

童上學·社交樂

香港耀能協會簡介

香港耀能協會於 1963 年創立，針對弱能人士在不同成長階段的個人需要，提供全面的「一條龍」康復服務。本會現有 63 個服務單位，聘用超過 1,400 名員工，每年為超過 8,000 個家庭提供服務。服務範圍包括兒童及家庭支援、特殊學校、成人就業及住宿、社區支援及康復專業學院等。本會的理念是「耀承所授、卓越展能」，我們相信服務使用者能夠運用天賦的才能及後天的努力，發揮所長，展耀光輝。

童上學·社交樂

15 個自閉症兒童的社交困境及支援點子 +
60 個社交技巧訓練活動建議



童上學・社交樂

合編

孫慧敏女士 趙程德蘭博士 合編

計劃小組成員

廖鄧淑芬女士
(香港耀能協會 服務副總主任)

冼權鋒教授
(香港教育學院特殊學習需要與融合教育中心 總監)

韓忻嘉俐女士
(香港耀能協會 高級言語治療師)

趙程德蘭博士
(香港教育學院特殊學習需要與融合教育中心 專業顧問)

孫慧敏女士
(香港耀能協會 言語治療師)

廖恩達博士
(香港教育學院特殊學習需要與融合教育中心 博士後研究員)

出版：香港耀能協會
出版日期：2014年12月

地址：香港北角百福道21號17樓
電話：2527 8978 圖文傳真：2866 3727
電郵地址：ho@sahk1963.org.hk
網址：<http://www.sahk1963.org.hk>

國際統一書號 (ISBN)：978-962-8890-60-6

版權所有，翻印必究



目錄

序	P1
前言	P2
第一部份：轉銜及適應計劃內容	P3
第二部份：15 個常遇困難的社交情境	P9
社交情境 1：與同學共處及玩耍時的表現	P 10
社交情境 2：與同學交談時的表現	P 12
社交情境 3：被欺負、作弄、嘲諷時的表現	P 14
社交情境 4：需要表達自己的情感或有負面情緒時的表現	P 16
社交情境 5：聽課時的表現	P 18
社交情境 6：處理同學違反課室規則時的表現	P 20
社交情境 7：進行堂課活動時的表現	P 22
社交情境 8：對上課環境的表現	P 24
社交情境 9：回答問題時的表現	P 26
社交情境 10：進行小組活動時的表現	P 28
社交情境 11：做功課時的表現	P 30
社交情境 12：面對困難時的表現	P 32
社交情境 13：遇到挫敗、比賽勝負或事與願違情況時的表現	P 34
社交情境 14：對處理個人物品的表現	P 36
社交情境 15：在公共場合個人禮儀的表現	P 38

第三部份：60 個社交訓練活動

P 40

社交技巧 1：理解別人的觀點和感受

P 41

社交技巧 2：理解及表達情感

P 43

- 1 眉目傳球 P 46
- 2 來吃茶點 P 47
- 3 扮嘢至叻星 P 48
- 4 動物巡遊 P 49
- 5 幫助我們的人 P 50
- 6 新聞報告時間 P 51
- 7 誰會知道？ P 52
- 8 「幫幫」超人來了！ P 54
- 9 校長的百寶袋 P 55
- 10 「薯仔人」變臉 P 56
- 11 情緒對對碰 P 57
- 12 新書包 P 58
- 13 送你一份神秘禮物 P 59
- 14 放學後大冒險 P 60
- 15 喜好大風吹 P 61
- 16 喜愛的食物 P 62
- 17 幫忙買東西 P 63
- 18 情感交叉點 P 64
- 19 你今日覺得點呀？ P 65
- 20 老師的獎勵 P 66

社交技巧 3：情緒管理及處理負面情緒	P 67
21 冷靜練習	P 68
22 拔蘿蔔	P 69
23 準備開學了	P 70
24 氣球排球	P 71
社交技巧 4：與朋輩討論、分享、合作、一同遊戲	P 72
社交技巧 5：引發、理解及回應社交溝通	P 72
25 下雨了，小熊要回家！	P 74
26 校車、長凳、籃球架	P 75
27 小小建築師	P 76
28 你來參加嗎？	P 77
29 有商有量	P 79
30 計劃大食會	P 80
社交技巧 6：口語交談	P 81
31 我們的生日會	P 83
32 小记者	P 84
33 交換禮物	P 85
34 對話接龍	P 86
35 再說一次可以嗎？	P 87
社交技巧 7：運用、注意識別及回應別人的非口語訊息	P 88
36 動一動，傳「口信」	P 89
37 看看我在做什麼	P 90
38 猜猜是什麼	P 91
39 估領袖	P 92

社交技巧 8：留意社會規範及作出大家期待的行為、說話風格	P 93
40 你坐好未？	P 94
41 捉老虎	P 95
42 變、變、變！	P 96
43 拼出我的學校	P 97
44 忍耐一下啊！	P 98
45 手偶操作員	P 99
46 沉悶獸	P 100
社交技巧 9：解難能力	P 102
47 解難小博士	P 103
48 搞笑高手	P 104
49 角色扮演：被取笑	P 105
社交技巧 10：行為調節	P 107
50 問題溫度計	P 108
51 角色扮演：不小心？故意？	P 109
52 角色扮演：被拒絕	P 111
社交技巧 11：自我管理	P 112
53 外形糖糰豆	P 113
54 你 Like 唔 Like？	P 114
55 陽光先生你好嗎？	P 116
56 「友善大使」選舉	P 117

社交技巧 12：接受規則、常規或程序上的改變 P 119

57 圖書管理員 P 120

58 機會與暫停 P 121

59 火車遊戲 P 122

社交技巧 13：明白及遵守隱藏的課堂規則 P 123

60 隱藏規則專家 P 125

13 個主要社交技巧及相關訓練活動總表 P 128

參考文獻 P 138

附件：「初小自閉症融合生所需主要社交技巧」調查結果 P 139

香港耀能協會自閉症相關刊物 P 141



序

香港耀能協會在支援自閉症融合生的經驗中，體會到切合需要的社交溝通訓練，對順利融合至為重要。有見及此，本會與香港教育學院特殊學習需要與融合教育中心，合作進行了「初小自閉症融合生所需主要社交技巧調查」計劃，收集小學教職員及家長的意見，找出自閉症融合生在校園生活中最常遇到困難的社交情境，以及所需的社交技巧。

結果分析顯示，初小自閉症融合生在社交及情緒適應方面，一般較課堂適應方面弱。一些相關的社交技巧必須提早預備及加強，方能較有效地幫助他們融入普通學校的學習環境。

根據調查所得資料，本會與香港教育學院特殊學習需要與融合教育中心合作，發展編制這本活動冊。活動冊針對調查結果顯示的 15 個校園生活中，自閉症融合生最常遇到困難的社交情境，提供實用的支援建議；同時，縱觀這些困難情境，所涉及的有 13 個主要社交技巧，本活動冊亦提供對應的訓練活動建議。

在此，感謝計劃小組成員的努力，期望此活動冊能為老師及家長提供一點參考，為自閉症融合生設計針對性的社交溝通訓練。

香港耀能協會
兒童及家庭支援服務總主任
黎鄭東玲女士
二零一四年十二月



前言

現時本港有不同的非政府組織及私人機構為即將升讀普通小學自閉症兒童舉辦「小一適應」計劃或課程，讓教學人員及家長能及早預備自閉症兒童融入普通小學及提升其社交適應能力。因此，我們基於「初小自閉症融合生所需主要社交技巧」調查結果而編寫《童上學・社交樂》活動冊，希望達至以下的目的：

- ✓ 為教職員及家長就初小自閉症融合生最常出現困難的社交情境提供支援建議
- ✓ 透過分析共融學習中最需要的社交技巧，發展出一系列針對性的訓練活動，供學前現職老師、準老師及家長參考，以加強現時社交訓練服務

本活動冊內容分以下三部份：

第一部份：轉銜及適應計劃內容

介紹本會現行的「小一適應」計劃及「支援自閉症兒童升讀普通學校先導計劃」

第二部份：15 個常遇困難的社交情境

就初小自閉症融合生常遇困難的 15 個社交情境，分析情境內所需的社交技巧（「社交技巧話你知」），並提出一些可行的支援建議（「支援小點子」）

第三部份：60 個社交技巧訓練活動

就 13 個主要社交技巧建議 60 個相關訓練活動

運用本活動冊時，請注意內裡的建議只屬一般原則。因此，相關教學人員及家長需剖析學童問題背後的原因，再選取相應的方法針對每名學童作個別化的考慮和處理。此外，為讓自閉症學童融入學習環境，普通小學全校參與融合教育政策的配合是不可或缺的，其中包括促進校園共融文化、提升學童參與活動的機會、增加設施和加強教職員培訓，並透過全校三層支援模式，在課程、學與教等方面為自閉症融合生作出全方位的支援，才可有效地幫助他們融入主流學校生活。

第一部份：轉銜及適應計劃內容

本會現行的「小一適應」計劃簡介

為配合融合教育的趨勢，促使中心合適的學童能及早適應普通學校的上課模式及流程，本會為就讀早期教育及訓練中心和特殊幼兒中心的幼兒提供小一適應計劃。

中心主任、治療師和幼兒教師會為適合參加此計劃的學童訂立推行的計劃大綱，包括：時間、地點及詳細訓練項目。在過程中，搜集小學教學新趨勢的資料以緊貼小學上課的模式，針對幼兒的適應及早介入。另一方面，也期望得到家長的配合，以促使計劃更趨完善。

中心專業團隊會考慮硬件及軟件的配套。硬件配套包括學童上學時的個人物資、設定特定的教學環境及教材，而軟件配套則包括因應個別需要而設計有效的教導方法及技巧。

此計劃分階段推行，所有訓練均在模擬課堂進行。在教學流程初期，會設立不同學科的課堂，讓學童適應專科分教、分組學習模式及小息安排等，亦會加強自理及抄寫技能訓練。在中期的學習階段，會加入抄寫手冊的環節及嘗試帶午膳餐盒在學校用餐。在後期，亦會加入專題研習的學習活動以強化小組討論技巧、解難、合作及匯報的能力。各安排及配合詳情如下：

上學前預備

穿校服及運動服

- 教導學童適應及學習處理不同款式的校服，男孩子是西褲配皮鞋，而女孩子則是裙配皮鞋
- 培養學童按時間表穿校服或運動服及之間的轉變

上學前預備

書包及文具

- 教導學童妥善管理自己的物件、執拾書本、功課及書包
- 書包清單包括書本、練習簿、毛巾盒、水樽、餐具及圖工用品等；筆袋內包括鉛筆、擦膠、間尺、剪刀及漿糊筆等；而功課袋則通常包括手冊 / 家課及通告 / 回條

課堂學習

學習環境

- 介紹小學的設施，包括課室、校務處、教員室、校長室、男女洗手間、會議室、禮堂、圖書館、醫療室、操場、音樂室、視藝室等
- 介紹課室佈置及座位安排

常規訓練

- 學習普通小學的常規，如：如何收或轉交功課簿、擺放椅子、抄寫手冊、收拾書包及如何排隊進出班房等
- 教導學童在早會及放學集隊時的禮儀和規則
- 教導學童值日生、行長、班長等角色及職責

體驗新的學與教模式

- 運用模擬的小學課本及作業
- 介紹小學上課的時間表、新的堂種如視藝、德育、體育、科學課等，有些課堂需要在特別的課室上課，亦會由不同的老師任教
- 學習溫習、參與默書、測驗、聆聽練習及做堂課等
- 學習小組討論及匯報技巧
- 學習理解課室指令、服從校規等

課堂以外

小息計劃及安排

- 教導學童適應小息的安排及如何運用時間
- 加強自我照顧能力，訓練學童管理小息用品，包括攜帶水樽、小食及紙巾等，以培養其獨立自主及與人分享的能力
- 教導學童學習現時小學流行的遊戲如猜包剪揼、跳飛機等，促使他們容易融入同學間的遊戲及學習接受勝負

自理能力

- 學習使用飯盒進食午餐及自備餐具
- 學習在指定的時間內完成午膳，並收拾餐具
- 學習表達如廁需要及自行如廁
- 加強管理自己物件的能力

社交溝通訓練及提升解難能力

- 學習介紹自己及認識同學的方法
- 加強與人交往及互動對話
- 學習與人共同合作的態度和能力
- 明白及接受比賽的規則及結果
- 加強情緒控制能力
- 遇到困難時，學習自行嘗試解難或尋求他人的協助

