表達自己，導致有時出現發脾氣的情況。角色扮演可以教導孩子預備一些對白或「金句」以應付不同場合的社交要求。

陳曉姑娘

恰當的行為	別人的感受	行為的後果	我的感受
依照老師的安排 與組員坐在一起	我很合群	能與同學一起完成課堂 同學願意與我同一組	開心、被同學 接納
跟隨老師指示的 步驟，完成工作	覺得我留心、 合作	能夠成功地完成工作	滿足、有成功感



孩子的困難和問題：

孩子在學校科學室不遵守規則，擅自使用室內儀器，沒有考慮自己的行為會引來甚麼後果，亦不理會別人對自己的感覺和情緒反應。

訓練目標：

孩子能留意自己的行為引來後果和別人的感受，從而選擇做一些恰當的行為。

訓練工具：

兩個表格

訓練程序：

1. 先設計兩個社交行為藍圖表格，一個是恰當的行為，另一個是不恰當的行為，每個藍圖均有主題和四欄：恰當的行為表現、別人的感受、行為的後果和我的感受。
2. 從學校老師了解學生在科學室要遵守的規矩和課堂程序，及孩子在科學室所表現的不恰當行為。
3. 把老師的資料列在恰當的行為一欄，每個規矩及恰當的行為均予人正面的感受，能獲得正面的後果，而自己亦從而有良好的感覺。例如：

恰當的行為	別人的感受	行為的後果	我的感受
依照老師的安排 與組員坐在一起	覺得我很合群	能與同學一起完成 課堂 同學願意與我同一 組	開心、被同學接納
跟隨老師指示的 步驟，完成工作	覺得我留心、 合作	能夠成功地完成 工作	滿足、有成功感

4. 以同樣的方法，在另一個社交行為藍圖上列出孩子的不恰當行為、別人的感受、行為的後果及孩子的感受。
5. 透過社交行為藍圖，具體和清楚地讓孩子明白自己的行為、別人的感受和所得的後果的相連關係，並把恰當行為與不恰當行為作出比較，讓孩子「及早」調整自己的行為。

家長小貼士：

1. 可在藍圖上加上箭咀，讓子更清楚行為與感受的因果關係。
2. 家長列出行為，讓孩子猜想別人感受和反應，進而是自己受到的對待和產生的感受，加強孩子的推敲後果和解讀別人想法的能力。

專家的話：

用視象方法，的確可以令孩子更清楚明白恰當和不恰當的行為。這位家長亦展示了家校合作的重要性！家長和老師常溝通，除了知道孩子在校的問題，亦令老師更明白孩子的困難和家長的努力。這會讓「社交行為藍圖」的訓練更有效！

陳曉姑娘



孩子的困難和問題：

孩子對文字理解有困難，所以經常逃避造句。

訓練目標：

提升孩子對作句的興趣及技巧。

訓練工具：

課後詞語。

訓練程序：

1. 首先在每課的課後詞語中，抽取一個詞語作為造句之用。
2. 引發孩子的興趣：與孩子討論該詞語與日常生活相關的事情。
3. 若孩子想不到如何做的話，家長就把句子以口語化的形式告訴孩子。
4. 鼓勵孩子嘗試以書面語的字句寫出來，告訴他/她，若寫錯了，或不懂的字，就讓它留空，爸/媽會為他/她修改。
5. 若孩子還是無法把句子寫下，家長可寫下句子，然後要孩子把句子寫在課後練習空白之處作背默之用。
6. 若考試出有關的詞語時，孩子就可把這些平時儲備在腦子的句子運用出來。
7. 現列舉「收拾」這詞語造句：

小一至小二：我完成功課後，就把書包收拾好。

小三至小四：今天放學後，我馬上把功課完成，然後收拾好書包。

小五至小六：今天放學後，我馬上把功課完成，然後收拾好書包，
媽媽稱讚我是一個好孩子。

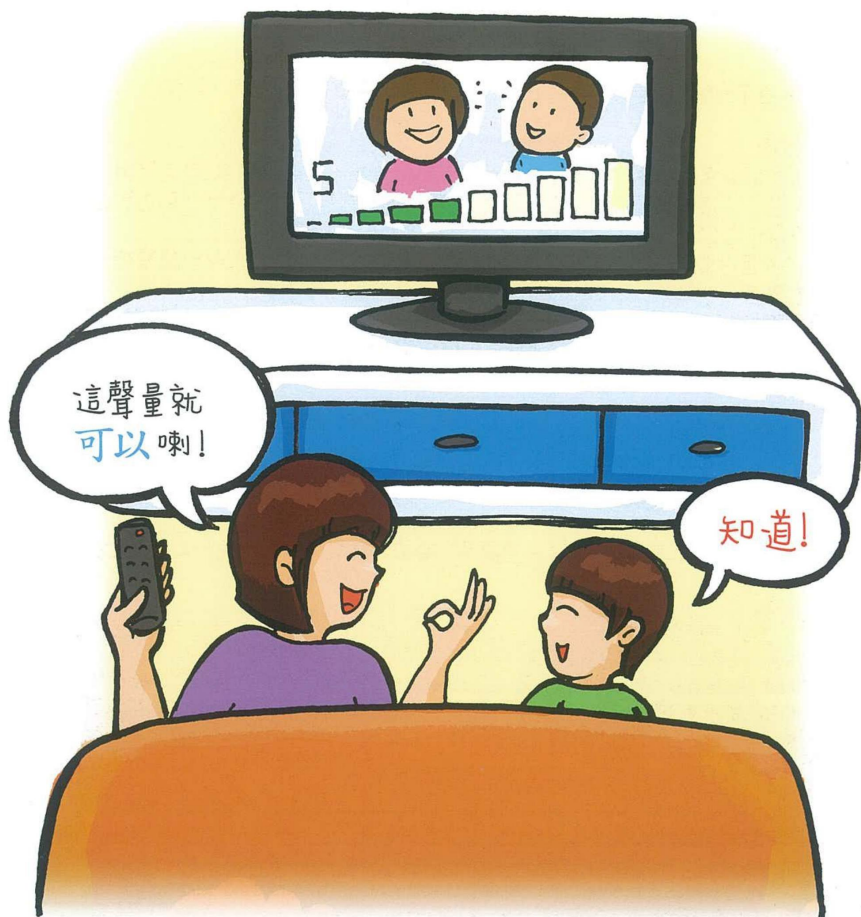
家長小貼士：

1. 造句最好是簡單易明，能夠表達該詞語的意義，孩子才容易掌握。句子最好還有教育意義，好讓孩子從中獲得啟迪，潛移默化。因為造句的當中義意，除了可以趁機向孩子灌輸品德教育外，還可以作為自己一個提醒，更可以提升個人的正能量。
2. 「熟讀唐詩三百首，唔會吟詩也會偷。」背誦課文佳句有助遣詞用字。把課文的句子改頭換面，又可成為另一句。這不像變魔術嗎？
3. 平日在每課的課後詞語中，抽取最少兩個最難的造句備用，並背熟，考試時就不會出現黔驢技窮的局面。
4. 句子越短越好，達到老師要求的最少字數即可。寫短句可節省時間，也減少出錯的機會。
5. 不同年級，不同學校，要求也不同。句子可長可短，十分有趣，我們必須把這事實告訴孩子，好讓他們能夠審時度勢，作出明智的運用。

專家的話：

患有自閉症或自閉症傾向的孩子，在文字理解、作文、或造句方面常感到吃力，若家長常和孩子練習，備有一些「金句」，的確是一種好方法。但除了應付考試外，各位也不可忘記平日要多鼓勵孩子閱讀課外書，培養閱讀的興趣！

