

心繫同行

策劃及捐助 Initiated and funded by:



主辦院校 Host Institution:



合作夥伴 Partners:



心繫同行

2019 新型冠狀病毒病 (COVID-19)

肆虐全球。為了控制疫情，香港特別行政區政府自 2020 年 1 月起公布一系列措施，減少市民聚集及社交接觸。霎時間，戴口罩、勤洗手、居家上學 / 工作、減少社交活動、與他人保持社交距離……，已儼然成為我們生活的「新常態」；

「賽馬會喜伴同行計劃」（簡稱「喜伴同行計劃」）的活動當然亦受影響。



儘管如此，「喜伴同行」計劃對本地有自閉特色學童及其家庭的全方位支援仍然繼續——適時又適切的支援在疫情期間顯得格外重要。感謝我們團隊的努力，無論是香港賽馬會慈善信託基金的同工、香港大學的研究團隊、各大合作夥伴的前線專業同工，各種緊急方案及措施應運而生，既有網上輔導小組，又有 WhatsApp 家長諮詢熱線，亦有網上公眾教育活動，更有種種如何在疫情下支援有自閉特色學童的資訊。這些資訊不但已上載至本計劃的網站供本地相關社群參考，更推廣遠至北美，為支援有自閉特色人士盡一分力。

「喜伴同行」計劃除了在疫情期間為有自閉特色學童及其家庭提供支援外，更關注對本地有自閉特色學童支援的長期可持續性。我們很榮幸「喜伴同行」計劃的「學校和非政府機構協作」的模式已被教育局採納為其中一項支援本地有自閉特色學童的新措施，並在 2021/22 學年起推行，讓學校及學生獲得持續的支援。

本期通訊會詳盡介紹「喜伴同行」計劃在疫情期間的種種支援措施。儘管現時處境艱難，但願將來疫情過去再回看，仍能回味這段雖不能見面，但心靈卻維繫在一起同行的奇妙經歷及時光。

恭喜

特區政府採納

「賽馬會



計劃」
支援服務



我們很高興宣布「喜伴同行」計劃的「學校和非政府機構協作」的模式已被教育局採納為其中一項支援本地有自閉特色學童的新措施。

在賽馬會慈善信託基金的捐助下，「喜伴同行」計劃在 2015/16 至 2020/21 學年以「學校和非政府機構協作」的模式運作，善用非政府機構對自閉症訓練的專長，協助學校為有自閉症的學生安排「分層支援自閉症」模式下的第二層支援（即額外社會適應技巧小組訓練）。「喜伴同行」計劃先後支援了逾 500 所中小學。由於「學校和非政府機構協作」的模式效能顯著，教育局將「學校和非政府機構協作」結合為「分層支援自閉症」計劃的一部份，作為「喜伴同行」計劃的延續，並在 2021/22 學年起推行，讓學校及學生獲得持續的支援。

我們對特區政府認同「喜伴同行」計劃的成效，並承諾以本計劃的支援模式為基礎長期支援有自閉特色學生深感榮幸。「喜伴同行」計劃將繼續為自閉症群體提供優質的服務，並提升社會大眾對自閉症的認識。



資料來源：

1. https://www.policyaddress.gov.hk/2019/chi/pdf/supplement_5.pdf
第 54 頁，「照顧有不同需要的學生」中的第一點
2. <https://applications.edb.gov.hk/circular/upload/EDBC/EDBC20002C.pdf>

抗疫「家」有法



香港基督教女青年會（女青）秉持「家庭為本」與「共融」信念，以跨專業團隊支援有自閉症譜系的學童成長，提升他們的社交溝通、情緒調控和學習適應等能力，更以多元化的服務關懷他們的成長與家庭需要。

疫情期間，學童長時間停課在家抗疫，需要在短時間內適應與家人緊密相處、生活作息轉變、防疫衛生與自理、頻繁的網上學習、縮減的社交和戶外活動等，這一切的學習與適應均不是我們學童所擅長，當中更考驗到他們如何靈活變通和情緒管理。有家長反映，因為一家人的相處時間延長，在狹小的家居空間下，容易產生磨擦和衝突，家庭關係變得緊張；部份家庭仿如困於「壓力煲」一樣。

有見及此，女青團隊的導師在疫情期間一直以電話和網上視像工具與學童和家長保持聯繫，提供情緒支援與生活適應指導；又舉辦網上家長小組調節親職壓力，共渡此不平凡的時刻。部份基層學童家庭在生活上面對燃眉之急，女青提供「防疫應急包」及「在家學習訓練工具」，包括基本食糧、防疫物品和支援工具等，為家庭帶來溫暖。