實地觀察

小學試讀計劃

- 模擬的教學環境與實際情況往往有差距，所以中心亦會安排參觀小學或借用小學推行此計劃

與家長合作

- 定期舉行家長講座或小組，讓家長從不同層面（如：社交、情緒、學習）了解幼兒的需要，以便為子女升讀小一作好準備
- 鼓勵家長培養子女明白每天收拾書包、習作、文具、自理物品及午餐盒是自己的責任
- 鼓勵家長培養子女有良好的學習態度，遇到不明白的地方宜舉手發問，建立勇於嘗試、不易放棄的學習精神
- 鼓勵家長培養子女明白專心上課、溫習及做功課是自己的責任
- 為培養時間管理的觀念，建議家長可為子女編訂生活作息的時間表，亦可教子女學會每天閱讀課外書、自娛及自律，並戒除午睡的習慣
- 建議家長及早培養子女的自我照顧能力並讓他們協助做家务
- 建議家長多聆聽子女的感受，每天抽十分鐘與子女傾談，給予支持及安慰
- 給家長培養孩子習慣新環境及克服困難的小貼士：
 - ✓ 開學前宜帶孩子參觀學校，開學後並按時接送孩子
 - ✓ 藉與其他家長傾談，製造機會讓孩子認識新朋友，促使其不致感到孤單害怕
 - ✓ 放學後，宜引導孩子向家長談談學校的情況
 - ✓ 可教導孩子記下兩三位同學的電話號碼，以便有需要時作聯絡
 - ✓ 可邀請鄰居 / 幼稚園的同學聚舊，分享小學生活及經驗
 - ✓ 開學前，可與孩子一起閱讀「升學了」故事冊（可在教育局網頁下載：<http://www.edb.gov.hk/attachment/tc/curriculum-development/major-level-of-edu/primary/materials/storybook2003.pdf>）。

「支援自閉症兒童升讀普通學校」先導計劃簡介

本會自 2008 年起獲公益金贊助推行此計劃，目的是協助學前自閉症兒童順利轉銜到普通小學。此計劃成員包括言語治療師、職業治療師、教育心理學家及社工，他們與校方合力為每位學童度身訂造支援方案，透過多元化的服務，協助學童順利適應小學生活。此計劃至 2014 年共服務了 126 間小學，接受服務的學童人數達 189 位。

本計劃的服務包括：

轉銜期：入學前

目標：

- 提升學童適應小一的能力
- 協助學校盡早了解學童的各方表現及需要

內容：

- 舉辦暑期小組預備學童升讀小一，內容包括：學習遵守學校規則、社交溝通、情緒管理及抄寫訓練
- 為每位學童撰寫個人檔案「小一適應錦囊」，供學校參考，並到校向教職員講解。檔案內容包括：曾接受的訓練、學前學習情況、喜惡或習慣、社交溝通表現、情緒行為表現，感統需要、抄寫表現及曾採用的有效處理方法等
- 提供資訊幫助家長為子女升讀小一作好準備

適應期：入學初期

目標：

- 幫助學童建立正確規範，包括：手冊抄寫、上課規則、集隊規則、個人物品管理、課堂專注等
- 建立正確禮儀，包括：合宜的表達、溝通模式、所需調適和支援

內容：

- 與校方人員一同訂定「個別支援方案」(包括個別目標及建議跟進方法)
- 到校觀察，講解以及跟進學童的適應情況，並向校方人員提出相關建議，定期作聯絡溝通，跟進建議
- 按需要為學校舉行教師專業培訓，內容包括：認識自閉症學童的特徵、處理方法、常用介入模式、個案討論等
- 與家長定期聯絡，跟進其子女在校適應情況，提供建議

融合期：入學中後期

目標：

- 重點輔導學童各方面的社交技能，包括：朋輩相處、情緒控制、解難技巧等

內容：

- 舉行家長分享會，分享計劃進展及有效幫助子女適應的貼士
- 與家長個別面談，討論學童在校的情況
- 舉辦訓練小組，以加強學童的社交溝通、情緒管理及解難的能力
- 到校觀察個別學童適應情況，並與老師討論及跟進學童情況
- 與校方檢討學童的整體進展

參與的學校均認為支援服務的成效顯著，能減少因為不熟悉學童情況而產生的誤解，省卻學校摸索的時間，其中，他們認為「小一適應錦囊」尤其實用。另外，透過多方面的支援，無論是老師或是家長都增加了對自閉症學童適應新學校的信心，因而能有效地去為學童計劃建設性的支援。

本會結集了多年實際的學校支援經驗，已出版了《「從轉銜、適應到融合」 - 幫助自閉症學童融入普通小學》一書，介紹易於實踐的方法及例子，供業界參考。另一方面，家長的積極參與也是學童順利轉銜的關鍵因素。因此，本會亦出版了「家長篇」，以助家長更有效地預備學童融入普通小學，內容包括：轉銜預備、功課 / 常規適應、預備考試、行為情緒、社交 / 朋輩相處和家長增值等。



第二部份：15 個常遇困難的社交情境



這部份記錄了初小自閉症融合生在小學生活中最常遇到困難的 15 個社交情境。另外，還有相關的「社交技巧話你知」和「支援小點子」，快快打開看一看吧！

★ 「情境放大鏡」：初小自閉症融合生在小學生活中最常遇到困難的 15 個社交情境（排名不分先後）

1. 與同學共處及玩耍時的表現
2. 與同學交談時的表現
3. 被欺負、作弄、嘲諷時的表現
4. 需要表達自己的情感或有負面情緒時的表現
5. 聽課時的表現
6. 處理同學違反課室規則時的表現
7. 進行堂課活動時的表現
8. 對上課環境的表現
9. 回答問題時的表現
10. 進行小組活動時的表現
11. 做功課時的表現
12. 面對困難時的表現
13. 遇到挫敗、比賽勝負或事與願違情況時的表現
14. 對處理個人物品的表現
15. 在公共場合個人禮儀的表現

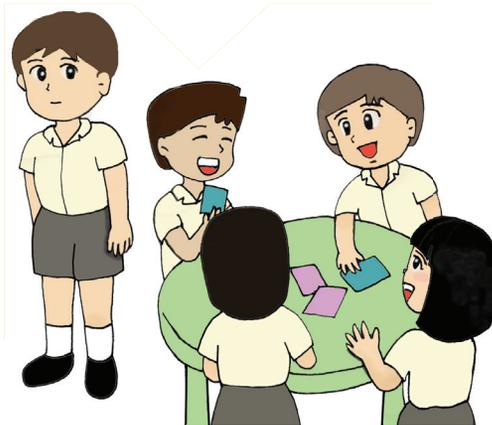
★ 「社交技巧話你知」：分析在該情境中所需的最主要社交技巧（相關社交訓練活動可參考本活動冊第三部份）

★ 「支援小點子」：列出一些可行的支援建議

社交情境 1： 與同學共處及玩耍時的表現

情境放大鏡

- ◆ 少朋友
- ◆ 自我中心，不理解別人感受
- ◆ 不懂禮儀
- ◆ 常告發或投訴同學
- ◆ 誤讀別人的表情或身體動作
- ◆ 以不恰當的方式與人交往（如：打人、跟隨 / 追著自己特別有興趣的同學）
- ◆ 不懂得與同學玩耍
- ◆ 不跟從遊戲的規則



社交技巧話你知：

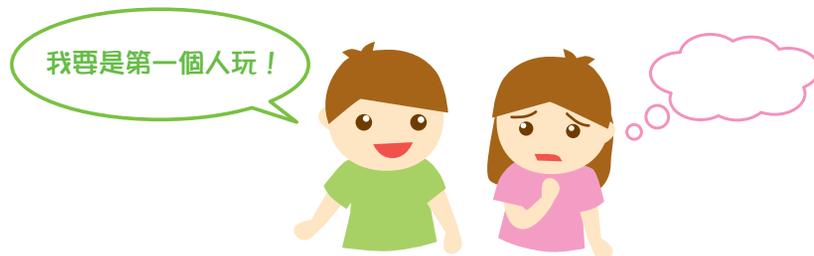
出現以上困難很可能是因為欠缺以下的社交技巧：

- 理解別人的觀點和感受
- 與朋輩討論、分享、合作、一同遊戲
- 引發、理解及回應社交溝通
- 運用、注意識別及回應別人的非口語訊息（如：手勢、動作、表情、眼神、語調）

支援小點子：

- 1 透過社交環境，直接向學童示範合宜的社交禮儀（如：高興時，可與人做「擊掌」動作）或應有的社交技巧（如：當大家各持己見時，可以用猜包剪揀、少數服從多數、一人讓一次等方法解決），讓他作學習。

- 2 透過使用漫畫、想法泡泡或角色扮演活動，讓學童學習及體驗不同交往方式的影響與後果。成人可以用提問形式，可以說：「你看看別人有甚麼感受？」或「你認為他會怎樣想？」，協助學童明白自己的行為會如何影響他人，然後再學習合宜的處理方法。

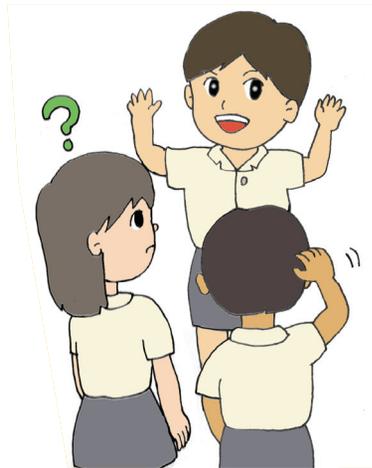


- 3 讓學童觀看有關社交情境的錄影片段，與他一起找出需要改善的地方及討論合適的處理方法。
- 4 用文字提示卡教導學童運用適當的語句，在合適的時候向同學提出希望加入遊戲、表示友好或提議解決爭議的方法，可以說：「（稱呼別人），同我一齊玩」、「到你」、「等一等」、「不如我們猜包剪揼決定啦，好嗎？」。
- 5 老師可安排班中同學作「小天使」，在小息時主動邀請學童加入活動，幫助其建立朋友圈；家長亦可透過在學校做義工的時間，主動接觸子女班中的同學，為學童製造社交機會，如：邀請同學到家中玩耍，以協助他們建立友誼。
- 6 教導學童結交朋友時，可採用以下的方法：
- ✓ 向朋友表達友善，如：微笑、讚賞他人
 - ✓ 多與他人分享或作出邀請
 - ✓ 向他們表達自己希望與他們做朋友，如：想參與他們的活動
- 7 透過用一些假設的情境（如：被同學踏到、同學執拾地上的物件時碰到學童的手），與學童分辨哪些行為是無意，哪些是惡意的，並討論可以怎樣做。同時，也可以教導學童宜有願意原諒別人的胸襟。

社交情境 2： 與同學交談時的表現

情境放大鏡

- ◆ 距離太近
- ◆ 聲量太大
- ◆ 不能維持同一話題
- ◆ 只顧說自己感興趣的事
- ◆ 問一些不恰當的問題來開啟話題
- ◆ 給予不適當的回應
- ◆ 眼神接觸弱
- ◆ 甚少與同學交談



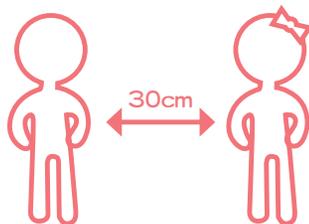
社交技巧話你知：

出現以上困難很可能是因為欠缺以下的社交技巧：

- 口語交談技巧
- 引發、理解及回應社交溝通
- 運用、注意識別及回應別人的非口語訊息（如：手勢、動作、表情、眼神、語調）
- 留意社會規範及作出大家期待的行為、說話風格（如：禮貌、態度、距離、聲量、因應對象改變話題和態度）

支援小點子：

- 1 利用圖像具體地教導學童與人談話時宜保持合適的距離（如：一隻手臂的距離或約 30cm 的距離）。



- 2 運用視覺策略（如：聲量控制表）提醒學童在不同的場合宜使用合宜的聲量說話。

合適的聲量



- 3 當學童只說自己有興趣的題目或給予不恰當的回應時，成人可直接運用語句停止學童離題的說話，可以說：「我們現在正在說 _____，請你也一起談這個話題吧！」
- 4 透過討論，練習如何與人維持同一話題，以三人一組，兩位作傾談，而一位作觀察者，每次學童能成功就相同話題交談，觀察者可給予同學分數，在一定時限後可互換角色。
- 5 老師或家長可以把如何運用基本的交談技巧（包括眼神接觸、引起對話、邀請別人加入、輪流發言的概念等）以情境故事的方式表達，讓學童透過閱讀故事學習。

社交情境 3：

被欺負、作弄、嘲諷時的表現

情境放大鏡

- ◆ 不懂分辨「自願分享」和「被迫分享」
- ◆ 被同學搶零食
- ◆ 不懂分辨別人是真心讚許他還是作弄 / 取笑他
- ◆ 被同學作弄時不懂當場拒絕或處理
- ◆ 言語欺凌的情況出現可能較行為欺凌多



社交技巧話你知：

出現以上困難很可能是因為欠缺以下的社交技巧：

- ☑ 解難能力
- ☑ 理解別人的觀點和感受
- ☑ 理解及表達情感
- ☑ 與朋輩討論、分享、合作、一同遊戲
- ☑ 運用、注意識別及回應別人的非口語訊息（如：手勢、動作、表情、眼神、語調）