陳曉姑娘



孩子的困難和問題：

孩子不懂得控制自己說話的聲量，在寧靜的環境下對別人造成騷擾。

訓練目標：

孩子能用適中的聲量與別人交談。

訓練工具：

電視機或CD機、1-10度的圖表。

訓練程序：

1. 用圖表向孩子解釋我們說話的聲量可分為1-10度，用電視機或CD機音量按鈕1-10度作例子，最細聲是1度，最大聲是10度。在不同情況下用不同程度的聲量，並列舉日常生活的例子。而我們與別人交談時，一般是用5度的聲量。
2. 當孩子明白到要按不同情況調校自己說話的聲量時，便開始與他練習如何控制自己的聲量。
3. 用電視機或CD機的音量，讓孩子感受不同度數音量的效果，然後練習如何用5度音量來說話。家長從旁指導及回應孩子的聲量是否適當。
4. 在日常生活中家長用度數來提示孩子調校自己的聲量。

家長小貼士：

1. 用具體的物件或孩子熟悉的事情來解釋抽象的概念。
2. 要耐心地列舉不同的生活例子和反覆問孩子有關的問題，確保他真的掌握甚麼情況下用多少度聲量。
3. 除了對話外，還可以用說故事、猜謎語、唱歌等活動來練習控制和運用適當的聲量。

專家的話：

有不少有自閉傾向的孩子都對自己說話的聲量不太敏感，這跟他們的社交能力有關。因此，就如教導他們其他社交技巧一樣，我們要用清晰、具體、「畫公仔畫出腸」的方法。

電視機的聲量是孩子熟悉的概念，熒光幕上的聲量尺具體又實在。家長用電視機的聲量來表達這個抽象的概念，讓人十分容易理解。很重要的是，孩子不但學懂聲量有大小這兩極端，大和小之間還有不同程度的聲量，人與人溝通時就在不同的聲量中選擇。有些孩子說話聲量大得很，怎麼叫他再輕聲點都太大聲，又或者有些孩子說話聲量太小，怎麼叫他大聲說仍是聽不清楚，就是他們只掌握『有聲、冇聲』之兩個極端。所以，在應用這個訓練方法時，我們可以先誇張聲浪的「大」和「小」。譬如，最大的聲量會大得讓人走避，最小的聲量會小得讓人聽不見，令孩子知道「大」聲可以比他以為的還要大，「小」聲可以比他以為的還要小，來挑戰孩子對聲音兩極化的概念。

另外家長運用社交故事也是一個好法子。角色扮演、字條、和暗號等都是有趣又有效的方法。家長想要孩子學懂在不同的場合要用對聲量，可以創作不同場景的故事。寫社交故事時，家長可注意故事要有幾個部份——資訊部份，孩子的想法和感受，孩子的行為，和孩子承受的正/反面後果。譬如說，家長可以先選定故事發生在某一個場景，例如戲院。然後，再加上一些資訊性的內容，如「很多父母都和小朋友到戲院看反斗奇兵」，「戲院內大家都很安靜」。在故事結尾，家長要設計一個對孩子來說是重要的後果。在這個例子，「被保安哥哥趕出影院」是孩子要承受的後果，但爸媽的耳朵不舒服對他的影響並不太大，所以用前者作為結局會更加有效。在另外一個場景，可能孩子要學習的是用大一點的聲量。用同一手法，家長可以創作一個在冒險樂園的故事。例如，孩子想去洗手間時用錯了聲量表達需要，聲音太小媽媽聽不到，最後弄濕了褲子。當然，家長可以描述故事主人翁的適當行為，在吸取教訓後改過，最後有一個美好的結局。

梁淑賢博士



孩子的困難和問題：

孩子不善於與別人溝通，說話內容亦很狹窄，所以難於結交朋友。

訓練目標：

透過邀請朋友回家作客，建立孩子接觸別人的信心和社交技巧。

訓練工具：

食物、棋類

訓練程序：

1. 常邀請成人、青少年、小學生、幼兒或同學來家作客。
2. 鼓勵兒子主動聯絡、邀約、安排日程。
3. 其間提點兒子作小主人有很多「特別的小任務」例如：慷慨分享食物，關心別人喜歡吃什麼。
4. 與孩子一同購買食品或茶點，過程中讓兒子學習接納別人的意見，作出妥協。
5. 鼓勵孩子主動介紹是日為大家準備的菜餚。
6. 鼓勵孩子與朋友玩一些孩子熟悉及較受歡迎的棋類遊戲。
7. 當客人離開後，與孩子分享及檢討是日做得好的地方及需要改善的地方。

家長小貼士：

1. 食品是人與人之間的共通及必需品，可引起很多不同的話題。
2. 家中需要備有多元化的棋類，例如大富翁、撲克、飛行棋等等？，因為「自由暢談」對兒子仍是「吃力」，所以有「框」的遊戲或棋類較易達成「有來有往」的社交互動。
3. 建議在假期，相約朋友踏單車、游泳、遠足或球類活動，建立社交網絡，加強孩子的信心和社交經驗。
4. 與孩子進行事後檢討是要建立孩子的自信心和掌握社交技巧，並且讓他感受到建立社交圈子的樂趣。

專家的話：

要擴闊孩子的社交圈子，訓練其技巧，父母經常費盡心神。訓練社交技巧有很多種，但首要的是家長們要夠勤力、用心，才可以幫助孩子改善這方面技巧。這位家長便當了個很好的榜樣，主動了解及接觸孩子的社交圈子，並教導孩子怎樣去和別人聯誼，讓人留下好印象。有時我們很難期望孩子自動學會如何改善技巧，所以家長們的積極參與是很重要的！

陳曉姑娘



孩子的困難和問題：

孩子不理會自己所處身的環境，當感到開心或興奮時便會大聲說話，騷擾其他人。

訓練目標：

孩子能留意身處環境的要求，尤其是在公眾場所，要適當地控制自己說話的聲量。

訓練工具：

社交故事

訓練程序：

1. 先了解孩子在公眾場所大聲說話的背後原因，知道他是感到開心、興奮，但他不明白大聲說話會騷擾別人。
2. 根據孩子的行為問題和認知能力，寫一個有關「細聲說話」的社交故事，讓他明白別人的感受和期望，然後控制自己說話的聲量。
3. 故事內容：當我在公共場所，例如圖書館、博物館、西餐廳、巴士、街上等等，當我覺得很開心時，我會很大聲說話。如果我大聲說話，爸爸和媽媽的耳朵很不舒服，覺得我很嘈吵；其他人的耳朵也很不舒服，覺得我很嘈吵。如果我用適當的聲量(不大聲，不細聲)，爸爸和媽媽的耳朵就會很舒服，覺得我很安靜，爸爸和媽媽會很开心；其他人的耳朵也會很舒服，覺得我很安靜，其他人也會很开心。
4. 每天用30分鐘來跟孩子說這個社交故事。先與孩子讀一遍，然後解釋內容，再用角色扮演來幫他熟習恰當的聲量。
5. 一星期後，要孩子背誦及解釋這個故事，並且示範恰當的說話聲量。
6. 透過提示和獎勵，幫助孩子把學到的技巧(控制聲量)應用於實際情境中。

家長小貼士：

1. 要從孩子的角度，明白行為問題背後的原因，才決定故事的內容，不要太多指令，要多作解釋和用正面的言詞。
2. 可按孩子的興趣，以不同的形式來寫社交故事，例如電郵、簡報、便條、漫畫等，增加孩子的興趣和學習動機。
3. 與孩子協議一些提示的方法，例如字條、暗號等，協助他在相關的環境下應用學過的技巧。

專家的話：

我們這些孩子經常出現以上家長所述的問題，要不是太大聲說話，則是小聲得聽不見，又或不當的場合說不恰當的話，例如：看到傷殘人士時，會大聲問他們的缺陷，令其他人會尷尬。所以這位家長所寫的社交故事，應讓很多孩子都會受惠。再加上角色扮演、練習、及綵排，孩子的社交技巧必能提升！