在「停課不停學」的日子，為了讓學童能順利調整生活安排及免於耽誤學習訓練進度，女青團隊針對不同學童、小組和學校的需要，推出 40 多個網上教學課節主題，在導師的專業指導下，供中、小學生的小組使用。學童們在網上教學見到熟悉的導師時也表現興奮，對往後能面見真人充滿期待。另外，因 5 月起陸續復課，女青特別製作《復課適應小錦囊》故事短片，供家長和老師在網絡免費下載播放，為學童重返校園作好準備。





家長心聲

言仔就讀小學二年級。停課期間，女青導師以「專題教學影片」為他提供指導和支援。言仔媽媽表示，兒子對有列車元素的視覺提示印象深刻，這段日子正好能運用它來改善其專注力和提升執行任務的動機。舉例，言仔以往用餐時經常不專注，媽媽於是運用有關影片所教導的步驟，配合導師對兒子的指導，成功鼓勵兒子安坐用膳。媽媽更於在家抗疫期間不時與言仔重溫影片內容，加深他的記憶和掌握。另外，言仔一家也善用女青送上的「在家學習訓練工具」，當中的「故事創作幻想家」大大提高了他的表達力和創意，媽媽直言幫助甚大。爸爸更參考了「防疫小冊子」的親子遊戲，週末在家時與兒子親子遊玩，增進溝通和感情，減輕孩子不能外出的壓力。

剛才你是如何找出生氣、傷心和開心的人呢？



與人溝通時，除了眼神外，我們亦可以留意別人的表情及姿勢/動作，這樣有助我們理解對方表達的意思。

家長心聲

有自閉特色的小朗就讀初小，與媽媽和患有專注力不足的弟弟同住劏房。由於疫情下長時間困在家中，生活規律被打亂，小朗和弟弟在家頻生衝突，媽媽在照顧上感到壓力很大。女青導師以「專題教學影片」教導小朗基本的溝通相處技巧；媽媽運用影片內容教導小朗與人相處，從而減少了兄弟間的磨擦。另外，女青的「防疫應急包」內有口罩和基本食糧，適時舒緩了他們的生活壓力，而「在家學習訓練工具」亦讓兩子能透過桌上遊戲，大大增加了在家練習說話表達的機會。

停課的日子就像駕駛 N42A

文：戴公主 公主樂乳牛
圖：Lydia You 藍和白



策劃及編者
香港賽馬會慈善信託基金
The Hong Kong Jockey Club Charities Trust
馬兒與你 齊齊高高兴兴

Jockey Club Autism Support Network
JCONNECT
賽馬會 autism 支持網絡

主辦機構
東華三院
Tung Wah Group of Hospitals



閱讀繪本

停課的日子 就像駕駛 N42A

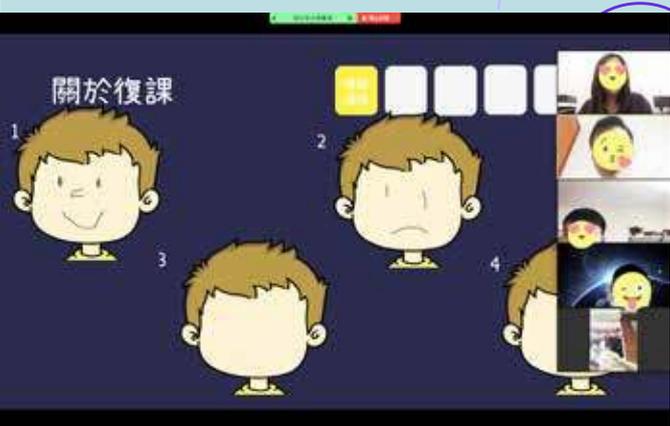


東華三院

Tung Wah Group of Hospitals

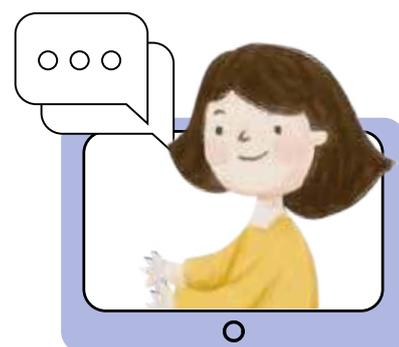
因疫情的緣故，全港中小學於2月開始停課，學生需留在家中進行網上學習。有自閉特色的學生長時間留在家中，又缺乏與朋輩互動的機會，或會出現情緒行為問題。東華三院於停課期間為參與「喜伴同行」計劃的學生進行網上訓練及製作有聲繪本《停課的日子就像駕駛 N42A》，讓他們與朋輩互動、持續練習社交技巧及舒緩停課期間的不安情緒。