支援小點子：

- 1 教導學童可以在適當的時候拒絕別人，可以說：「我也很喜歡這個_____，不想交換」。
- 2 透過角色扮演讓學童面對不同的情境（如：同學協助學童拿取功課、同學倒水在學童的飯盒內），分辨哪些情況是好意、哪些是故意作弄或取笑，再與他一起找出合適的解決方法。
- 3 當發現學童遇到言語上的欺凌時（如：被取笑、起花名），可教導他不要表現憤怒、害怕和不開心，要顯示自己不在乎，並放鬆、勇敢地回應欺凌者，可以說：「那又如何！」、「無所謂」、「不要作弄我」，然後慢慢走開。如學童遇到行為上的欺凌時（如：拳打腳踢），可教導學童避開欺凌者，不要與他說話或玩耍，並嘗試多與其他同學在一起，適當時也應立即離開現場找可信賴的成人（如：老師、家長）協助。
- 4 要幫助學童學習在被取笑時保持冷靜，家長可以在家中透過角色扮演假裝互相取笑（如：重覆別人取笑學童的話）。練習時間可以由五秒開始，再慢慢加長時間。若學童能忍耐並保持冷靜，可以給予獎勵。
- 5 與學童簡單寫下及分析不同回應方法的利弊，引導他選擇適當的方法。例如：

回應方法

後果

發脾氣	欺凌者覺得有趣，會繼續取笑 / 作弄自己
大哭	欺凌者覺得有趣，會繼續取笑 / 作弄自己
垂下頭不說話	欺凌者覺得有趣，會繼續取笑 / 作弄自己
用說話反駁	欺凌者覺得有趣或被激怒，會報復
表現不在乎，並放鬆、勇敢地回應	欺凌者覺得沒趣，可能不會再取笑自己

社交情境 4：

需要表達自己的情感或有負面情緒時的表現

情境放大鏡

- ✦ 容易感到焦慮及不安
- ✦ 不會與人分享感受
- ✦ 太直接表達而不理他人感受
- ✦ 不滿意時掩耳尖叫
- ✦ 不懂控制情緒、容易發怒、報復心強
- ✦ 負面情緒可能持續一段時間，因而影響課堂或朋輩相處



社交技巧話你知：

出現以上困難很可能是因為欠缺以下的社交技巧：

- 理解及表達情感
- 情緒管理及處理負面情緒
- 留意社會規範及作出大家期待的行為、說話風格（如：禮貌、態度、距離、聲量、因應對象改變話題和態度）

支援小點子：

- 1 在校內如能安排學童較熟悉及信任的人（如：老師、助理、輔導員等）協助，可幫助他們分享感受。如學童不能自行講述引發情緒的事件經過，老師和家長亦可以用引導式的提問，包括：「何時？」、「何地？」、「何人？」、「什麼？」、「為何？」、「如何？」等，來協助學童敘述。

- 2 了解學童出現負面情緒的原因後，再教導他用適當的方法（如：運用視覺策略）表達和處理情緒，協助自己冷靜下來。

• 視覺提示圖卡：情緒溝通圖 •



開心



唔開心



嬲



驚

• 提示字句 •

我覺得 _____，因為 _____。

• 視覺提示圖卡：冷靜方法 •



深呼吸



放鬆



休息



伏在枱面



按著手

- 3 運用「情緒紅綠燈」教導學童情緒有程度之分，讓他們明白什麼情況會導致不同程度的情緒。若是小問題，先停在綠燈想一想，不用一下子去紅燈。



我覺得生氣及不開心

停一停，深呼吸、冷靜一下、想一想好辦法

嘗試實行好辦法

- 4 有需要時亦可在校園某個安靜的地方設立「安全堡壘」，讓學童在那裡運用放鬆方法或小休舒緩壓力，但切記「安全堡壘」不可成為隔離或逃避上課的地方，學童在小休後需繼續課堂活動。
- 5 家長可多與學校溝通，方便雙方了解學童的情況及訂立一致的處理方法，亦有助學童克服困難，抒解困憂。

社交情境 5：

聽課時的表現

情境放大鏡

- ✦ 不能遵照老師指示
- ✦ 不能安坐或保持安靜
- ✦ 上課時以不恰當的行為引人注意
- ✦ 只顧做自己喜歡的事

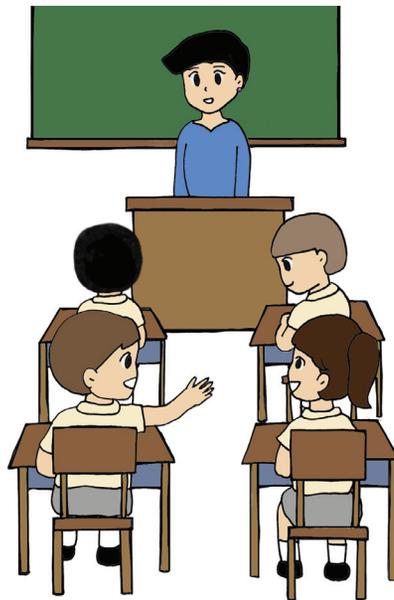
社交技巧話你知：

出現以上困難很可能是因為欠缺以下的社交技巧：

- 明白及遵守隱藏的課堂規則
- 留意社會規範及作出大家期待的行為、說話風格（如：禮貌、態度、距離、聲量、因應對象改變話題和態度）
- 行為調節

支援小點子：

- 1 家長可加強訓練學童分辨不同科目的課本，以及理解小學中常用的詞彙，如：__班（表示全班同學，包括學童自己）、第__頁、第__課等，以幫助他在課堂上明白及依隨老師的指示。
- 2 家長可向學童介紹不同崗位的工作及職責（如：班長負責幫助老師處理事務、行長/組長負責收集整齊自己那一行或組的功課或物資、值日生負責清潔黑板及掃地等），讓學童更明白老師的指示而作出適當的行動。
- 3 家長及老師可教導學童在課室內的潛藏規則（請參考第三部份「明白及遵守隱藏的課堂規則」P.123），並以體驗活動提供實習機會。



- 4 老師可運用視覺策略（如：文字提示、規則圖、程序圖）提示學童遵守課室規則。

• 課室規則圖 •



• 敬禮程序圖 •

當聽到老師或班長說「起立」時，我要：



• 用文字提示放置物品的地方 •



- 5 由於不可能列出所有潛藏的課堂規則，老師可安排能力較高的同學坐在學童旁邊給予提示或協助，引導學童留意及跟隨周圍同學的行動（如：拿取課本）。
- 6 若學童做出引人注意的不恰當行為，老師可刻意忽視，亦勸導其他同學一致地不理會他，直至他停止該行為。同時，亦可運用個別 / 組別 / 全班的獎勵計劃及具體回應，可以說：「老師欣賞 __ 能夠留心聆聽，鼓勵學童建立良好的課堂行為。」
- 7 如學童能跟上課程及課堂內容，家長可不用在家預習第二天的課文，避免學童上課時覺得沉悶。

社交情境 6：

處理同學違反課室規則時的表現

情境放大鏡

- ◆ 即時代替老師自行處理（如教訓同學）
- ◆ 告發同學
- ◆ 發脾氣

社交技巧話你知：

出現以上困難很可能是因為欠缺以下的社交技巧：

- ☑ 理解別人的觀點和感受
- ☑ 情緒管理及處理負面情緒
- ☑ 留意社會規範及作出大家期待的行為、說話風格（如：禮貌、態度、距離、聲量、因應對象改變話題和態度）
- ☑ 解難能力



支援小點子：

- 1 當學童情緒開始激動時，老師可提醒學童檢視那問題是否影響別人和課堂，並運用「情緒紅綠燈」提醒他調節情緒。
- 2 老師或家長可以給學童一張座位表，教導他當遇到有同學做出一些違規的行為時，可以保持冷靜，在座位表上做一個符號作記錄，之後便繼續留心上課。下課後再向老師匯報。
- 3 家長可教導學童要有願意原諒別人的胸襟，再透過一些假設的情境（如：同學甲與同學乙上課時只顧傾談，沒有留心），教導學童每當想投訴同學時，先「停一停、想一想」，同學的行為是否「大件事」，即會為自己或其他同學帶來很大的傷害或騷擾，若然不是，可能只是「小事」一樁，就可以原諒同學。
- 4 教導學童不宜自行處理同學的違規行為，宜由老師作跟進。

社交情境 7： 進行堂課活動時的表現

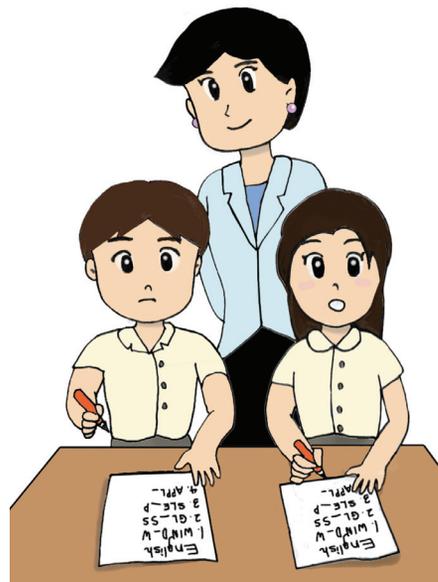
情境放大鏡

- ◆ 進行其他工作
- ◆ 不願意做
- ◆ 抄答案，引起同學不滿
- ◆ 未能限時完成堂課，不肯按老師指示先收拾、再補做
- ◆ 做完堂課，等候其他同學時做不恰當的事，如：畫枱

社交技巧話你知：

出現以上困難很可能是因為欠缺以下的社交技巧：

- 理解別人的觀點和感受
- 解難能力
- 接受規則、常規或程序上的改變



支援小點子：

- 1 老師及家長可加強訓練學童以下能力，從而協助其在課堂中完成堂課及收拾：
 - ✓ 從黑板 / 白板抄寫資料到書簿上
 - ✓ 抄家課冊
 - ✓ 理解常見的題目字眼，如：「圈出」、「填上」
 - ✓ 理解常見的課室指示，如：「收拾」（將有自己名字的上課用品收起），「傳」/「派」（將東西傳 / 派給別人）
- 2 老師可編排較為樂於助人的同學坐在學童旁邊，從旁協助學童解決困難。
- 3 老師及家長可教導學童一些求助的語句，例如可以說：「我唔識，唔該幫我_____」。
- 4 老師可在課堂開始時先向學童作出預告，讓他知道課堂的學習目標、流程及時限，提高適應及合作性。
- 5 可運用計時器教導學童明白限時完成的意思，並教導其未能依時完成或提早完成時可以怎麼辦（如：可以在小息時或下課後回家完成、不可完成老師沒有吩咐做的範圍、可收起文具伏在枱面等候）。
- 6 若學童堅持完成所有堂課才收拾，老師可以先安撫其情緒，再提議可行的解決方法。

社交情境 8： 對上課環境的表現

情境放大鏡

- ◆ 對新環境敏感，要仔細觀察完才可安坐
- ◆ 活動或課堂轉換了環境或課室便不能接受

社交技巧話你知：

出現以上困難很可能是因為欠缺以下的社交技巧：

- 行為調節
- 接受規則、常規或程序上的改變
- 情緒管理及處理負面情緒

支援小點子：

- 1 學校可安排教學助理預先帶領學童參觀新的學習環境，並在那裡運用視覺提示圖卡教導上課時合宜的表現。如有需要，亦可錄製影片介紹老師，讓學童在開學前預先認識他們。另外，家長也可預先讓學童觀看不同形式的課堂影片（可參考網上資源，如：<http://outstandingteachers.etvonline.tv/intro.html>），以了解小學的上課模式。



- 2 若學童開始情緒激動，老師可先安撫學童，接納及明白他的不安及想法，再簡單解釋轉換活動或課室的原因，並說出轉換安排的指示。同時，亦可運用「情緒紅綠燈」提醒學童表達及調節情緒。
- 3 老師及家長可教導學童從朋輩示範學習如何接受轉變，並跟隨同學一起行動（如：需要轉課室時，可以安靜排隊，跟著同學一起慢慢走到新安排的課室）。
- 4 如預計將有活動改變時，老師可先向學童作出預告，避免學童產生不安的情緒，例如：十一月五日安排了外出活動或參觀，可在壁報板貼出日曆，並數日子作出預告。若有需要，亦可加上視覺策略（如：相片）預告活動當天的情況，如旅行當天可進行的活動、進食的食物等。

11月 Nov

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
1	2 X	3 X	4	5 參觀	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

- 5 老師宜安排學童坐在課室較前及正中的位置，避免讓其坐近門窗，以提升專注。
- 6 若懷疑學童有感覺統合失調的情況而對環境過度敏感，可轉介其接受職業治療師的評估。

社交情境 9： 回答問題時的表現

情境放大鏡

- ✦ 不舉手隨意回答
- ✦ 沒按照指示搶答
- ✦ 回答問題時過於興奮
- ✦ 同學答錯時取笑別人，或自行大聲地把答案說出來



社交技巧話你知：

出現以上困難很可能是因為欠缺以下的社交技巧：

- ✓ 情緒管理及處理負面情緒
- ✓ 留意社會規範及作出大家期待的行為、說話風格（如：禮貌、態度、距離、聲量、因應對象改變話題和態度）
- ✓ 行為調節
- ✓ 明白及遵守隱藏的課堂規則