陳曉姑娘

陌生人

大廈保安員・鄰居

老師・同學・朋友

親戚
爸媽

兄弟
姊妹



活動
15

親疏關係

孩子年齡：11歲
弱能情況：自閉症

孩子的困難和問題：

孩子不理會別人與自己的關係，以為自己認識的人都是好朋友，可以一齊玩，有時會過份熱情地拖著對方的手，甚至攬著他/她。

訓練目標：

孩子能分辨不同人物與自己的親疏程度及對應的親密程度。

訓練工具：

親疏關係與社交行為圖表

訓練程序：

1. 先與孩子列出一些他認識的人物，例如大廈保安員、叔父、表姐妹、父母、兄弟姐妹、老師、同學等。
2. 然後配對這些人物與孩子的親疏程度，例如爸爸、媽媽、兄弟姐妹是最親密的人，叔叔、伯父、表兄弟姐妹是親戚，鄰居是普通朋友等。
3. 多次反覆與孩子作配對，當他能正確地配對親疏關係後，加入另一些他認識的人物作配對。
4. 當孩子已建立親疏概念及能分辨不同人物與自己的親密程度後，向孩子解釋不同的親疏關係，有不同的相處行為，例如最親密的人物爸爸、媽媽、兄弟姐妹，可以拖手或擁抱，但普通朋友只需打招呼，說早晨就可以了。
5. 用連線圖表讓孩子作人物、親疏程度與相處行為之配對練習。
6. 用角色扮演來指導孩子與不同人物的社交行為。

家長小貼士：

1. 家長可用類似彩虹的多重半圓形圖來顯示親疏遠近的關係，中心是孩子，與孩子最近的一層是最親密關係的人物如父母，距離孩子最遠、最外的一層是陌生人等，使親疏概念更具體化。
2. 透過角色扮演與孩子反覆練習與不同人物的相處行為。
3. 如有需要，家長還要解釋與異性親戚或朋友要保持適當的距離，例如同樣是朋友，男孩子可以搭男孩子的膊頭，但不可以搭女孩子的膊頭。

專家的話：

不懂社交距離常常是患自閉症或自閉症傾向的小朋友之困難。導致出現尷尬情況。父母在教導孩子認識社交距離時，經常費盡心思，令孩子明白這頗抽象的概念。這位家長利用了視象、文字、很清晰地教導孩子人物關係和社交距離，訓練孩子留意自己的行為。我們在教導孩子一些抽象的概念時，也可學學這位家長，多用視象、顏色、文字，令孩子更易明白。

陳曉姑娘



活動
16

跟從「一般」 的做法

孩子年齡：13歲
弱能情況：自閉症

孩子的困難和問題：

孩子經常四處宣揚自己社交能力弱，需要上社交小組。

訓練目標：

少孩子四處宣揚自己需要上社交小組的次數。

訓練工具：

社交故事

訓練程序：

1. 因應孩子的困難，先構思及撰寫合適的「社交故事」。

2. 選擇合適的時間，向孩子講述以下的故事：

每個人的能力都各有不同。

中文科弱的話，會上中文輔導班；

英文科弱的話，會上英文輔導班；

數學科弱的話，會上數學輔導班；

社交弱的话，會上社交小組。

因此，當知道有那一方面較弱，便會努力進修，以加強該方面的能力。

不過，人們不會四處宣揚自己的弱項？

因此，我也不會四處告訴別人，自己社交能力較弱，需要上社交小組。

3. 當孩子明白以上故事的內容和概念後，問他以下的問題：

媽媽：班上的同學會否四處宣揚自己中文成績不好，需要上中文輔導班？

孩子：不會。

媽媽：你會否四處告訴別人，自己社交能力較弱，需要上社交小組？

孩子：不會。

媽媽：就是這樣了！

家長小貼士：

1. 選擇生活化及孩子明白的例子，讓孩子更了解別人的一般做法和行為背後的原因。

2. 鼓勵孩子跟從所謂「一般」及「通常」的做法，可以得到別人的認同和讚賞。

專家的話：

社交故事是社交技巧訓練重要的一環。每個自閉症孩子的社交困難不一樣，所以其需要的社交故事也不同。這位家長很用心，依據孩子的困難，撰寫有關的社交故事再以角色扮演配合，令孩子更明白地運用合適的社交技巧。更值得一讚的是這位家長很勤力，很用心去了解孩子真正的困難和需要。

陳曉姑娘



孩子的困難和問題：

孩子升上小學後，家課的數量和形式比較多，經常會遺忘，以致欠交功課。

訓練目標：

孩子能獨立完成要交的功課。

訓練工具：

兩個文件夾

訓練程序：

1. 先用兩個文件夾，一個貼上【未完成】，一個貼上【完成】。
2. 教孩子檢視家課冊，把要做的家課拿出來，放入【未完成】的文件夾。
3. 安排孩子在一個安靜的位置做功課。每做完一份家課便放入【完成】的文件內，直至完成【未完成】文件夾的家課。
4. 家長檢視【完成】文件夾的家課，給予獎勵。

家長小貼士：

1. 起初父母要帶領著孩子檢視家課冊，逐一點算要做的家課，可在旁邊打剔，表示已放入【未完成】文件夾內。當孩子熟習後，讓他自行完成。
2. 除了做家課，這些有條理和有組織的技巧也可應用到其他事情上，例如執拾自己的物品、時間管理，培養孩子獨立和有條理的習慣。

專家的話：

現時孩子的家課數量繁多，很多家長都會想盡辦法「陪太子讀書」，務求令孩子「達標」。但是光「陪太子讀書」並非長遠之計，要好好培養孩子的習慣、動機、和興趣才是最重要。這位家長不但提供了很好的方法讓孩子順利完成家課，還可訓練孩子的獨立和培養其組織力，真是個好方法！

陳曉姑娘



孩子的困難和問題：

孩子對於數學的文字理解感困難，加上運算也有困難，故看見數學功課，就自然想法子逃奔，而且很怕計數，往往因為做數學功課而引致情緒起伏。

訓練目標：

提升孩子對數學的興趣及技巧。

訓練工具：

數學練習題、實物如錢幣。

訓練程序：

1. 教低年班孩子先要熟習10的組合，如1加9=10，2加8=10，如此類推。
2. 乘數表需順背，再倒背，才抽問。
3. 直橫式列算，逐步對孩子講解，讓孩子看著算式，慢慢理解。
4. 可用實例或實物解題，如時間 / 貨幣。
5. 文字題可用「縮細法」(用10以內的數目)，讓他易於理解及掌握，不會被數字嚇倒。
例子：「農場有423隻雞和634隻鴨，一共有多少隻動物？」可縮細為3隻雞和4隻鴨。
6. 若家長多次教導，孩子仍無法理解的話，就該想想自己的解說對孩子來說是否太深奧，是否要用另一形式來解說。
7. 對於孩子不熟悉的題目，教導他後，該重做多次，好讓他把本來視為艱難的題目，變成一看就明的事情。
8. 要肯定孩子已經熟習一個課題，才加添新的。

家長小貼士：

1. 家長該視自己是孩子的名醫，時時為他們找出癥結所在，助他們渡過難關，孩子日後必定感激父母，他們也會從父母身上學會鍥而不捨的精神。
2. 家長不能待孩子主動問才給予指導，因為他們不一定懂得問。反而家長需時時主動探討孩子有那些不懂，繼而盡快為孩子解決問題，以免問題越積越多。
3. 多利用長假期(如聖誕、新年、暑假等)去為孩子備課是相當重要的，日後做功課時，就會變得輕鬆多了。