東華三院由3月開始與學生進行網上視像會議或錄製影片作網上教學，網上課堂後亦會給予學生功課及透過電話進行跟進，確保學生能清晰地理解小組課節所學習的社交概念。導師善用視像會議工具，讓學生在網上透過互動遊戲，練習合宜的社交溝通技巧，如導師會鼓勵學生運用畫筆表達自己及他人的情緒，大大提升課堂趣味性。



有自閉特色的學生較難短時間掌握網上學習環境的潛規則，有老師亦反映學生不時出現一些不合宜的行為。因此，導師進行網上小組訓練時，均會先教授網上合宜的社交技巧。小組中曾經有學生認為自己身處家中，即使參與小組也可以很自在，如可以穿着睡衣躺臥在床、與家人閒談等。經過導師講解網上合宜的社交行為表現及經反覆練習後，學生的表現有明顯改善。他上課前會先檢查自己的外表及裝束，亦會選擇一個合宜的地方進行網上小組訓練。

除進行網上小組訓練外，導師亦會與學生進行網上個別面談，為他們提供社交指導並評估學生其他的社交需要，從而為下年度的小組作更好準備！





疫情下的 「親子技巧訓練課程」

本地和海外的導師培訓

自 2018 年 8 月起，世界衛生組織（世衛）的「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家庭適用）在香港發展。繼世衛和美國自閉症之聲的專家培訓了多位本地「種子導師」後，專為香港照顧者度身訂造的「親子技巧訓練課程」亦已完成翻譯及將內容本地

化，並在 2019 年開始試行。2020 年 1 月，香港大學團隊舉辦了最後一次調適會議，與參加者總結及分享經驗，令世衛和自閉症之聲更了解課程在香港的進展，並感謝大家所付出的努力。

經過一番努力，香港大學團隊的項目經理 / 種子導師劉少萍博士獲世衛認可，被任命為「區域導師」，其後更被委任到埃及開羅協助培訓當地導師，開發及推動「親子技巧訓練課程」。



對抗疫境 無間斷支援

您們在不明朗的環境下仍能
獲得出色的成果，令我深感敬佩。
課程的發展進度超前，差不多所有
「種子導師」都已完成技巧評核，足以
證明您們這個團隊的質素。

石謹魁博士
自閉症之聲高級副總裁
(公共衛生和共融)

自2020年2月起，2019冠狀病毒病在全球大流行。學校關閉，市民減少社交接觸，「親子技巧訓練課程」亦無法如期推行。香港大學團隊與合作夥伴力獻新猷，致力維繫家庭的接觸及參與，並為照顧者設立了諮詢熱線，由專業人士包括臨床心理學家、教育心理學家、輔導員、護士和兒童教育專家等負責。計劃網站已收錄合作夥伴製作的抗疫資訊予全球共享。與此同時，香港大學團隊正在建立「親子技巧訓練課程」的網上版本。

走出香港 發揚踔厲

香港早在1月起已積極抗疫，世衛、自閉症之聲和其他地區的「親子技巧訓練課程」團隊均對香港的抗疫經驗深感興趣。故此，香港大學團隊的計劃總監黃蔚澄博士及項目經理劉博士參與多個國際會議，例如世衛及自閉症之聲有關2019冠狀病毒病的全球社區討論，與其他地區代表探討如何在疫情下開展「親子技巧訓練課程」。黃博士更獲邀在國際自閉症研究協會演講，講題為「人道危機下的自閉症和相關疾病：2019冠狀病毒病大流行期間的挑戰與機遇」。作為世衛的區域技術聯絡人，劉博士繼續遙距培訓和指導各地的「種子導師」，並定期透過網上培訓研討會提供「親子技巧訓練課程」。香港大學團隊將積極參加國際會議，分享意見和經驗並將知識傳遞到國際網絡。



未來方向

無論疫情發展如何，「親子技巧訓練課程」將透過世界各地的試點及團隊之間的交流與互動而繼續發展。正在籌劃的網上版本，可能是應對疫情下「新常態」的長遠解決方案。我們團隊在艱難時間仍竭盡所能實踐「親子技巧訓練課程」。當疫情緩和，面授課程將盡快恢復。我們堅守關懷有自閉症譜系障礙的兒童及其照顧者的身心健康初心。