支援小點子：

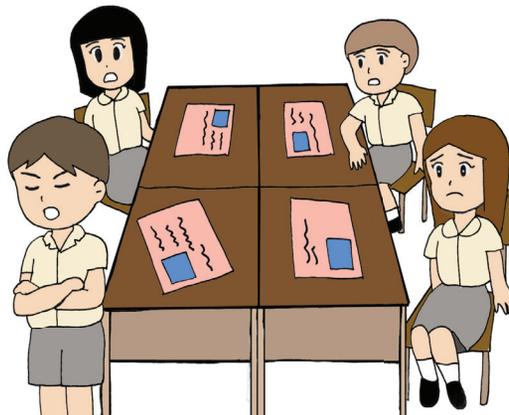
- 1 老師在課室內可運用金句或圖卡提示學童課堂的發言規則，如：「先聆聽、後舉手、等叫名、可發言」、「請勿打斷說話」等。
- 2 當學童表現過於興奮時，老師可嘗試用以下方法幫助其冷靜：
 - ✓ 暫停活動，減少環境刺激
 - ✓ 讓學童到安靜的地方（如：「安全堡壘」）休息
 - ✓ 讓學童深呼吸或用飲管喝水
 - ✓ 用堅定的力度和均衡的速度按壓學童的肩膀
 - ✓ 請學童進行有目標及重力的活動（如：協助老師搬運體育用品）
- 3 透過創作情境故事或漫畫，配合想法泡泡「」，讓學童學習及體驗同學答錯時取笑別人或自行把答案大聲說出來的影響與後果。成人可以用提問形式跟學童說：「你覺得同學有甚麼感受？」或「你猜猜老師會怎樣想？」，協助學童明白自己的行為會如何影響他人，之後再學習合宜的做法（如：待老師再提問，才嘗試舉手補答。如老師不再提問，應保持安坐）。上列活動亦可配合角色扮演作演練。



社交情境 10： 進行小組活動時的表現

情境放大鏡

- ◆ 不合群
- ◆ 分組時被排斥
- ◆ 不理會別人意見
- ◆ 不願分享自己的想法
- ◆ 不願參與非常規的小組活動



社交技巧話你知：

出現以上困難很可能是因為欠缺以下的社交技巧：

- 理解別人的觀點和感受
- 與朋輩討論、分享、合作、一同遊戲
- 口語交談技巧
- 運用、注意識別及回應別人的非口語訊息（如：手勢、動作、表情、眼神、語調）
- 留意社會規範及作出大家期待的行為、說話風格（如：禮貌、態度、距離、聲量、因應對象改變話題和態度）
- 行為調節

支援小點子：

- 1 分組時，老師可按學童的特質來組合組員，亦可安排能力較高的同學輪流協助學童，組內人數也可相應減少。
- 2 老師可用語句提示卡教導學童如何邀請同學一組，提示句如：「（稱呼同學），不如我和你一組呀？」。
- 3 老師可教導學童被同學拒絕時的解決方法，如：嘗試邀請另一位同學、找老師幫助。
- 4 學校可舉辦班本共融活動，如：透過共融講座簡單講解社交能力弱可能會引致的人際交往問題，以及恰當的處理方法，幫助同學接納差異。
- 5 運用情境故事教導學童小組討論時的潛藏規則，並可運用討論語句及步驟提示卡、討論大綱及引導思考問題與學童進行討論活動，讓其學習討論時的程序及技巧。

• 討論語句提示例子 •

「我哋而家傾 _____。」

「我認為 _____，因為 _____。」

「你有咩意見？」

「我同意 / 唔同意你嘅意見，因為 _____。」

「我唔明白，你可唔可以講多次？」

• 討論步驟提示例子 •

- a. 望向參與討論的同學
- b. 聆聽同學的說話
- c. 等候同學說完停下來
- d. 簡單說出自己的意見
- e. 詢問同學的意見
- f. 與同學交替聆聽及表達意見
- g. 總結及接受討論結果

社交情境 11： 做功課時的表現

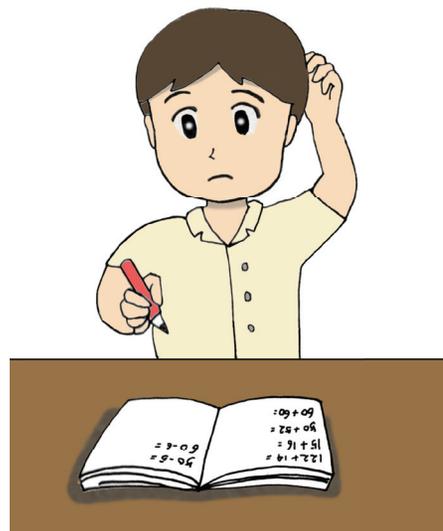
情境放大鏡

- ✦ 作句或作文時堅持自己的想法
- ✦ 不願意做自己興趣範圍以外的功課
- ✦ 不能在限時內完成
- ✦ 因未能完成功課影響情緒，繼而影響家庭的整體氣氛

社交技巧話你知：

出現以上困難很可能是因為欠缺以下的社交技巧：

- ☑ 解難能力
- ☑ 行為調節
- ☑ 接受規則、常規或程序上的改變
- ☑ 情緒管理及處理負面情緒



支援小點子：

- 1 家長可運用計時器（如：鬧鐘、煮食用計時器）配合獎勵計劃，讓學童學習要按時完成功課。

<p>好孩子存摺簿</p>  <p>孩子姓名：_____</p>	<p>我_____承諾要做個 好孩子，並會努力遵守 以下的規則：</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>孩子姓名：_____</p> <p>家長姓名：_____</p> <p>日期：_____</p>	<p>好行為記錄表</p> <table border="1"><tr><td>1</td><td>2</td><td>3</td></tr><tr><td>4</td><td>5</td><td>6</td></tr><tr><td>7</td><td>8</td><td>9</td></tr><tr><td>10</td><td>獎禮物 一份</td><td></td></tr></table>	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	獎禮物 一份	
1	2	3												
4	5	6												
7	8	9												
10	獎禮物 一份													

- 2 家長可安排抄寫的功課與需動腦筋的功課（如：中文和數學）交替地進行，使左右腦輪流休息，有助學童提升專注力。
- 3 完成和未成功課分類放在桌上，每完成一項功課可給予學童小讚賞（如：蓋印），讓學童清楚知道餘下未完成的功課數量，建立完成目標，創造成功感。
- 4 做功課每二十至三十分鐘可讓學童休息五至十分鐘，期間可讓他起來走動（如：到窗邊看風景、到廚房倒水、到洗手間洗臉）或咀嚼一些酸味的軟糖作獎勵，有助延長及提升專注力。
- 5 遇到不懂的地方時，家長可教導學童按已學的知識嘗試猜測答案，亦可用「告示貼」和鉛筆標示出不明白的地方，待完成全部課題後再找家長協助。

社交情境 12： 面對困難時的表現

情境放大鏡

- ◆ 不懂解決問題或求助
- ◆ 不懂分辨大小的問題而傾向用極端方法解決
- ◆ 太多負面想法以致不能正面處理

社交技巧話你知：

出現以上困難很可能是因為欠缺以下的社交技巧：

- 情緒管理及處理負面情緒
- 解難能力
- 留意社會規範及作出大家期待的行為、說話風格（如：禮貌、態度、距離、聲量、因應對象改變話題和態度）
- 行為調節

支援小點子：

- 1 家長可在日常生活中營造自行解難的機會（如：吃飯時沒有餐具或把餐具掉在地上、洗手時弄濕了衣服），或透過角色扮演讓學童面對不同的困難，再引導他找出合適的解決方法。



- 2 針對學童的特點及需要，教導學童為校內發生的事情，分辨是大問題或小事，學習回應及處理事情的方法，如：

例子	小事	大問題	態度	處理方法	後果
寫錯字、 拿不到禮物	✓		輕鬆面對	下次再努力 / 嘗試	輕微
罵老師、在課室 內大吵大鬧		✓	檢討過失，承擔後果， 可能會被懲罰	(按事件教導解決方法)	嚴重

- 3 教導學童分辨解決困難的好主意與壞主意，比較不同的主意造成的後果（如：壞主意會令小問題變大問題），再選擇合適的處理方法，如：

小問題：在活動中拿不到禮物

好主意：先冷靜，在下一次活動中再嘗試	壞主意：大哭、推人、推枱檯
後果： <ul style="list-style-type: none"> 可繼續活動，仍有機會拿到禮物 可以在老師和同學心中留下良好的印象 同學會願意與自己一起進行活動 <p style="text-align: center;">↓</p> <p style="text-align: center;">小問題可解決</p>	後果： <ul style="list-style-type: none"> 活動可能會暫停，自己不會有機會拿禮物 可能會被老師懲罰 可能會傷害同學 同學不想與自己做朋友 <p style="text-align: center;">↓</p> <p style="text-align: center;">小問題變大問題</p>

社交情境 13：

遇到挫敗、比賽勝負或事與願違情況時的表現

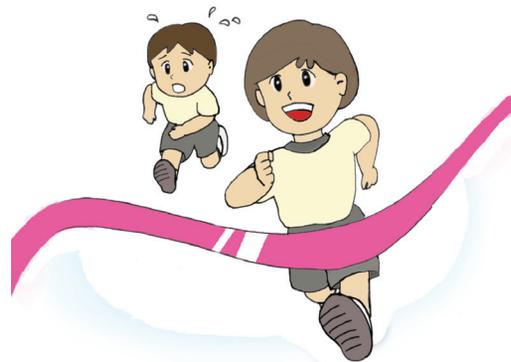
情境放大鏡

- ◆ 看重勝負、會哭、發脾氣、罵人、投訴別人欺負他、亂說話
- ◆ 期望高，不接受被拒絕
- ◆ 不接受懲罰
- ◆ 情緒容易失控
- ◆ 接受不了挫敗便放棄、逃避或不願意再參與

社交技巧話你知：

出現以上困難很可能是因為欠缺以下的社交技巧：

- 理解及表達情感
- 情緒管理及處理負面情緒
- 留意社會規範及作出大家期待的行為、說話風格（如：禮貌、態度、距離、聲量、因應對象改變話題和態度）
- 行為調節



支援小點子：

- 1 老師可於任何比賽或活動之前，預先提醒學童將會遇到的情況（如：可能會勝出，也可能會落敗或平手），讓他們作好心理準備，減少因突發情況而產生的負面情緒。
- 2 在進行比賽或遊戲之前，老師可先列出良好行為的指標，如：完成比賽、勝出要鼓勵同學說：「你今次都好努力！」、落敗了要冷靜（可參考社交情境 4「需要表達自己的情感或有負面情緒時的表現」P.16 - 17）。進行比賽或遊戲時，應多著重過程及享受當中得到的樂趣，從而淡化對勝負的執着。
- 3 老師和家長亦可鼓勵友好互助的行為及學童的努力嘗試，在個人獎勵計劃中給予分數或口頭讚賞，讓學童明白除了答對問題或勝出之外，良好行為亦會得到別人的欣賞。
- 4 運用情境故事教導學童如何接受比賽的勝負，學會勝不驕、敗不餒。
- 5 當學童出現激動的情緒反應，老師或家長宜先保持冷靜，運用平和的回應減輕學童的負面情緒，亦可運用「情緒紅綠燈」提醒學童作出調節。
- 6 告訴學童每個人都可以有自己的選擇，所以並不是人人也可以成為朋友，或一定會答應別人的要求。當被拒絕時，可以教導學童用友善的聲音回應別人：「有機會再玩啦！」、「或者下一次啦！」、「你們玩得開心點吧，再見！」，然後嘗試找其他人合作或玩耍。

社交情境 14：

對處理個人物品的表現

情境放大鏡

- ◆ 書包混亂
- ◆ 執拾速度太慢
- ◆ 有自己的方式處理物品，不讓他人介入
- ◆ 常遺漏或遺失文具而影響別人或學習

社交技巧話你知：

出現以上困難很可能是因為欠缺以下的社交技巧：

- ☑ 自我管理（如：個人形象及物品管理）
- ☑ 解難能力
- ☑ 行為調節

支援小點子：

- 1 家長可運用個人物品清單協助學童自行檢查及執拾物品，如：文具清單



我的文具

鉛筆	5	支	<input checked="" type="checkbox"/>
原子筆		支	<input type="checkbox"/>
擦膠		塊	<input type="checkbox"/>
間尺		把	<input type="checkbox"/>

2 家長可教導學童認識上課時間表，再按「執拾書包程序表」自行執拾書包：

1. 打開書包
2. 取出手冊
3. 打開手冊內的上課時間表
4. 把明天不需要用的課本取出書包
5. 把明天上課需要用的課本放入書包
6. 把完成的功課放入書包
7. 留意跟進手冊內的 < 其他事項 >，如：帶通告、費用等
8. 最後，檢查一次和放手冊入書包內