專家的話：

自閉症孩子在理解和邏輯方面的能力普遍較弱，所以常在造句、閱讀理解、和數學的長題目上遇到困難。如家長所說，要讓孩子熟習一個課題，更可以從淺入深，增加孩子的信心和興趣。

陳曉姑娘



孩子的困難和問題：

孩子在日常生活流程中有很多令家長氣憤的表現，例如：不願起床，梳洗、吃早餐及換校服非常慢等。

訓練目標：

提高孩子的自理能力和動機。

訓練工具：

自選適當工具。

訓練程序：

1. 選取一項孩子須改善的自理能力，例如加快換校服的速度。
2. 在非「繁忙」的時間，例如：星期六、日及假期作「重點」練習。
3. 每次都記錄孩子換校服所用去的時間。若今次比上一次快便給予獎勵。
4. 如是者練習多次，直至孩子換校服的速度合理，便進行另一項「改善工程」。

家長小貼士：

1. 教養孩子是一個漫長的工作，家長要有耐性、有目標和有計劃。試想著成功帶來的快樂，鼓勵自己堅持走下去。

專家的話：

很多家長常常說每天早上都像打仗，投訴孩子們不合作。但試回想一下，自己的情緒有否影響你對孩子的耐性？很多時候，家長在早上都缺乏足夠體力、精神，而且也很匆忙地趕時間，自己的情緒可能影響了孩子的合作性，所以我很同意這位家長所說，教養孩子要有耐性，如果能保持心境平順，再加獎賞，我想必可令訓練過程事半功倍！

陳曉姑娘

	感覺	行為的後果	我的感受
5	 十分憤怒	打人	由社工姑娘帶去 社工室冷靜
4	 憤怒	大聲說話、拍枱 由社工姑娘帶去	由社工姑娘帶去 社工室冷靜
3	 緊張 擔心	自言自語、重覆 想問同一問題	深呼吸，把問題 寫在問題簿上
2	 有點 緊張	仍可以遵守規矩， 保持安靜	
1	 良好	平靜，遵守規矩	



孩子的困難和問題：

上課時孩子遇到一些困難的課題時便會緊張和焦慮，繼而大發脾氣，影響學習和課堂秩序。

訓練目標：

孩子能察覺自己的情緒變化，及早使用

訓練工具：

「5度情緒溫度計」圖表

一些有效的方法自己冷靜下來或尋求協助。

訓練程序：

1. 向孩子解釋情緒有不同程度之分，好像是1-5級的溫度計，每一級均有不同的感覺、行為表現和可以嘗試處理的方法。
2. 與孩子一起分析自己處於不同級情緒下的感覺和行為表現，並協議可處理的方法。
3. 列表如下：

級數	感覺	表現	嘗試的方法
5	十分憤怒	打人	由社工姑娘帶去社工室冷靜
4	憤怒	大聲說話、拍枱	由社工姑娘帶去社工室冷靜
3	緊張、擔心	自言自語、重覆想問同一問題	深呼吸，把問題寫在問題簿上
2	有點緊張	仍可以遵守規矩，保持安靜	
1	良好	平靜，遵守規矩	

4. 除了在家中指導孩子外，與學校老師溝通和配合，把圖表貼在孩子的書桌上，留意孩子在課堂上的情緒表現，提示他如何處理情緒和令自己冷靜下來，或主動尋求協助。

家長小貼士：

1. 要與學校老師互相配合，尤其在使用初期，多留意孩子的表現，協助他成功地控制自己的情緒。
2. 要與孩子協議一些處理情緒的方法，也要得到學校老師的認同，例如情緒到4級時可以暫時離開課室到社工室冷靜一下。

專家的話：

把情緒分等級，並用情緒溫度計來表達，也是心理學家常用的做法。這可以讓孩子知道情緒有程度之分，更容易掌握和表達自己的感覺，也可以讓老師同學了解孩子的狀態。然而，家長留意別把「憤怒」和「緊張」這兩種情緒混淆了放在同一圖表上。若你的孩子容易憤怒又容易緊張，可以統一用「不安」這個字眼來代替。另外，面對年齡較小的孩子，用「少少唔開心」或「多多嘅」這些日常化的字眼比起書面語更能傳神代表孩子的感覺。

另外，一般人很習慣叫小孩「唔好嘅樣，唔好嘅樣」，但忘記了告訴他們適當的行為。因此，家長定下的訓練目標非常值得參考。我們應當鼓勵孩子表達情緒而非壓抑自己的感覺，並教導他怎樣去疏導和處理負面情緒。除了製作圖表，家長可嘗試製作「金句」讓孩子在不安時拿出來提醒自己怎樣疏導情緒，控制表現。例如，針對這個孩子的困難，家長可先在教導孩子處理方法後，在「金句」寫上「聽唔明白唔緊要，落堂後問下老師」。

處理情緒的點子有很多，最重要是方法具體，易懂有步驟。家長提議的方法如深呼吸，把問題寫上問題簿，都是好方法。除此之外，我們可以訓練孩子一些較為容易被人接納的發泄方式，例如：捲扭小毛巾，用腳大力踏地板；也可訓練孩子延遲發泄情緒，例如先閉上眼睛伏在桌上休息，或待小息時才大叫大喊。不過，這些都是處理一般情緒反應的方法。如果你的孩子總在特定時候發脾氣，家長可以教導一些針對個別環境/情況的處理方法。

陳曉姑娘



活動
21

猜猜她是誰？

孩子年齡：8歲
弱能情況：自閉症傾向，
專注力不足，讀寫障礙

孩子的困難和問題：

與別人溝通時，經常會因沒有眼神接觸而被指沒有禮貌。

訓練目標：

提升對孩子眼神接觸的意識及興趣，讓他習慣看著別人的眼睛。

訓練工具：

在雜誌內尋找不同美女彩色面部特寫，最好沒頭髮的，剪成大小一樣（約16-18 cm）的圖卡，可準備2-3套，一套約5-6張，然後黑白影印每一張圖片。把影印美女的眼眉以上及鼻以下摺起，只剩雙眼。

訓練程序：

1. 開始時先把五位彩色美女圖，逐一給小孩看一次，然後貼在板上及寫上「1」、「2」等編號。清楚講給小孩知：「這是一號姐姐」「這是二號姐姐」等。
2. 取出一張摺好的黑白美女圖給小孩看（即只讓他們看美女的雙眼），然後問：「這是幾號姐姐的眼睛？」
3. 如果他答一號，把眼睛移近「1」號姐姐的眼睛，讓小孩對一對，如果猜對了，稱讚小孩。
4. 如果不對，讓小孩看眉及眼，讓他再猜。然後重覆步驟（2）。
5. 若小孩猜不對，再讓他多看鼻、咀、及額頭部份。能力較弱的小孩可能要看全個樣貌才猜到，但不要氣餒，試玩數次後，他們便能掌握箇中要訣。
6. 猜對一張美女圖後，再取出另一張黑白美女圖的眼睛部份給小孩猜，重覆步驟（2）—（5）。
7. 待猜完所有黑白美女眼睛，這訓練便完成。

家長小貼士：

1. 如小孩很快便猜中，可用size細一點的美女圖，如12—14 cm。
2. 訓練途中若小孩不想繼續，可讓他休息，下次再訓練。若小孩猜中，請給大量讚賞或獎品。
3. 當孩子已習慣看美女眼睛的圖片後，在家中便多提示他說話時，先要用眼睛看著別人。

專家的話：

自閉症或自閉症傾向的孩子，部份可以解讀一些別人明顯的表情和聲調，但亦有部份有困難去解讀微表情。以上家長的方法，除了令孩子增加留意別人眼睛的機會，還可以透過各種面部特寫，訓練解讀微表情，此乃一舉兩得的方法！