網上公眾教育



縱使受疫情影響，「喜伴同行」計劃的公眾教育團隊仍致力提倡社會共融及提昇公眾對自閉症的認識。自2月起，我們大部分的公眾教育活動已改以網上模式進行，讓公眾和自閉人士家庭仍能在疫情下參與。

「喜伴同行樂容融」 繪畫比賽

為推廣關愛共融，並建立彼此尊重、互相包容的氣氛，我們舉辦了以「喜伴同行樂容融」為主題的繪畫比賽。是次比賽反應熱烈，總共收集了164份出色作品。透過畫作，我們可以了解有自閉特色人士的思維和感受，及參賽者對關愛共融社會的想像。部分作品更由有自閉特色人士繪畫，展現他們在美術方面的天賦。

各組得獎畫作及參賽作品現已上載至本計劃的網站畫展，歡迎瀏覽。以下是部分得獎作品：

網上畫展 ▶



小學組



中學組



公開組



新型冠狀病毒抗疫資訊

我們的非政府機構合作夥伴製作了一系列抗疫資訊，包括指南、影片、活動工作紙等，為有自閉特色的學生及其家庭提供支援。本網站 (www.jca-connect.hk) 目前為有自閉特色社群提供最全面的中文抗疫資訊，這些資訊亦透過自閉症之聲分享給北美的華人網絡。



HKU Social Sciences
39 mins ·

The UN World Autism Awareness Day (April 2) is here. Landmarks around the world and scores of people will 'turn blue' to show support and raise awareness of autism. We sincerely invite you to wear blue and post a selfie with the hashtags #LightItUpBlue and #jcaconnect today.*

To know more about JCA-Connect, please visit our website:
<http://www.socsc.hku.hk/JCA-Connect/>

* Participants are invited to send the screenshot of their uploaded photo with a return postal address to aconnect@hku.hk to redeem a souvenir while stock lasts.

四月二日是世界提高自閉症意識日。全球很多著名地標都會轉為藍色，很多人亦會穿上藍色服飾，以示對自閉特色人士的支持。我們誠邀您今天上傳一張身穿藍色服飾的相片，並附上#LightItUpBlue及#jcaconnect的主題標籤，以示支持。*

了解更多關於賽馬會夥伴同行計劃，歡迎瀏覽：
<https://www.socsc.hku.hk/JCA-Connect/?lang=zh-hant>

*參加者歡迎將上傳的相片的屏幕截圖以及回郵地址電郵至 aconnect@hku.hk，我們將寄出小禮品乙份，送完即止。



世界提高自閉症關顧月 2020

為響應 4 月的世界提高自閉症關顧月的 #LightItUpBlue 活動，本計劃網站在期間轉為藍色以表支持。在世界提高自閉症意識日 (4 月 2 日)，我們特意邀請了香港和內地的朋友在當天上傳一張身穿藍色服飾的相片，並附上 #LightItUpBlue 及 #jcaconnect 的主題標籤，以示對有自閉特色人士的支持。

動畫系列

本計劃製作了一系列有關自閉症譜系障礙的動畫，內容包括自閉人士面對的挑戰及支援需要等。每集動畫不多於 3 分鐘，觀眾可以從中了解更多關於自閉人士獨特之處和與他們相處的技巧。



活動 花絮

“ 放放的媽媽說：「從這次壁畫的創作過程中，我發掘了兒子的才華和他獨特的能力。」 ”

母親的話

錦田壁畫村—— 共融壁畫創作



放放是一名有自閉特色的四年級學生。他和家人在1月參加了壁畫創作活動。就像許多小學生一樣，相比於在戶外度過週末，放放更喜歡待在家裏玩電子遊戲。但在媽媽的鼓勵下，他最終還是放下了遊戲控制器，在錦田拿起畫筆，繪出漂亮畫作。

出乎放放媽媽的意料，放放畫壁畫時非常專注並展示自己在藝術上的才能。他點綴了多幅壁畫，並為花朵和馬匹起稿和着色。放放媽媽說：「我看到兒子不但能按照基本指示完成任務，更能超越自己。他做得很好，很有熱誠。這令我很驕傲。」

“ 有自閉特色的十歲男孩信信說：「這是我第一次在牆上畫畫，我十分喜歡！這種經歷非凡！」 ”

參加者
感想





執着細節、專注和偏愛有規律是有自閉特色兒童的一些正面特徵。壁畫活動讓有這些特色的孩子們展示他們的才華。

信信喜歡繪畫，對自己感興趣的事物充滿熱誠。當使用色彩繽紛的顏料粉飾錦田的牆壁時，他非常專注。信信可以注意到其他人通常錯過的細節。他為雀鳥圖案起稿，並用鮮豔的色彩為它們着色。信信的母親告訴我們，活動時間到了，信信依依不捨地放下畫筆。