另外，亦可運用網上學習遊戲練習：

✓ 香港教育城「收拾書包互動遊戲」（須登入小校園或按「訪客」進入）
<http://www.smallcampus.net/projects/sept2003/schoolbag/>

- 3 家長可運用不同顏色的小袋子或文件夾標示不同物品的存放位置，又或以顏色標貼同一科目的書本（如：紅 - 中國語文科、黃 - 英文科、綠 - 數學科），以免不同科目各類課本有所混淆，讓學童有系統地根據時間表執拾個人物品。
- 4 老師可預早要求學童開始進行執拾，讓他有足夠的時間自行完成。若學童的執拾速度過慢，老師可運用時鐘或計時器指示他在限時內完成，有需要時亦可配合獎勵計劃進行。
- 5 家長可按需要在學童的物品上貼上名字，減少遺漏或遺失的機會。另外，亦宜教導學童分辨「借」、「還」及「送」的意思，並自行作出合宜的跟進。

社交情境 15： 在公共場合個人禮儀的表現

情境放大鏡

- ◆ 當眾挖鼻
- ◆ 抓或摸下體
- ◆ 打噴嚏時不掩蓋口鼻
- ◆ 如廁時不關門或鎖門
- ◆ 上課時咬筆
- ◆ 排隊時推人
- ◆ 吃飯時把飯餸跌在枱上或地上

社交技巧話你知：

出現以上困難很可能是因為欠缺以下的社交技巧：

- ✓ 理解別人的觀點和感受
- ✓ 留意社會規範及作出大家期待的行為、說話風格（如：禮貌、態度、距離、聲量、因應對象改變話題和態度）
- ✓ 自我管理（如：個人形象及物品管理）
- ✓ 行為調節



支援小點子：

1 教導學童運用自我檢查清單檢查個人儀容及行為，如：

a. 上學前

星期 ____：	整齊校服 + 黑鞋白襪	<input type="checkbox"/>
星期 ____：	運動服 + 波鞋	<input type="checkbox"/>
清潔（眼睛 / 臉 / 鼻子 / 嘴 / 牙齒）		<input type="checkbox"/>
整齊：頭髮		<input type="checkbox"/>
鈕扣 / 呔 / 腰帶		<input type="checkbox"/>
整理好衣服		<input type="checkbox"/>
襪		<input type="checkbox"/>
檢查書包		<input type="checkbox"/>

b. 如廁後

整理好衣服	<input type="checkbox"/>
洗手	<input type="checkbox"/>
抹手	<input type="checkbox"/>
掉抹手紙	<input type="checkbox"/>

c. 午餐後

抹嘴	<input type="checkbox"/>
清潔及收拾自己的餐具	<input type="checkbox"/>
檢查衣服的清潔	<input type="checkbox"/>
檢查枱面的清潔	<input type="checkbox"/>
檢查地面的清潔	<input type="checkbox"/>
處理剩餘的飯菜	<input type="checkbox"/>

- 2 運用視覺策略（如：規則圖、暫停符號），讓學童辨別行為在哪個場合可以 / 不可以被接受，以提升保持個人衛生及儀容的意識及技巧。
- 3 透過使用漫畫、想法泡泡或情境故事，讓學童學習保持良好的個人衛生及儀容才能令別人留下好印象。成人可以用提問形式：「你覺得別人有甚麼感受？」或「你認為他會怎樣想？」，協助學童明白自己的行為會如何影響他人對自己的印象，之後，再學習改善的方法。

第三部份：60 個社交訓練活動



要幫助自閉症兒童為升讀普通小學作出更好的準備，減少出現困難的機會，必須提升他們的社交適應能力！想知道方法？快來看看以下 60 個訓練活動吧！

60 個社交訓練活動簡介：

1. 此部份的活動將幫助預備將來升讀普通小學的兒童加強社交能力，透過一些針對該適應焦點的活動，逐步提升所欠缺的 13 個主要社交技巧。
2. 每個社交技巧內建議的活動排序皆由淺入深，自閉症兒童可在學前階段按訓練層次循序漸進地接受訓練。
3. 為了讓兒童容易掌握技能，較複雜的社交技巧會分拆成數個次範疇，如：「理解別人的觀點和感受」會分拆成視線偵察及互聯注意、假想遊戲、情緒和信念四個次範疇。
4. 活動主要以小組形式進行，導師可因應兒童的能力逐步提升活動的難度，如：活動訓練重點由成人與兒童互動演變至兒童之間的互動；另外，亦可在活動中逐漸增加小組人數。
5. 此部份最後以表列方式總結 13 個主要社交技巧及 60 個相關訓練活動的名稱、主要及次要訓練社交技巧重點，以方便導師查閱。

社交技巧 1 :

理解別人的觀點和感受

自閉症兒童如果擁有足夠的心智解讀能力（Theory of Mind, ToM），他不僅可以理解別人的觀點和感受，更可通過預測別人的行為去調適自己的行為或情緒反應，以面對不同社交場合的需求。

心智解讀的訓練範疇及層次：

1 視線偵察及互聯注意

視線偵察是留意別人視線的方向，從而了解別人的意圖（如：別人望向時鐘 / 手錶，可能表示他正在趕時間），而互聯注意是指來回掃視事 / 物來與別人分享興趣和情感。

這範疇可以分拆成較仔細的訓練步驟：

第一階段：留意別人的眼睛及視線方向



第二階段：回應互聯注意



第三階段：引發互聯注意以向別人索取所需



第四階段：引發互聯注意來與人分享感興趣的事物

2 假想遊戲

在假想的過程中，兒童可以想像的形式從不同的角度去代表事物。假想遊戲的訓練範疇可包括：(i) 物件替代（即把一件物件假想為另一件物件，如：把香蕉當作電話）；(ii) 用動作 / 語言表示想像的物件 / 人物（如：屈曲雙手假裝抱著嬰兒）；及 (iii) 賦予物件虛假 / 抽象的特質（如：假裝玩具食物很熱，要吹涼）。

3 情緒

情緒學習包括辨識別人情緒及分享情感，並且能適當地表達情緒，訓練層次可參考社交技巧 2「理解及表達情感」（P.43）。

4 信念

信念是指人的願望、想法、知識、理念及意圖。一般人會透過猜測別人的信念，從而詮釋及估計下一步的行為。

這範疇可以細分成 7 個訓練階段：

第一階段：立場替換（即明白從自己的角度與別人的角度所看到的東西是不同的）



第二階段：明白看見引致知道
（即明白人可以透過不同感官，例如視覺、聽覺、觸覺等去接收訊息，從而獲得知識）



第三階段：明白知識推測行為（即通過理解別人的信念，去推測其下一步行動）



第四階段：明白錯誤信念（包括理解事物預期不到的位置或內容轉變）



第五階段：知道物件的外表及真實的區別



第六階段：知道想像及實質存在事物的區別



第七階段：明白笑話、嘲諷、比喻的背後意思

（詳細介紹可參考本會出版的心智解讀教材套）

社交技巧 2 :

理解及表達情感

一般兒童在發展早期已經能夠辨識別人的情緒，也可以與人分享情感。能適當地表達情緒，對自閉症兒童的身心發展十分重要；而理解情感亦能幫助他們對別人的情緒作出恰當的反應。

訓練層次：

1 情感表達：

第一階段：體會自己的情緒
(如：察覺自己因獲得一份玩具而高興)
[由基本情緒(如：開心、驚慌)發展至社交情緒(如：害羞、尷尬)]



第二階段：說出自己的感受



第三階段：解釋情緒背後的原因

2 情感理解：

第一階段：分享別人的情緒(如：看到友伴獲得跑步比賽冠軍也感到高興)



第二階段：安慰及察覺別人需要幫忙



第三階段：明白他人的感受及當中的原因

訓練錦囊

除依從上述的層次按部就班進行培訓外，導師及家長宜注意以下的訓練指引：

● 視線偵察及互聯注意

導師可以自製一個眼珠可移動的公仔，再運用 U 形磁鐵移動眼珠表示視線的方向，亦可運用箭號「➡」指出視線的方向。



他正在看什麼？



再試一次

留意別人的視線，可以讓我知道別人正在看什麼

● 假想遊戲

- 導師可多製造「缺乏」的情景，造就自閉症兒童以「假想」新方法去進行活動，如：在進行煮食假想遊戲時，製造缺乏玩具食物的情況，鼓勵他們嘗試運用一件物件作替代或假想為另一件物件。

- 善用提示卡（如：對話提示卡）協助自閉症兒童演繹不同人物的說話時作參考。

對話提示卡

售貨員：先生 / 小姐，請問你買咩呢？
 顧客：唔該，我想買橙同埋西瓜。
 售貨員：今日啲西瓜好靚，幫你揀個甜嘅。
 顧客：好呀！請問幾多錢？
 售貨員：多謝三十蚊。
 顧客：唔該。
 售貨員：唔駛客氣，下次再嚟啦！

● 情緒

- 導師向自閉症兒童演繹處境情緒時，宜誇張語氣、表情或身體動作，促使他們注意及留下深刻印象。此外，亦可把握日常生活中遇到的情境（如：小朋友跌倒後哭泣），讓他們切身體驗別人的情緒，並學習作出合適的回應。
- 導師亦可鼓勵自閉症兒童用補償方法去改善自己表情不足的地方（如：放手於胸前並輕拍表示害怕）。日常與自閉症兒童相處時，可把握時機向他們解說當時流露的情感及其原因。
- 若自閉症兒童領會自身或他人感受出現很大困難時，可接受他們向導師說：「我沒有任何特別的感受。」即使他們能理解對方的感受，亦可能有困難就對方的感受產生共鳴，故導師宜了解他們的限制及調整期望。

● 信念

- 導師可運用數碼相機拍下別人已看見的情境或在想法泡泡內「☁️」寫下別人已知道的訊息，從而協助自閉症兒童推敲別人不知道的資料。
- 導師可擴展訓練至日常生活中（如：向人展示物件、為他人點食物、買東西等），有助自閉症兒童掌握他人的角度，並引導他們去理解別人的不同想法及感受。



1

眉目傳球

適應焦點：

老師在課堂上會以眼神及視線方向與學生交流，當老師邀請學生回答問題時，會望向某位學生並發問（如：「答案是什麼呢？」），期望該學生能明白這是老師邀請他作答。自閉症兒童若未能注意別人的眼神及視線方向，將不明白老師的邀請。另外，同學之間的相處，很多時也牽涉理解眼神或視線方向所傳達的訊息（如：同學會望向對方，再望向某一方向示意一起走向目的地）。

目標：

學習注視別人的眼神

教材：

1 個球、一些問題紙（問題可與日常生活或已學的知識有關，有需要時可用圖畫輔助理解）

方法：

1. 在球上貼上問題紙。
2. 兒童圍圈坐 / 站立，導師讀出問題，並望向其中一位兒童，用眼神表達會把球拋向他。
3. 該兒童看到導師的眼神並準備接球後，導師拋球給他。之後，兒童回答問題。最後，將球拋回給導師。
4. 待兒童熟悉遊戲後，他們可以互相用眼神表達向誰拋球。



活動反思與建議：





來吃茶點



適應焦點：

老師在堂上發問或講解時，有時不會明顯地指出目標物，而是用眼神或視線方向表示，當老師拿起及望向教具，再望向學生發問：「這個是什麼東西？」，即意指這個教具是什麼。自閉症兒童若未能掌握如何跟隨別人的視線建立互聯注意，可能會在理解老師講授內容上遇到困難。

目標：

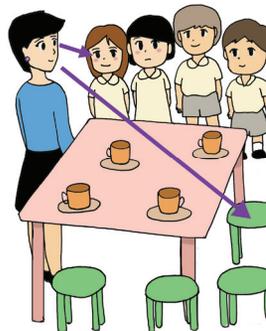
- 留意別人的視線，並作出回應
- 運用視線作互聯注意，並運用目光注視作表達

教材：

1 張枱、4 張椅、4 隻杯和碟（不同顏色）、茶點

方法：

1. 吃茶點前，在房內放置一張枱，每一邊分別擺放一張椅。
2. 讓四位兒童坐在枱的一邊，導師面向兒童坐在另一邊。兒童要等候導師安排椅子和餐具。
3. 導師先望向其中一位兒童，再望向其中一張椅子，最後再望向兒童表示他的安排，請兒童跟隨視線方向坐在該椅子，如此類推。
4. 所有兒童坐好後，利用同一方法請兒童拿取杯和碟。
5. 待兒童熟悉遊戲後，可以讓他們用眼神選擇自己喜愛的椅子和餐具（如：先望向導師，再望向他喜愛的椅子，然後再望向導師作表示）。