陳曉姑娘

心聲篇



因為我們的社會還未曉得如何欣然接受障礙，我相信大部份家長在面對孩子被診斷為自閉症的初時，往往變得失魂落魄，不知所措，陣腳大亂。在情感上難免會經歷不少艱難階段，諸如：逃避或否定孩子有問題這個事實；內疚；懷疑自己做錯什麼傷害了孩子健康成長；怪責別人出錯；怨天尤人；推卻社交活動，變得畏縮；充滿孤單無助感，以至變得情緒低落等等。這些都是家長『正常』的情緒反應吧。

我慶幸工作上有機會接觸到很多從心谷底爬出來的家長，他們是『化悲憤為力量』的寫照，父母在教養有特殊需要的孩子時，心情難免如坐過山車般時高時低，但他們教我曉得，只要抱著耐性，堅持，樂觀和自信，很多『今天的難關』，都會演化成『明日的智慧』，兩代之間的感情亦越見濃厚，正如聖經上說：『流淚撒種的，必歡呼收割！』

梁淑賢博士



十五年的時間究竟有多久？



沛翹爸爸

十五年的時間究竟有多久？對一般人來說，答案非常簡單：不是十五年乘以十二個月，就是十五年乘以三百六十五天??等等。這是一個直接不過的數學題。可是，對那些非一般父母而言，答案就完全不一樣了！

在傳統中國文化之中，宿命論色彩濃厚，相信生死有命，富貴由天和天意弄人等謬論，這樣的想法深入人心。根據這些想法，我那個患上「亞氏保加症」的女兒沛翹就很幸福得多了！

十五年以來，我們一家三口都忍著無比的傷痛和煎熬去接受別人欺凌和白眼。沛翹自懂性以來都清楚本身的缺點，為了爭一口氣，她往往耗盡有限的力氣，花費比別人多倍的時間和努力，蹣跚和緩慢地攀過無數的障礙、越過多少的崎嶇，終能獲得令人欣慰和喜悅的進步，邁向自己的理想和創造自己的奇蹟。

如今，我頭上僅有的毛髮都漸變灰白，媽媽都要依靠老花鏡片才能看清字體。但我們卻能夠確定一個事實——就是我們的付出並沒有白費！

有些人迷信和拘泥傳統習俗，甚或以逃避的消極方式去面對患有障礙的兒女。可是，兒女是被動式的由我們帶來這個世界，若然是為了害怕面對困境或別人的嘲諷而採取放棄的態度，那？，你能確定自己不會遺下抱憾、鬱鬱而終嗎？

請千萬不要淪為陳腐傳統和封建思想心魔的奴隸！要不然，我們便會對子女們作出更深的傷害。「橫眉冷對千夫指，俯首甘為孺子牛」，你能夠學習魯迅先生的精神，堅強勇猛地去面對當下的逆境和挑戰，並與兒女為伴，勇敢迎對別人的指指點點，埋首努力創造奇蹟嗎？

作為一個過來人，我希望能夠勉勵同路的你，請相信我們的孩子吧，他們終有一天能破繭而出的！

小草有感

小草



孩子於三歲多時已遭「踢出校」，當時對於一個尚未懂自我表達的小孩來說，怎會明白自己竟觸犯了『天條』，遭受如此殘酷的對待。我們夫婦倆獲悉這被逐出校的消息時，也感晴天霹靂，弄不清這平日文靜非常的孩子究竟幹出了什麼『壞事』，致令校方如斯震怒，並不得不發出『下逐客令』。

細問之下，才從校方的最高負責人——院長知道，老師認為小兒不聽指令，令她們異常苦惱，不想再花時間教導他。聽了院長的一番話，為之氣結，當然也氣憤難平。心想：一所學校由如此不負責任和短視的人管理，不讀也罷！

我們就這樣開始了尋尋覓覓的日子，不覺間孩子也入讀過數間不同的幼稚園，更震驚和難過的是老師們都認為孩子不好教，難以溝通，多番教導仍難跟從老師的指示去完成功課，大家都歎息和擔憂他日後如何去適應小學生涯。

我們夫妻倆在既驚慌，又徬徨的心情下帶著孩子走訪不同的醫生及有關專業評估人士，為求找出問題所在，奈何他們均一致認為孩子在學習、手眼協調、語言、理解等方面皆有障礙。我問？『醫生，假如我努力地教導孩子，可會有奇蹟出現？』我懷著一絲希望，祈望醫生會給我一點兒鼓勵和曙光。醫生誠懇地回覆我？『不要有期望。』

難道就這樣接受一切，坐以待斃嗎？不！我夫妻倆還是想著要為孩子做點什麼，嘗試努力去教導他，並祈盼著奇蹟的出現！

教導孩子時，真箇是千頭萬緒，不知從何著手，幸而經過缺而不捨的努力，逐漸找到一個明確的方向。每天我都會教孩子寫字、串字、讀和解，以打好文字的基礎。我們更利用了所有學校假期來備課，如聖誕節、復活節等假期，特別是暑假。為孩子備了課，他較易明白老師的教導，也容易理解課文，溫習時比較易於吸收。

皇天不負苦心人，奇蹟真的發生！也許是上天看見我們的努力不懈吧！喜見孩子的學業成績『節節上升』，他結果有幸進入精英班，升中時更順利入讀一所很多人夢寐以求的著名中學。最近他又取得學士學位，目前向著碩士之路邁進。這神奇的結果非我們所料也！

孩子所遇到的艱難困苦，讓我們明白，縱使上天給予我們任何磨難的試煉，只要自己盡力而為，火鳳凰就會出現。

我們不敢奢望往後的日子一帆風順。這即將到來的日子，我們會遇到什麼，狂風，還是巨浪？我們不去想這些，只知努力做好準備，以積極、樂觀、正面的態度來迎接未來的挑戰，更相信奇蹟會隨著努力而降臨。





只要不放棄，夢想總會成真

Elim

我的兒子在兩歲四個月評估為自閉症傾向，他沒有語言能力、固執行為、情緒失控和感覺統合失調？.....等等，一大堆問題的，總令我感到無從入手，很感恩的是我身邊有很多朋友、兼收位老師和老師、治療師和親人，他們給了我很多支持和教導，看着兒子慢慢地有少許進步，也給了我很大的鼓勵。每一天我都會告訴自己『只要不放棄，夢想總會成真。』幸好丈夫也有我這個想法，一起照顧兒子，一起帶着兒子去做訓練，雖然孩子的問題不是短時間有進步，但是一個和諧的家庭都是重要的。

現在兒子已經9歲了，就讀主流小學三年級，回想兒子從幼稚園能夠入讀一年級時，我真的開心到筆墨都難以形容。在入讀小一的暑假時，我們經常上網看將入讀學校的網頁，告訴他有關學校的設施，希望他可以輕鬆地接受轉變，開心地上學。在暑假期間，幼稚園的學校模擬了一個小一適應班，讓兒子學習怎樣寫手冊、執拾書包、默書和如廁.....等等，這些都是兒子需要學習的，也是他的困難，因為兒子總是等人幫他或是等人叫才會去做，所以我們都會依從幼稚園學校的方法去配合，希望兒子升讀小學時可以自己照顧自己。

當兒子第一天上學的時候，我即時感到有很大壓力，接著，擔心的問題又是一大堆，於是，我便將這些問題列出來，與丈夫商量解決的辦法。記得當時我會擔心兒子不懂得自己吃飯，又擔心兒子不懂得與同學相處，又擔心兒子在學校情緒失控，可能會影響其他同學，又擔心兒子不專心上課，到考試時不合格，更會擔心兒子不願意上學.....等等。於是，我每天都會去接兒子放學，然後，便帶兒子去選擇早餐和茶點的食物，讓他感受到上學都是有樂趣的。丈夫和我都會參加學校的活動，例如：家長教師會、家長義工、學校講座和故事爸爸/媽媽等等，盡量與學校保持接觸，讓兒子的同學或老師都認識我們。放學時，兒子的同學會與我們談話，讓我們更瞭解兒子在校的情況呢！我們更會將孩子的困難告訴學校的老師，老師們都會樂意聆聽，更會為我們想辦法去處理問題，讓兒子能夠在共融的校園中成長。