信信媽媽說：「看到他如此興奮和歡樂真令我感動。我很高興與他一起發掘新的活動和經歷。」

放放和信信的媽媽都認為壁畫共創活動使她們更了解孩子的才能。這種經歷啟發了他們探索類似的親子活動，例如禪繞畫，為孩子培養新興趣。



有自閉特色的小朋友是我們的好幫手

導師的話

記得有一次壁畫活動，來了一位有自閉特色的小女孩，我請她試一下幫忙調色。怎料，她調的顏色的準確度竟達百分之九十五以上，當時我感覺難以置信，以她這年紀來說，實在是很不平凡。於是我告訴這小女孩她似乎有非凡的色感，她面露笑容，繼續主動幫忙調色。其實有自閉特色的孩子跟我們也一樣，有強項也有弱項，只要用心跟他們相處，都能成為我們很好的友伴。

郭老師
錦田壁畫村導師



PROFESSIONAL TRAINING 專業培訓

The following workshops were conducted online. We received positive feedback in all online workshops.

以下均為網上工作坊，參加者的評價都十分正面。

Information Sharing Session 資訊分享會

August 21,
2019

Second Professional
Training Seminar
睿智研討會 (二)

Participants'
Feedback
參加者的回饋

Understanding the rationale behind the Self-regulated Strategy Development (SRSD) and its basic operations, I learnt more about the needs and support for students with ASD when writing.

認識 SRSD 的背後理念及基本操作技巧，令我更了解有自閉特色的學生在寫作上的需要及支援策略。



May 7,
2020

Second SENCO
Seminar
SENCO 研討會 (二)

Participants'
Feedback
參加者的回饋

I learnt more about the needs of ASD students, such as the special difficulties and challenges during the pandemic.

我更了解有自閉特色同學的需要，例如疫症時的獨特困難和挑戰。

THEME
主題



Participants'
Feedback
參加者的回饋

October 10 and 11, 2019

Self-management
(Primary and Secondary sessions)

學習及自我管理

The workshop deepens my understanding on the training methods for ASD students' learning and self-management skills.

工作坊幫助我加深認識有自閉特色學生學習及自我管理訓練方法。

THEME
主題



May 27, 2020

Transitioning to
Secondary School
(Primary session)

升中適應 (小學)

I know more about ASD students' needs and difficulties when transitioning to secondary school.

我更了解 ASD 學生的升中需要和困難。

Participants'
Feedback
參加者的回饋

THEME
主題



Participants'
Feedback
參加者的回饋

December 17, 2019

Thinking and Learning Skills
(Secondary session)

思考及學習技巧 (中學)

I learnt new reading strategies that are helpful to ASD students to improve their reading comprehension.

我學會對 ASD 學生有幫助的閱讀策略，提升他們做閱讀理解的能力。



THEME
主題



Participants'
Feedback
參加者的回饋

April 29 and May 6, 2020

Social Skills with Peers
(Primary and Secondary sessions)
朋輩相處 (小學及中學)

I learnt to help ASD students to acquire social skills and enhance their motivation to make friends. I also gained knowledge of how to teach them the flow and methods in socialising.

我認識如何為校內有自閉特色學生建立朋輩社交技巧和提升他們交友的動機及教導他們社交技巧的流程和方法。

Participants'
Feedback
參加者的回饋

THEME
主題



June 17 and 24, 2020

Peer Inclusion
(Primary and Secondary sessions)
朋輩共融 (小學及中學)

I understand the framework and methods for teaching ASD students to cope with bullying.

我認識教導有自閉特色學生如何應對欺凌的框架和方法。

THEME
主題



Participants'
Feedback
參加者的回饋

June 3 and 10, 2020

Handling Conflicts and Negotiations
(Primary and Secondary sessions)
處理分歧及協商 (小學及中學)

I gain more understanding on situations where ASD students deal with negotiation. The tutor provided concrete suggestions on guiding them how to negotiate.

我對有自閉特色學生面對協商的情況有了更多認識，導師提供了有自閉特色學生處理協商的具體建議。

THEME
主題



Participants'
Feedback
參加者的回饋

June 30 and July 8, 2020

Friendly Behaviour
(Primary and Secondary sessions)
友好行為 (小學及中學)

I understand more about ASD students and how to train up their friendly behaviour. The workshop is well prepared with practical information.

我更認識有自閉特色學生，以及訓練他們友好行為的方法。工作坊準備充足，內容實用。