活動變化：

可將主題改作視藝活動或體育活動，請兒童走或坐在相關位置或拿取目標用具。

備註：

如果兒童不懂得視覺提示，導師可先教導兒童用手指指示的意思，使他能跟隨手指指示拿取物件。在活動開始時，宜將物件放在兒童附近，然後逐漸增加距離。

活動反思與建議：





扮嘢至叻星

適應焦點：

在小學生活中，不論是與同學玩遊戲或是老師在課堂中進行活動或講解時，都可能出現物件替代的情況，當老師用一件物件假裝作授課時講解說：「當這水樽是『咪』」，自閉症兒童必須有足夠的假想能力作配合，才能明白及投入參與。

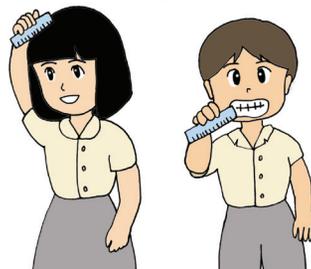
目標：

- 學習將物件假裝作另一種東西做動作
- 學習賦予物件抽象的特質（如：假想玩具食物很香）

教材：

不同的物件（如：間尺、積木、橡筋、鉛筆盒、擦膠）、寫上不同類型動作的紙卡（如：打電話、熨衣服、煮麵、梳頭、喝湯）、1個布袋

[注意：預備的物件與動作應盡量不相關，以發揮兒童的假想能力]



方法：

1. 把動作紙卡放進袋裡，請兒童從袋中抽出一張紙卡。如有需要，導師可協助兒童明白紙卡上所寫的動作。
2. 請兒童選擇其中一件物件（如：間尺），利用這物件來做出紙卡上所寫的動作，讓其他兒童猜估。
3. 最後，導師可請兒童說明他用什麼物件來替代另一物件及兩者相似的地方（如：我用間尺「扮」梳來梳頭，因為它們都是長長的），一方面引導兒童多使用「扮」、「當」等詞語去說出他的想法，讓其他兒童學習多聆聽別人的想法及提升想像力；另一方面，也可請兒童作出評價（如：以繩扮作麵很香）。

活動反思與建議：



4

動物巡遊

適應焦點：

在課堂中，老師有可能會運動作 / 語言表示想像的物件 / 人物來配合講解（如：常識堂介紹動物、在體育堂請同學扮兔仔跳）。配合足夠的假想能力，自閉症兒童才能有效明白老師的講解或指示。

目標：

學習假扮不同的動物

教材：

兒歌或音樂

方法：

1. 導師先請兒童說出不同動物的名稱（如：小鳥、蛇、大象、老鼠、青蛙、貓），再一起嘗試用身體動作及聲音扮演該動物。有需要時，導師可作出示範。
2. 請兒童圍圈站著。當音樂開始時，他們假扮某一動物走路。音樂停止時，他們要停下來。
3. 待兒童熟悉遊戲後，可安排每位兒童扮演不同的動物。



活動變化：

導師先請兒童畫出不同的動物，再一起嘗試用身體動作及聲音扮演各種動物。之後，可安排每位兒童抽出不同的動物圖畫，再扮演不同的動物。

活動反思與建議：





5

幫助我們的人

適應焦點：

有些小學的課堂或課外活動會包括戲劇或朗誦，而這些活動往往要求學生有良好的假想能力。因此自閉症兒童必須懂得想像及配合應有的動作或說話，才能順利進行角色扮演及代入角色，完成該戲劇活動或在朗誦中帶出情感。

目標：

在角色扮演中，裝扮成不同的人物

教材：

不同人物的圖片、扮演人物所需的不同物件
如：廚師 - 積木、橡筋、鐵盒（扮作煮食用具及食物）
警察 - 玩具士巴拿（扮作槍）
消防員 - 膠喉（扮作消防喉）
醫生 - 廁紙筒（扮作電筒）
護士 - 筆（扮作針筒）



方法：

1. 導師示範如何運用不同的物件配合動作扮演不同人物及事件特質（如：用玩具士巴拿扮作槍，從袋中拔出指向賊人）。為讓兒童留意他人的身體動作，並增加活動的難度和趣味，建議導師不要說出人物的對白，例如：「我是警察，站住！」。
2. 導師抽一張圖片，然後扮演圖中的人物，請兒童留心觀看，並猜想及說出扮演的人物。
3. 之後，可由兒童抽圖片扮演人物，讓其他兒童猜估。

活動反思與建議：





新聞報告時間



適應焦點：

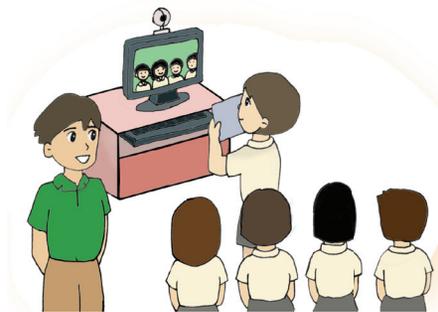
課堂之中有很多展示製成品或圖像的活動，自閉症兒童往往不明白別人需要看見自己展示的物品，才會明白他所描述的內容。自閉症兒童若能掌握「看見引致知道」的理念，會幫助他在同學面前滙報時，懂得先確保班內每一位同學看到展示物，然後才作出描述，讓滙報變得順利。

目標：

- 理解「看見引致知道」的理念
- 學習向別人描述事物

教材：

不同的活動圖片或相片（約 A4 大小）、
視像對話系統（如：網路攝錄機 Webcam 及咪）



方法：

1. 將兒童分為兩組，並安排他們進入兩個設有視像對話系統的房间。
2. 導師拿出兒童早前曾進行的活動圖片或相片，並告訴兒童：「我們知道這是什麼活動，因為我們看見相片。」。
3. 導師再問兒童：「另一組同學知不知道這是什麼活動？」，每位兒童均須回答問題。
4. 待兒童正確回答後，導師可說出原因（如：「因為他們看不見，所以不知道」），使他們明白自己看見才知道，別人因看不見就不知道。
5. 之後，可請一位兒童做小記者，用視像對話系統將活動相片展示給另一組兒童看，並用說話介紹活動內容，以及詢問他們能否看見及知道這是什麼活動。
6. 若兒童回答「知道」，他其實只是猜估，導師可告訴他：「看不見就不知道，你只是估同學知道這是什麼活動！」。

活動反思與建議：





誰會知道？



適應焦點：

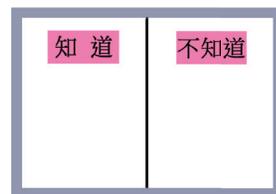
自閉症兒童與同學交談（如：說說放假時到了哪裡去）或在課堂上小組討論或匯報時，必須了解大家知道的事情可能會不一樣，才可以在敘述事件的時候提供足夠的背景或資料，讓對方容易明白說話的內容。

目標：

- 明白我們的經驗會引致大家知道不同的事
- 明白其他人與自己知道的事可以不同

教材：

神秘袋（內藏玩具或小食）、1塊白板（分別貼上「知道」及「不知道」的文字或圖畫）、導師及兒童的名牌或相片



方法：

1. 導師先向兒童介紹「看見才知道，看不見就不知道」的概念。
2. 導師拿出神秘袋打開一看，並告訴兒童：「我知道袋裡面有甚麼，因為我看到。」注意先不要說出內藏物品的名稱。之後，導師把自己的名牌或相片貼在白板上「知道」的那一邊。
3. 再問兒童：「你們知不知道袋裡面有甚麼？」，待他們正確回答：「不知道」後，再問原因，「因為我看不到，所以不知道」，並把他們的名牌或相片貼在白板上「不知道」的那一邊。
4. 導師邀請一至兩位兒童打開神秘袋看看，然後把自己的名牌或相片貼在白板上「知道」的那一邊，讓所有兒童明白誰知道、誰不知道。
5. 最後，請知道的兒童告訴不知道的兒童袋裡面藏了什麼，並拿出來一起分享。

活動變化：

(1) 提升活動難度：

導師告訴兒童：「有很多事情我們大家都知道，例如：我們知道二加二等於四，但有些事情我們當中有人知道、有人不知道，我們將會試試尋找這些事情。」

請兒童用遊戲方式（如：擲豆袋到籃中），將不同的事情分成以下三類，讓他們明白其他人與自己知道的事可以不同。

事情例子：

大家都知道

班主任的名字
如何用匙羹吃飯
我的名字 / 樣子

自己知道而別人不知道

我書包內的物件
我剛剛想出來的東西
我看過的圖書

別人知道而自己不知道

別人書包內的物件
別人剛剛想出來的東西
別人去過的地方

- (2) 當兒童能分辨哪些事情是大家知道和不知道後，導師可以問：「你想知道嗎？」。之後，與兒童製作另外兩張清單：「一些事情別人可能想知道，因為很多人覺得這些事情有趣或重要」及「一些事情別人可能不想知道，因為這些事情不重要或只是我自己覺得有趣」。

活動反思與建議：





「幫幫」超人來了！



適應焦點：

在課堂學習中，有些同學可能會因某種原因暫時離開課室（如：上洗手間、往校務處）。那同學返回課室時，可能不清楚剛發生了什麼事，而「錯誤地」繼續做之前正在做的事。若自閉症兒童能補充別人不知道的資料，這會幫助他建立友好的社交行為 - 向人提供協助。

目標：

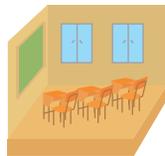
- 學習從別人的角度看事情
- 學習補充別人不知道的資料以協助他明白事實

教材：

1 個「幫幫」超人公仔、不同的人物公仔、1 間玩具屋及數件玩具傢俱（扮成課室）、數件小物件（如：顏色筆、書包）

方法：

1. 導師與兒童一起佈置玩具屋課室，並介紹「幫幫」超人，他最喜歡幫助別人。
2. 導師配合教材說出背景：「同學們正在上視藝課，用顏色筆畫畫。現在，老師想請班長離開課室去教員室拿顏色紙。」之後，請一位兒童拿著班長公仔離開。
3. 兒童離開後，導師再說：「現在，老師請同學收起顏色筆。」這時，導師拿出「幫幫」超人，幫助班長把顏色筆放在書包，然後問其他兒童：「班長回來後會認為顏色筆在哪裡？」、「為何班長會這樣想？」、「班長未離開課室前他放了顏色筆在哪裡？」
4. 請剛才那位兒童拿班長公仔回來後，導師請他說出班長認為剛才放置顏色筆的位置，須提醒其他兒童不要給予提示。
5. 最後，由一位兒童將之前所發生的事情說出來。
6. 請下一位兒童繼續遊戲。



活動變化：

可改為不同的場景作背景，如：在操場小息、在課室午膳。

活動反思與建議：





校長的百寶袋



適應焦點：

在校園或課室中，有些地方可能會用來存放不同的物品，而其與表面顯示的不相同（如：用 A4 紙箱放視藝物品），需要看過或有人說出來才知道內裡的物件。幫助自閉症兒童明白他人在不知道時可能會有錯誤的想法，能促使他們更有效地與人溝通。

目標：

- 學習理解他人有錯誤想法的可能性
- 憑樣子、聲音和觸覺猜估隱藏的物件
- 為自己的猜測作出解釋

教材：

1 個袋、一些盒子或筒、不相關的小物件（如：把綠豆放入朱古力筒、原子筆放入牙膏盒、通心粉放入薯片筒等）

方法：

1. 導師預先把盒子放入袋裡，然後向兒童介紹百寶袋。
2. 導師在百寶袋內抽出一個盒子，請兒童按盒子的樣貌猜猜內裡的東西是什麼。
3. 導師將盒子傳給兒童，每位兒童可輕搖或觸摸物件，再次猜估內裡的東西，並要求他們作解釋。
4. 請一位兒童打開盒子，說出及展示內裡的物件。
5. 最後，導師問兒童：「如果校長 / 老師稍後進入房間，看見盒子，他會猜估內裡有什麼東西？」



活動反思與建議：



10 「薯仔人」變臉

適應焦點：

學生在小學群體生活中，很多時需要因應他人的面部表情作出回應（如：看見老師面容緊繃及皺著眉，同學宜立即安靜坐好），故學習不同情緒可引致的面部表情對自閉症學童是非常重要的。

目標：

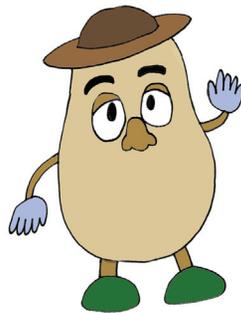
學習不同情緒引致的面部表情

教材：

「薯仔人」玩具、表露 4 種不同情緒（開心、不開心、憤怒和驚慌）的人物相片、卡通面譜（可在紙碟上畫面譜）

方法：

- 「薯仔人」欠缺嘴巴，導師分別將四個不同的嘴形貼上「薯仔人」的臉上，介紹四種不同情緒的面部表情。
 - 開心：嘴角向上或開口大笑。
 - 不開心：嘴巴會「扁起」或嘴角向下，好像沒精打采。
 - 憤怒：嘴巴會揚起或咬緊牙齒。
 - 驚慌：嘴巴「張開」，嘴角向下。
- 介紹時，可請兒童一起用手指在空氣中畫出嘴形。
- 導師請兒童抽出一張人物相片，然後用卡通面譜掩面，再拿開面譜，扮出該情緒的樣子，讓其他兒童說出是什麼情緒。