兒子經過三年的小學生活，他已經懂得自己照顧自己，他與同學之間的相處很融洽，最近，更由同學選舉為操行進步之星呢！他的班主任和其他科目的老師都讚賞他有很大進步，當遇到困難時，他會很勇敢地面對問題，更會樂於助人。相信這一切都是要感恩的，感謝學校每一個老師悉心的教導，感謝丈夫付出他的時間，與我一起照顧兒子的需要，讓他健康快樂的成長。



我的心路歷程

Tracy Wan



我是兩子之母，回想當初知道他們都有自閉症時令我驚訝！在教導他們時是多麼的艱辛和痛苦；令我亦變為一個自閉的家庭主婦；每日為著家庭、為兩個兒子，終日奔波，忙碌。又為了自尊，不敢向外人道！

因孩子幼年有種種怪異的行為，如打頭、無故的哭鬧、反拗、擲物等，都令親朋側目，他們沒有諒解。心想，親朋都不接受，沒有詳問過孩子的情況來作出關心和慰問，只是對他們厭煩並作出不屑之狀；看在眼裡，我還能說什麼呢！

那時期，丈夫的工作時間比較長又需要用神，所以很多時所面對的困難都不敢向他說出，自己一個人去承擔、去承受兩個孩子的問題，以至自己都不知怎樣的過了七、八年的艱苦歲月。

後來認識了明愛、協康會、學前弱能兒童家長會等機構，才能慢慢開放自己，與同路人分享，得以舒緩壓力。後來更加入了明愛的陽光大使，建立自己的自信心，與新的同路人分享心路歷程，這確可以將過往的經歷去鼓勵人亦可鼓勵自己。

但人生的旅途仍很漫長，孩子的每一個階段都有他們的困難和需要，作為父母的心靈和體力都需要付出很大；幸而我尋求了最好的幫助，就是認識了主耶穌基督，祂拯救了世人，無論好人或壞人，連我這個微不足道的小婦人，祂也拯救了我的心靈；在聖經的箴言裡有一句話告訴我說：「喜樂的心乃是良藥；憂傷的靈使骨枯乾。」並帶領了我走過一個又一個的難關，使我見證到 的同在和幫助。

現在我一家都已洗禮成為基督徒，孩子在教會裡成長得很安穩，情緒亦得以改善。這使我的人生，不再灰暗、不再落在黑暗中！最後我送上聖經其中一章我所喜愛的經文，亦是我的心聲，和大家分享。就是：

詩篇二十三章

耶和華是我的牧者，我必不致缺乏。他使我躺臥在青草地上，領我在可安歇的水邊。他使我的靈魂甦醒，為自己的名引導我走義路。我雖然行過死蔭的幽谷，也不怕遭害，因為你與我同在；你的杖、你的竿，都安慰我。在我敵人面前，你為我擺設筵席；你用油膏了我的頭，使我的福杯滿溢。我一生一世必有恩惠慈愛隨著我；我且要住在耶和華的殿中，直到永遠。



我們攜手一起走

陳露露女士



我兒子今年十二歲了，有自閉症傾向及學習能力較弱的問題。本來要入讀特殊學校的他，在我的堅持下入讀了主流學校。

一轉眼已經是六年級學生，正在準備升上中學繼續學業。總括來講，小兒的六年小學生涯是十分愉快的，在一個校風純樸、有教無類、關懷包容的環境下學習，結果決不會讓人失望。比如，在學習上最為困難的數學科，在最後一次的考試中，終於也合格了，對於一個學習能力有限的孩子來說，真是無法想像得到的好成績。

當然，在令父母振奮之前，是經歷過一段艱苦的歲月。我們面對了一切在主流學校所要面對的困難，例如：社交、規矩、自我照顧和學習的適應困難，還有我們最擔心的是，同學們對他的行為感到好奇，以及不接納他的問題。

開學不久的一天，我在操場上正與社工講述小兒的情況，只見一群小孩七手八腳地拉着小兒，向着不同的方向拉扯着，他無法掙脫，只能放聲大哭。我馬上一手摟着小兒安慰着他，另一手摟着一個帶頭的同學，語氣溫和地告訴他「這樣拉扯，他和你一樣都是會覺得痛的。我明白你不是故意的，對嗎？他不懂得怎樣去玩，我想請你教他，但不要拉扯，很危險的，好嗎？」同學沒想到會給我捉個正着，但卻又諒解他惶恐的心情，不曾有所責備，自不然歡天喜地地一齊玩去了。

其實這只是開始，往後，我一直發現小兒的腿上有不同顏色的瘀痕。我很心痛，但沒有放棄我所堅持的做法。我利用接放學的時間，主動接觸家長，目的是互相認識和了解，讓她們都明白自閉症的特點，在家長的層面做功夫，讓多些人接納融合生。

最後，也是最深刻的一次。小兒放學回家，臉上帶着一處十分明顯的瘀痕，老師十分內疚地向我解釋，是同學不小心弄傷了他，是無心之失。盡管眼淚還在心裡流淌着，我仍然是接受老師的解釋。與此同時，我把小兒的褲管往上拉，小腿上的斑斑瘀痕盡現眼前，老師也傻了眼，小兒一邊哭，一邊念出一串的名字，班上即時出現一陣恐慌的騷動。我向班裡的同學表示「我今天來並不是要懲罰或責備任何人，但我想你們明白，一些同學令他受傷，他的感覺和你們一樣，會覺得很痛的。他與你們所分別的，只不過是不懂得表達，不懂得如何與大家一起玩耍。你們可否都幫個忙，教他怎樣去玩，怎樣去表達呢？」即時，所有同學都講願意，頭也點到不停。這是一年級上學期所發生的事情。

自從那天之後，小兒腿上的瘀痕退去了，不再有新瘀痕出現。每天看着小兒開心地返學，也開心地放學，學業上有可觀的進步，擺在眼前的事實，讓我覺得坦誠、耐讓是一個很好的方法去協助小兒融入學校生活。當然，還有其他同樣的有效方法可採納，這只不過是其中一個方法罷了。然而，最重要的還是學校能持開放的政策和良好的家校合作，在雙贏的作用下，最得益的是我們的孩子。試想，學校不開放的話，我能走進學校嗎？我見過有些學校門口掛着「家長止步」的牌子，令我感受良多。

有些家長則認為老師應該要好好「睇實」學生，我認為這麼多的學生，老師如何能夠「睇實」呢？老師只有一雙眼一對手，我們需要的是讓小孩子學會包容不同特色的同學，當他們懂得互相愛護的話，欺負的事就不會發生，何須「睇實」。

我總以為小孩子都需要教導，無論在學校或在家中。懲罰不是目的，懲罰只是教導的過程中使用的其中一點方法。指出小孩的錯處並不難，但同時給予小孩一個正確的做法，才能起到更有效的作用，給孩子豎立一個正確的道德觀念，這才是我們的目的。我們亦要體諒老師，多與老師互相配合，這很重要。老師要用心教導學生這是他們責任，但老師也是凡人，亦需要家長的認同和支持。受到鼓勵而更加努力的不僅是我們的孩子，也是每個人同樣需要的。

每一次經歷， 也是孩子學習的機會

吳女士

小時候，孩子不懂表達，故一直以來，校方只留意到她的行為問題，卻忽略了問題行為背後的因由。無奈地，我只好請校方多加留意在孩子出現行為問題前，究竟發生了甚麼事。經驗告訴我，這樣要求校方，對解決孩子的行為問題，實在幫助不大。在未能找到更好的方法前，我只好每天在孩子放學後，多與她傾談。