備註：

- 熟悉活動後，導師可介紹配合不同情緒的眼睛（如：驚慌時，眼睛可能會瞪大一點）。
- 當兒童掌握不同情緒的面部表情後，導師可教導表達不同情緒的身體動作（如：不開心時會垂頭喪氣、憤怒時會撐腰握拳等）。

活動反思與建議：

11

情緒對對碰



適應焦點：

除要學習不同情緒引致的面部表情外，自閉症兒童也必須學習恰當地向人表露自己的情緒（如：被同學搶了零食會不開心），讓別人（如：老師）更有效知道可如何作出幫助或處理事件。

目標：

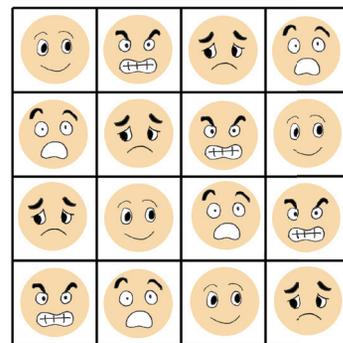
運用面部表情和身體語言恰當地表達四種簡單的情緒（開心、不開心、憤怒和驚慌）

教材：

寫上 4 種情緒的 Bingo 紙、4 張卡片（分別用文字或圖畫表示「開心」、「不開心」、「憤怒」、「驚慌」）、1 個袋或盒

方法：

1. 導師將卡片放進袋或盒內，請一位兒童抽取一張卡片，但不可讓其他人看見。兒童按著卡片的指示扮演該情緒，讓其他兒童猜估是哪一種，並在 Bingo 紙圈出該情緒。
2. 兒童輪次抽取卡片扮演情緒，直至有兒童完成 Bingo 勝出。



活動反思與建議：



適應焦點：

學生在學校過的是群體生活，因而較在家中有更多與人相處的機會（如：得到獎勵、被老師責罰、與同學玩耍或爭吵），以及面對較多變化的程序（如：去不同的課室上課），容易牽動不同的情緒。如果自閉症兒童難於向別人流露自己的情感，可採用情緒詞彙向人訴說他的感受，期望能減少出現情緒或行為問題而影響學習。

目標：

- 讓兒童感受自己的情緒
- 學習運用情緒詞彙

教材：

數個新書包、零食、玩具蟑螂 / 蜘蛛

方法：

1. 導師預備新書包，部份書包內有零食，部份有玩具蟑螂 / 蜘蛛，部份是空的。
2. 請兒童選取書包，然後一起打開。
3. 請兒童形容自己看見書包內物品時的情緒。



活動反思與建議：

13

送你一份神秘禮物

適應焦點：

學生在校園生活中可能會收到不合自己心意的禮物，這活動能令自閉症兒童學習如何恰當地表達自己的意願及婉拒他人的饋贈。

目標：

學習恰當地表達自己的意願及婉拒他人的饋贈

教材：

1 個袋、抽獎箱或幸運輪、不同種類的「有趣」物件（如：小食、玩具車、文具、圖書）和「討厭」物件（如：石頭、糖紙、廁紙、爛了不能玩的玩具）

[注意：「有趣」的物件要較「討厭」的多，物件的數量要足夠每位兒童抽取]



方法：

1. 兒童圍半圈坐在導師面前，導師告訴兒童會送禮物給他們。
2. 如果兒童抽取到一件「有趣」的禮物，他要說：「多謝」及展露恰當的面部表情；如果是一件「討厭」的物件，兒童乙要說：「不用了，多謝！」並做出厭惡的表情。「有趣」的物件放在兒童的身旁，「討厭」的物件則放回袋 / 抽獎箱裡。
3. 最後，導師可以問哪位兒童抽中「有趣」的禮物和哪位抽中「討厭」的禮物，並請他們解釋為何覺得抽中的禮物是「有趣」或「討厭」。

活動反思與建議：



14

放學後大冒險

適應焦點：

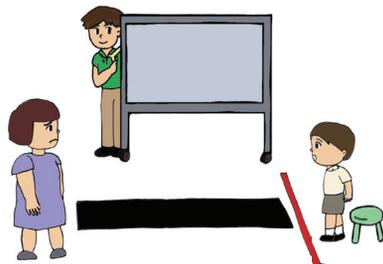
在小學裡，同學常常會以他人的面部表情去決定某種行為應否繼續（如：對話、笑、追逐）。理解他人的面部表情可以幫助自閉症兒童作出合適的反應或停止不合宜的行為。

目標：

學習分辨及依據別人的面部表情去作決定

教材：

1 個垃圾膠袋、1 塊白板、紙碎、柔軟的球、噴水壺、肥皂水等物品



方法：

1. 兒童與家長面對面而坐，在他們之間的地板放置一個垃圾膠袋（當作一條橋），在膠袋旁邊擺放一塊白板。
2. 導師貼一條紅線於地上，兒童站於紅線後面的「學校」位置。導師告訴兒童鐘聲一響便可以「放學回家」，他們要按着家長的面部表情來決定是否可以安全過橋回家去。家長做出開心的表情，表示兒童可以安全過橋；不開心的表情，則代表過橋會有危險。
3. 當兒童過橋時，導師躲在白板後面做出一些動作（如：向兒童拋紙碎、吹肥皂泡、噴水）。家長配合那些動作做出合適的表情，安全時以開心的表情鼓勵兒童過橋；有危險時，家長利用不開心的表情提示兒童不要過橋。
4. 如果兒童在危險情況下過橋而被物件擊中，便需返回「學校」（即紅線後面），從新再作開始。

活動變化：

導師可按兒童興趣把活動主題變化為救公主、奪寶、過森林等。

活動反思與建議：



15

喜好大風吹

適應焦點：

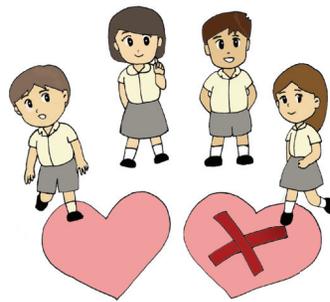
找出大家的共同興趣是建立友誼的基石。自閉症兒童與同學建立友誼往往出現困難，很多時是因為他們只從自己的喜好出發，以致未能找出與同學之間共同興趣。如果他們明白大家有不同的興趣也可交友，這有助其與同輩交往，亦能回應對方的喜惡而調節自己的行為，將有利發展初期友誼。

目標：

明白他人與自己的喜好可以不同

教材：

1 張寫有不同卡通人物的清單、1 張心形大卡紙、1 張有「X」
 在上面的心形大卡紙（分別代表「喜歡」和「不喜歡」）



方法：

1. 將「喜歡」和「不喜歡」的大卡紙分開放在地上或在地上畫兩個大圓圈，將卡紙分別放在圈內中間的位置。
2. 導師讀出清單的內容，如果兒童喜歡，他們要單腳跳到「喜歡」的卡紙位置；如果不喜歡，則單腳跳到「不喜歡」的位置。換言之，每次當導師讀出不同的內容時，在每一個圈內兒童的數目均可能會改變。
3. 兒童可與導師討論人數的改變及其與友誼的關連。

活動變化：

在小一適應活動中，導師可將清單改為不同的課堂（如：中文、音樂、體育、英文、科學）。

活動反思與建議：



16

喜愛的食物



適應焦點：

在分組活動中，自閉症兒童需了解自己及他人喜好的不同，從而明白他人的感受（開心 / 不開心）。這有助自閉症兒童建立同理心及在小組內與人合作（如：在視藝堂按同學的喜好分派不同的顏色紙）。

目標：

從日常生活了解自己及他人的喜好，從而明白他人的感受（開心 / 不開心）

(a) 兒童為家長拿取指定的食物

方法：

1. 導師預備大食會，將多款食物放在枱上。
2. 兒童問家長喜愛的食物，然後為家長拿取食物。
3. 導師問家長的心情，當兒童拿到家長喜愛的食物，家長用言語和面部表情表示開心，如兒童拿取錯誤的食物，家長則表示不開心。

(c) 家長為兒童選一款認為兒童喜愛的食物

方法：

1. 家長在枱上挑選一款認為兒童喜愛的食物。
2. 導師訪問兒童的心情及原因，兒童需解釋自己的心情

(b) 兒童為家長選取一款認為家長喜愛的食物

方法：

1. 兒童在枱上挑選一款認為家長喜愛的食物。
2. 導師訪問家長的心情及原因

「(孩子)知道媽媽想食____，
所以攞____俾媽媽，媽媽好
開心！」

「媽媽冇得食想食嘅____，
所以唔開心。」



備註：

導師訪問家長的心情時，家長須用言語和面部表情作表達。

「我鍾意食____，
所以好開心！」

「我有得食我鍾意嘅____，
所以唔開心。」

活動反思與建議：



17

幫忙買東西



適應焦點：

在分組活動中，自閉症兒童需了解自己及他人的不同需要，從而明白他人的感受（開心 / 不開心），例如：學童需明白如他們能照老師分配的角色在小組內互相配合，同學及老師均會感到開心。這有助他們建立同理心及在小組內與人合作。

目標：

- 依照指示而不是按個人喜好選擇物件
- 辨認面部表情去理解別人的感受
- 運用面部表情表達感受

教材：

一些生活物品、數張指示卡

方法：

1. 導師展示不同的生活物品，請兒童把想要的物品寫或畫在卡上。
2. 每次請一位兒童抽一張指示卡，他需按卡上的要求向導師購買物品，然後把物品交給有關人物。
3. 如果兒童購買正確的物品，有關人物需運用恰當的表情表示開心，並向兒童說：「謝謝你！」；假若購買錯誤的物品，則需給予不開心的表情及說出希望想得到物品的特徵。當兒童看到別人不開心的表情時，需再向導師購買正確的物品。



活動反思與建議：





適應焦點：

自閉症兒童越能解釋情境所引致的感受，就越能體會他人的想法，那對他們與同學的相處有極大的幫助（如：明白同學因為默書成績不理想，所以不開心，然後嘗試安慰或鼓勵他）。

目標：

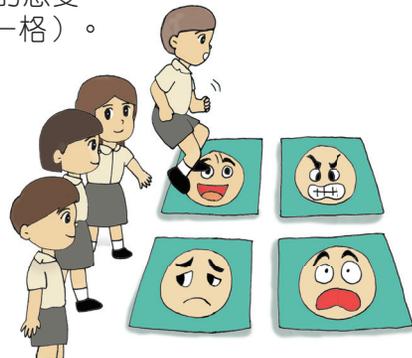
- 想像自己在特定情境的感受，並作出解釋
- 明白他人與自己的感受可以不同

教材：

4 張貼有情緒面譜的大顏色卡紙（黃色 = 開心、藍色 = 傷心、紅色 = 憤怒、黑色 = 驚慌）、
1 張寫有不同情境的清單（如：一隻蟑螂飛入課室、媽媽帶兒童往公園）

方法：

1. 把顏色卡紙放在地上，導師讀出情境，兒童想像自己在那情境的感受，然後跳進代表自己感受的顏色格內（可有多位兒童同時進入同一格）。
2. 每位兒童須解釋自己出現那感受的原因。
3. 導師亦可引導兒童留意他人與自己的感受可以不同及其原因。



活動變化：

四張貼有情緒面譜的大顏色卡紙可改為由四位家長拿著四把不同顏色、貼有情緒面譜的雨傘。如果先請兒童合作在雨傘四周貼上彩條，效果會很不錯！

備註：

開始活動時，用一些鮮明的情境（如：爸爸送一份禮物給兒童）；當兒童掌握玩法後，可嘗試用較中性的情境（如：今天要上學）。

活動反思與建議：



19

你今日覺得點呀？

適應焦點：

與同學分享或分擔內心感受是一件很平常的事（如：玩某個遊戲時感到開心、測驗前感到緊張），自閉症兒童若能回應他人的分享或分擔感受而作出恰當的回應，這對建立深厚友誼非常有幫助。

目標：

明白不同的事情會令人開心或不開心

教材：

1 個袋、1 個布偶、1 套卡片（內容關於布偶今日遇到的事情）

方法：

1. 兒童圍半圈坐在導師和布偶面前。導師把卡片放在袋裡，兒童依次抽取卡片，並將卡片交給導師。
2. 導師讀出卡片的內容，然後問兒童他們覺得布偶對所發生的事情會有什麼感受。
3. 最後可邀請一位兒童問布偶：「你今天感到如何？」，請另一位兒童拿起布偶扮演並表達該感受。
4. 兒童熟悉活動後，導師可教導他們按別人的感受回應，舉例：別人覺得開心時，可以一起笑或說：「太好了！」等；別人覺得不開心時，可以安慰他，例如說：「我們下次再嘗試吧！」