去年上學期孩子放學回家後，懂得跟我說在校被人打。我當時努力地假裝冷靜，並向女兒細問詳情聽她的說話，我立時無名火起，馬上致電校方，卻找不到女兒的班主任。我的憤怒驅使我直接致電打我女兒的學生家長，那家長冷靜地聽著我的講述，並答應待她的孩子回家後問過究竟，然後再給我回覆。

聯絡上班主任時，我已能冷靜地要求老師代為徹查事件的真相，老師也答應處理。在電話與老師對話時，我並沒有因為自己的怒氣而責罵任何人，只請老師代為找出真相。翌日，老師真的為孩子討回了公道，而孩子也很滿意那次的處理方法。

那天晚上，我寫了一封信給孩子，讚揚她的進步，但原來孩子卻看不懂我寫了些甚麼！我後來把信的內容讀給她聽，她一邊聽，一邊咀角掛著微笑。我認為被打事件，激發了她的勇氣。

下學期的某天，孩子放學回家，又告訴我她與同學發生爭執，同學更掌摑了她一巴。她已把事情告訴老師，老師亦對那打人的同學訓斥一番。我見孩子沒有明顯傷痕，而孩子亦能主動向老師投訴，便沒有致電回校。

孩子能做到的，我也不會再過於保護她，因為每一次經歷，也是學習的機會。女兒漸漸明白，不禮貌的說話會招致被打，媽媽雖然樂於聽她訴苦，卻不能代她說每一句話。

經歷過碰釘的經驗後，我現在教導孩子時，她也變得願意接受教誨了。

與John同行

詹秀儀女士

胎兒的成孕，生命的誕生，嬰兒的存活，每一步都是奇蹟。作為父母，要欣賞這寶貴的禮物，好好珍惜，讓這奇蹟延續。過去，我曾抱怨他搗亂了我的人生，阻礙了我的事業；但近幾年，我發覺所付出的，竟加倍的收穫。他的每一次突破，是我快樂的泉源，與他的親情，更是無價寶。與他伴讀，不斷地進修，最大得益還是自己。

*

*

*

他很幸運，在成長路上，由幼兒園、小學、中學，至今，都在老師（包括師長、輔導老師、補習老師、社工、主日學老師，等等）和同學的包容和照顧下安然度過。各位無私的付出，全心的教導，帶領他走進人群。進彥可以回報各位，是他超強的記憶，因為他牢記了各位的一言一笑，閱讀過的一書一冊。

*

*

*

分不清他是龜還是兔。我告訴他（亦告訴自己），他是龜，所以當別人玩樂時，他要持續努力，才能追上大隊；但以他短暫的專注力，被動的學習態度，竟能年年升班，我又覺得他有點兒像兔。從另一角度看，「正常」不過是平常；「特殊」卻可以成為特出。

*

*

*

05年的一場大病（腦腫瘤），把他推往生死邊緣，迫他在一夜間成長。作為父母，亦頓悟到生命的真諦，明白甚麼是最重要。離開康莊大道，走在崎嶇小路，雖然寸步難行，但原來避過了不少誘惑（色、毒、賭、貪）。他現在仍是純真可愛。

*

*

*

他在書中找到最大樂趣，IVE的學習生活，充實了他在知識實踐和個人成長的渴求。兒時的音樂治療，更是無心插柳，開展了他的音樂才華。他的喜怒哀樂，就在琴音中宣洩出來。尚有兩年多就要IVE畢業，如何就業？是不敢想但仍要面對的難題。一如以往，我不會鬆懈，去找合適的路，但我相信，主會一直保守，引領我們的腳踪。

牽著孩子手共創社交路

Karen



社交對自閉症兒童來說是極其困難而又重要，如果他們處理得好，將來的路便易行很多了。我記得有一位專家講過：父母不是時常在兒女身邊，要教的東西有很多，最好是令他結識朋友，讓他從朋輩中學習。這是我絞盡腦汁也要擴闊兒子的社交圈子的原因。經過六年的努力，我可以說我成功了！

小兒約兩歲診斷為有自閉傾向，當時沒有語言及眼神接觸，更遑論社交技巧。於是我每天帶他到公園玩，一來可訓練他大肌肉，二來也讓他多見小朋友。當時有幾樣法寶是必攜帶的：1. 小食如手指餅、棉花糖；2. 玩具車（多帶幾件送給其他小朋友）及3. 吹泡泡。這三件法寶一出，公園裡大部份小朋友都會圍我或兒子，這樣便可教他分享及排隊守規，這些技巧都是小朋友社交的第一步。

除了到公園，我在鄰居找數個年紀相近的玩伴（未上小學最好），玩伴最好是獨生兒及成熟一點。首先是與他們的父母建立關係，令他們肯讓孩子到我家來玩（工人或父母帶），在家中我引領他們一起玩，同時教導小孩相處之道。我還準備零食或小禮物給小孩們，吸引他們下次再來。

要兒子結交朋友或令他們成為受歡迎的人，其中一秘訣是舉辦聚會：如生日、聖誕節、暑假等，總之找不同藉口搞聯歡會。地點可以在家裡或麥叔叔餐廳等受歡迎的地點，當然要準備玩具、零食及小禮物。另外宗教團體舉辦的聚會如：主日學，團契等，也是容易被接納及交朋友。

在兒子小三前，每逢六、日及假期，我總安排他和朋友玩。我會將小兒的社交問題講給有小孩的朋友知，讓他們帶自己的孩子和小兒玩。我時常（尤其兒子小的時候）厚著臉皮打電話給家長，請他們帶小朋友出來跟我兒玩。我亦試過在公園及興趣班中找對象，總之無所不用其技，務求我兒有個玩伴。

當兒子上了小學，我時常回校跟各級老師、同學及家長溝通、混熟，又「引誘」同學仔跟我兒玩，希望我兒不會被同學欺凌。在整個小學階段，少不免會給同學們欺負或排擠，請吃零食會是其中一個解決方法，但在高小，這個辦法也未必行得通。隨著小兒年紀漸長（小學），我發覺找個比他少一、二歲的玩伴對他有利，因他們的社交技巧相若，避免小兒自覺不足。

還有一個小技巧，要讓孩子有一項或以上專長令其他家長另眼相看。當我兒懂說話後，教他背兩、三首唐詩，讓他可在眾人面前表演。

本人很幸運，小兒現有數位好朋友，都是小時候的鄰居或朋友的兒子。雖然現在大家居住在不同的區域及上不同的小學，但也經常聚在一起，希望他們將來能成為知心好友。

閱

遍各家長來稿的心聲分享，
我更得逐一向他們致敬。



陳露露女士

她打破敵對和過份地保護孩子的心態，處理亂子時更能把持大局。

Tracy Wan女士

她那份喜樂的心，就是力量的泉源

沛翹爸爸

憑著那份犧牲無私的父愛，幫助他打破無奈的框框，積極向前

Karen女士

她放下尊嚴和面子，為的是幫助孩子建立社交圈子

小草

她勇敢地永遠對孩子懷著盼望

Elim

面對挫折重重，卻曉得數算恩典

吳女士

離開保護孩子的角色，倒有效地提高孩子解決問題的能力

詹女士

走出『怪他（孩子）搗亂她的人生，阻礙了她的事業』
的心理上困局，學會瀟灑地並肩向前

各位讀者

或許你在家長文章分享中也看到自己的影子，
你們照顧孩子的勞苦，亦必不會徒然的。

努力，加油！

梁淑賢博士

服務簡介



明愛自閉症人士校本專業支援服務

自閉症或亞氏保加症

自閉症或亞氏保加症是一種先天性發展失調，由於患者腦部某部份的神經機能失常，引致其在思考、社交、語言發展及感觀反應方面出現障礙，他們不像普通人般認識外在世界，他們缺乏一種「透視別人的能力」，難於掌握不同的社交情境及作出適當的行為反應。所以，自閉症或亞氏保加症人士需要特別和經過悉心計劃的教導方法，才能理解身處的社交情境和學習恰當的社交行為。

自閉症人士校本專業支援服務

自1984年起，明愛康復服務已開始為自閉症兒童及其家人提供專業服務，在啟導自閉症兒童成長、培育家長和支援教育工作者方面累積了豐富經驗。現獲香港賽馬會慈善信託基金的捐助，開辦「自閉症人士校本專業支援服務」，配合政府推行融合教育及全校參與的政策，透過專業團隊之介入，以學校為本，幫助自閉症及亞氏保加症學生成長，並協助其適應學校生活。

服務目標

透過專業介入，提供全校參與模式的支援服務，幫助自閉症學生之成長及發展，並協助其適應主流學校生活。

服務對象

經學校轉介，被確診或懷疑有自閉症或亞氏保加症的中/小學學生。

服務內容

※運用不同的自閉症教學法及訓練模式，設計「個別化教學計劃」，提供評估及訓練，以改善學生的溝通及社交能力。

※為家長及教職員提供培訓工作坊，促進訓練及教學技巧，以改善學生的學習能力。

※提供專業諮詢服務，透過跨專業協作，以加強教與學效能。

※於校內舉辦社區教育活動，推廣「傷健融和」訊息，以建立和諧共融的校園文化。

工作人員

由言語治療師、職業治療師、特殊教育工作人員及社工共同策劃及推行整項計劃。

查詢

電話：2866-4694

傳真：2114-0785

電郵：rsap@caritassws.org.hk

聯絡地址：香港中環堅道二號明愛大廈一樓101室



明愛康復服務-自閉症教育及家長支援服務



明愛樂幼學前教育及訓練中心/弱能兒童暫託服務

地址：香港堅道2號明愛大廈102室

電話：2843-4675 傳真：2114-0785



明愛樂苗學前教育及訓練中心/地區言語治療服務

地址：香港北角福蔭道7號銅鑼灣社區中心1樓

電話：2570-8235 傳真：2571-8524



明愛樂興幼兒中心

地址：屯門大興邨興盛樓地下22號

電話：2460-9603 傳真：2460-7840



明愛家長資源中心

地址：香港堅道2號明愛大廈101室

電話：2843-4627 傳真：2114-0785



明愛自閉症兒童綜合服務計劃

地址：香港堅道2號明愛大廈101室

電話：2866-4694 傳真：2114-0785



明愛樂融兒童成長專業支援服務(非牟利自負盈虧計劃)

地址：香港堅道2號明愛大廈102室

電話：2843-4676 傳真：2114-0785

鳴謝

本冊得以順利出版，有賴以下機構及人士參與，在此特別鳴謝

顧問

大口環根德公爵夫人兒童體能及智力測驗中心，資深臨床心理學家
梁淑賢博士及陳曉女士

撰寫及資料提供

顏遲華女士	馮海鷹女士
周潔恩女士	鄭美玉女士
黃素娟女士	鄺淑芬女士
吳鈞海先生	廖少娟女士
黃少華女士	林肖玲女士
沛翹爸爸	尹敬秀女士
陳露露女士	詹秀儀女士
吳女士	小草

出版

明愛康復服務

修訂及編輯

明愛康復服務

陸潔玲，陳淑蘭

封面設計及插圖

敏玲姐姐

插圖

Viola姐姐

印刷

易印工房

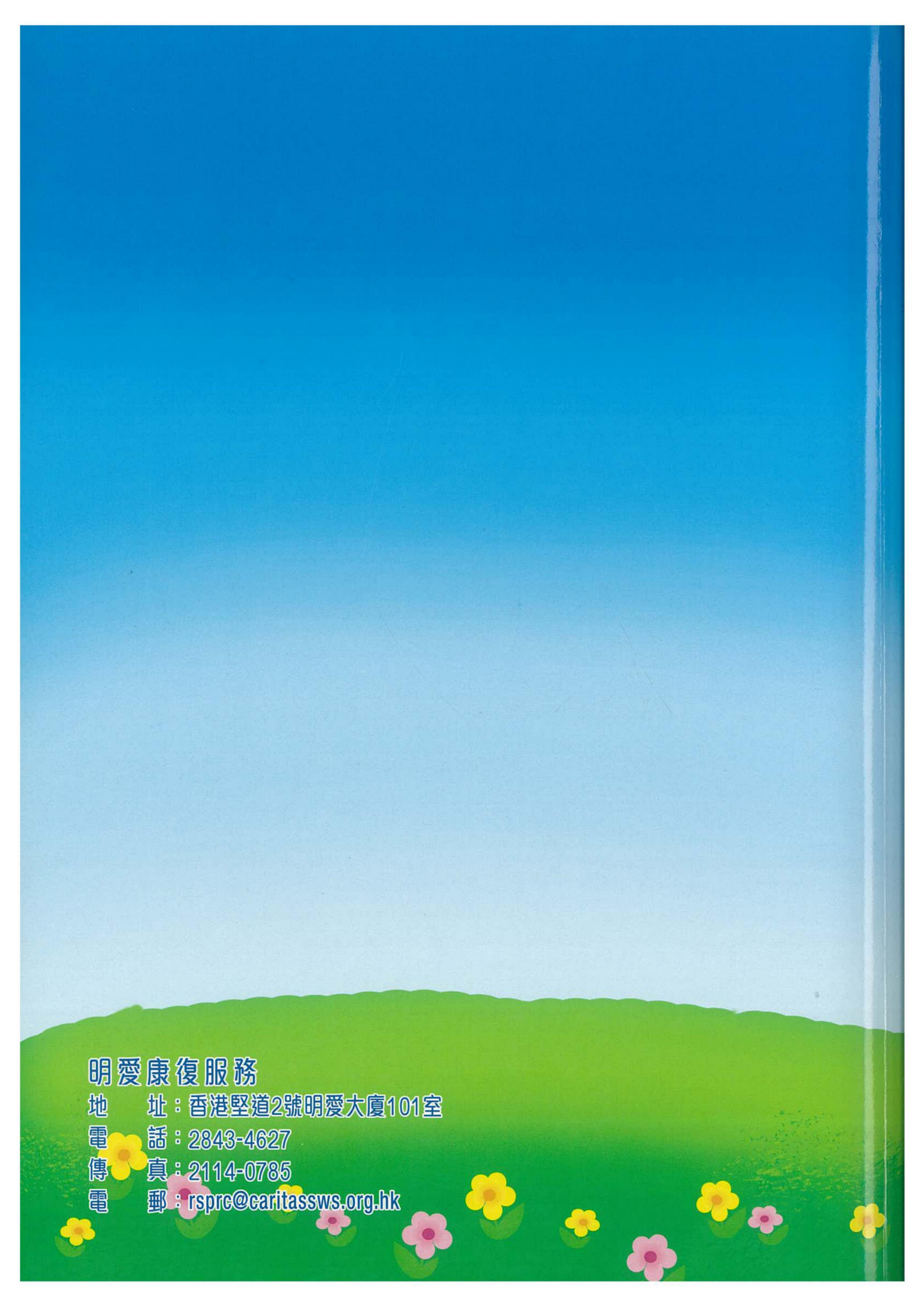
出版日期

二零一一年三月

贊助

香港賽馬會慈善信託基金

版權所有，翻印必究



明愛康復服務

地址：香港堅道2號明愛大廈101室

電話：2843-4627

傳真：2114-0785

電郵：rsprc@caritassws.org.hk