事情例子：

開心

- 媽媽買玩具給他
- 媽媽准許他玩電腦
- 媽媽帶他到公園玩
- 他在跑步比賽奪得獎項
- 他獲得一部新單車
- 他被老師稱讚

不開心

- 他的小狗生病了
- 下雨天不能外出玩
- 遺失了最喜愛的玩具
- 旅行取消了
- 他的好朋友不能在巴士上與他一起坐
- 他被人推倒了

活動反思與建議：



20

老師的獎勵



適應焦點：

自閉症兒童若能從他人的角度去推測別人的想法和感受，便可以合適地調節自己的行為（如：知道某位老師希望同學在上課前先把課本拿出來，兒童若可在轉堂時預備課本，老師進入課室時會感到開心），那對他們與同學及老師的相處極有幫助。

目標：

學習從別人的角度去推測他人的想法和感受

教材：

1 塊白板、不同的人物公仔、1 個禮物袋，裡面擺放不同的文具



方法：

1. 請兒童留心聆聽導師說出的背景：「今天老師拿了一袋禮物想送給默書有進步的同學。文文今次默書有進步，他非常希望得到一架玩具車。老師的禮物都是文具，不知道老師會送什麼給他呢？」。
2. 導師先請兒童講出文文希望老師送什麼禮物給他，然後說出文文預計老師會送什麼禮物及解釋自己的猜測，並講出文文的感受。導師將兒童所猜測的禮物和文文的感受寫在白板上。
3. 導師取出一個袋，並搖一搖，告訴兒童這是老師預備送給文文的禮物，請兒童猜一猜袋內有什麼禮物。
4. 打開禮物袋，請兒童講出文文看見禮物後的感受。
5. 玩第二次遊戲時，由老師送禮物給另一位同學（如：美美）。

備註：

- (1) 同學希望得到的禮物與老師送的禮物可以是相同的，也可以是不相同的。
- (2) 另外，導師亦可教導兒童，即使得到的禮物未必是自己喜歡的，也可以向送禮物的人說：「謝謝！」，因這是有禮貌的行為。

活動反思與建議：



社交技巧3： 情緒管理及處理負面情緒

學習情緒管理技巧，可以促進兒童的情緒健康和社交能力。由於未能適應環境，自閉症兒童容易感到焦慮及不安。如果他們能適當地處理自己的情緒，便能消除負面情緒所引發的社交偏差行為。

訓練層次：

第一階段：辨識自己的情緒及原因



第二階段：學習平伏情緒的方法
(包括自己幫助自己以及由他人幫助自己)

訓練錦囊

- 當兒童流露負面情緒時，導師應幫助他將注意力轉移到令其高興或開心的事情上。
- 導師也可嘗試教兒童以一種可被人接納，又能達到較滿意結果的方式來表達情緒。若導師在兒童以不恰當的方式（如：哭鬧）表達情緒時便順從他，兒童將學會以哭鬧作表達。若仍然事與願違，只會令他的負面情緒變得愈來愈激烈。
- 導師應多對同一件事情作出正面的解釋，這能幫助兒童產生正面的情緒，如：小天因不能與小明玩耍而不高興，導師可提醒小天，小明並非不願意和他一起玩，只不過是他的媽媽接了他放學。

21

冷靜練習



適應焦點：

情緒波動會影響兒童投入課堂或校園生活，也影響他們與朋輩相處，故學習在遇到情緒波動時冷靜下來，有助自閉症兒童盡快收拾心情，繼續參與課堂或活動。

目標：

學習如何以恰當方法冷靜下來

方法：

導師與兒童練習幫助自己冷靜的步驟：

1. 靜靜地坐下、伏在桌子或站著。
2. 合上嘴巴不說話。
3. 望著某一樣容易看見的東西（如：筆、書、自己的鞋、手指甲等）。
4. 繼續望著。
5. 輕輕地呼吸，像吹羽毛一樣。
6. 心中想著：「放鬆」、「隨便」、「不要緊」等。
7. 重覆以上步驟直至心情平靜下來。

（參考自《Kidzmix - 幫助小孩子成為社交達人》）



活動變化：

導師可以在練習時向兒童作出一些令其分心的行為（如：踢兒童的椅腳、輕碰兒童的手），亦可逐漸延長忍耐的時間，以提升冷靜練習的難度。

活動反思與建議：



22

拔蘿蔔

適應焦點：

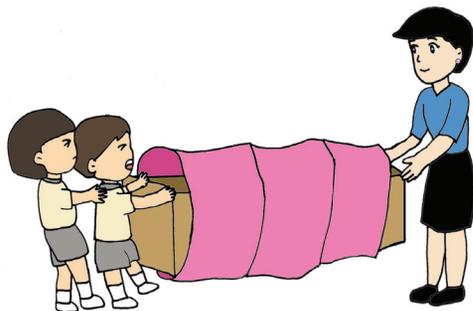
在學校生活中，會有很多與人合作的機會。與人合作做事，有時會成功，有時會失敗。若自閉症兒童在遇上挫敗時（不論是自己引致的或是別人引致的），能以合適的方法表達感受，可以幫助他繼續進行活動，亦讓別人更願意與其合作。

目標：

- 與朋輩合作進行遊戲
- 學習表達及處理負面情緒

教材：

1 個大的隧道玩具、1 件能僅僅穿過隧道的物件（當作蘿蔔）、處理負面情緒方法提示卡



方法：

1. 導師先向兒童講《拔蘿蔔》的故事。
2. 導師將當作蘿蔔的物件放入隧道內，並在隧道的一邊抓緊它。
3. 邀請一位兒童幫忙在隧道的另一邊將蘿蔔拔出。當兒童嘗試失敗後，導師可請他說出感受，並選擇一種處理負面情緒的方法或冷靜方法協助自己平伏下來繼續遊戲。之後，導師教他請另一位兒童幫忙一起拔蘿蔔。
4. 重覆以上步驟，第二位兒童再請另一位兒童幫忙。當所有兒童都被邀請後，大家一齊拔蘿蔔，最後讓兒童成功拔出蘿蔔，並說出感受。

活動反思與建議：



23 準備開學了

適應焦點：

小學生活裏常採用的小組學習或活動模式就是分組競爭性遊戲。競爭性活動大多以分組輪流作轉參與，並且最後有勝負之分。而自閉症兒童在面對勝負時難免會情緒波動。若他們能說出感受，並選擇一種處理負面情緒的方法或冷靜方法協助自己繼續參與遊戲，是非常重要的。

目標：

- 學習在競爭性遊戲中跟一組兒童輪流作轉
- 學習表達及處理負面情緒

教材：

數張開學用品收集清單（包括 4 種用品）、1 個布袋，內藏不同的開學用品及一些不相關的物品

[注意：同一種用品可有數件、每張收集清單上的用品可以不同]

方法：

1. 導師給予每位兒童一張收集清單，請他們收集用品準備開學。
2. 兒童把布袋傳下去，每次從袋中取出一件物品，並跟清單相應的物品作配對。
3. 如果兒童抽中他已有的物品或不相關的物品，他需要把物品放回袋中。
4. 首先收集到四種用品的兒童就是冠軍。
5. 在遊戲中，當兒童失敗或輸掉，導師可請他說出感受，並選擇一種處理負面情緒的方法或冷靜方法協助自己平伏下來繼續遊戲或再玩一次。

活動變化：

收集清單的內容可按教學主題更改。導師亦可改用兒童喜歡的桌上遊戲（如：層層疊）作為競爭性遊戲的練習。

開學清單		
書包		<input type="checkbox"/>
筆袋		<input type="checkbox"/>
校服		<input type="checkbox"/>
水壺		<input type="checkbox"/>

活動反思與建議：

24

氣球排球

適應焦點：

小學課堂裡另一個常採用的小組學習模式是合作性遊戲。在合作過程中難免有錯失的時候，自閉症兒童學習不輕易投訴或責怪同組同學是十分重要的，這可促使別人更願意與他合作。

目標：

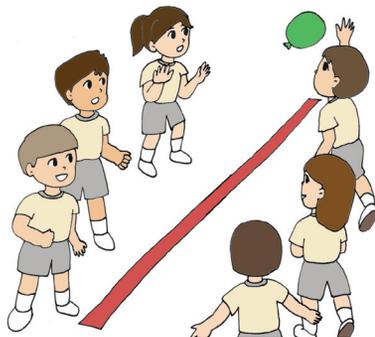
- 學習在合作性遊戲中與同組兒童合作
- 學習表達及處理負面情緒
- 學習鼓勵同組同學的參與

教材：

1 個氣球

方法：

1. 導師在地上貼上一條紅線，將兒童分為兩組進行比賽，兒童需互相合作將氣球托向空中，不可讓氣球落地。
2. 每組兒童只可托三次氣球，之後，須把氣球拋向對面一組的兒童。
3. 首先把氣球掉在地上的一組算作落敗。
4. 當兒童失敗或輸掉遊戲時，導師可請他說出感受，並選擇一種處理負面情緒的方法或冷靜方法協助自己平伏下來繼續遊戲。
5. 最後，導師可邀請同組隊友也說出落敗的感受，並請兒童說一句鼓勵隊友的說話，可以說：「不要緊，下次再努力！」
6. 若兒童那一隊勝出，導師也可教導兒童如何與隊友分享喜悅（如：互相擊掌），或多謝隊友，以學習彼此欣賞。



活動反思與建議：



社交技巧4：

與朋輩討論、分享、合作、一同遊戲

朋輩相處是兒童成長路上的必修課題，亦是學校生活的重要一環。能與朋輩討論、分享、合作，並一同遊戲，是建立友好關係的基礎，亦可讓自閉症兒童感受當中互動交往的樂趣。

訓練層次：

第一階段：彼此認識



第二階段：學習與朋輩相處及遊戲的技巧

社交技巧5：

引發、理解及回應社交溝通

引發、理解及回應社交溝通的技巧是適應社交生活的基礎元素。這些技巧包括：打招呼、邀請、讚賞、聆聽、回答別人、提出要求 / 問題 / 意見、分享興趣及經驗、道歉等。

訓練層次：

第一階段：達到個人目的（如：打招呼、要求）



第二階段：由成人引發人際交往（如：回答別人）



第三階段：兒童自行與人交往（如：分享）

訓練錦囊

以下方法可以進一步協助自閉症兒童與人交往：

(1) 影子提示法

導師站在兒童背後，明確地讓兒童知道 he 會得到支援和協助，並提供詞句讓兒童採用以向有關人士傳遞訊息，如：若導師想兒童跟另一位兒童分享圖書，導師在兒童身邊作提示或帶領兒童走向另一位兒童面前展示圖書，並悄悄地向他提供詞句，你可以說：「小芬，我和你一起看圖書好嗎？」，讓兒童模仿說出。

(2) 轉移引發 (Redirecting) (Schuele, Rice, & Wilcox, 1995)

當兒童主動向導師引發溝通時，導師可以提議兒童轉向其他成人或同輩作溝通，這樣可促使兒童從與成人引發溝通的動機轉移至與同輩溝通，兒童向導師說：「我今次測驗一百分！」，然後導師可回應兒童說：「真好！請你告訴身旁同學！」

(3) 翻譯或示範

導師可在實況的社交情境中向兒童翻譯其他人的非言語行為、心理狀況和他人行為背後的意思，並提供協助的方法，導師可以說：「美美哭是因為她跌傷了，去呵呵她吧！」、「小明很害怕，去為他倒杯水，令他感到舒服些。」

25

下雨了，小熊要回家！



適應焦點：

校園生活中有很多與朋輩合作的機會（如：分組合作完成某項堂課或活動）。自閉症兒童在合作過程中明瞭自己的角色及與對方作良好配合，才可順利完成活動。

目標：

與朋輩合作處理一件簡單的事情

教材：

1 把雨傘、1 個水壺、2 隻小熊公仔

方法：

1. 兩位兒童一組，一位負責撐雨傘，另一位負責抱著兩隻小熊公仔。
2. 他們要合作將小熊運往終點，導師沿途向他們噴水，負責撐雨傘的兒童要用傘遮對方及小熊，令大家不會被弄濕。



活動變化：

請兒童做小侍應，兩位兒童一組合作用餐盤運送一杯快滿瀉的飲品或小食到房間對面的桌子上，為家長和兒童稍後享用茶點作準備。

活動反思與建議：





適應焦點：

在體育課或其他非結構性的課堂，通常有很多與同學合作的機會（如：競技比賽），需要自閉症兒童辨明自己與別人的位置，才能與同學作適當的配合。

目標：

與朋輩合作做動作

教材：

音樂或兒歌

方法：

1. 導師示範做出「校車、長橈、籃球架」的指定動作，每個動作需由兩人合作完成。
2. 請兒童跟隨音樂隨意在房內走動，當音樂停下時，導師說出其中一種物品，兒童要和身旁的兒童立即合作做出該動作。

備註：

1. 動作沒有標準的模式，導師也可在活動前先與兒童一起創作相關的動作。
2. 導師需要在音樂將停下時提醒兒童找合適的對象和空間完成相關動作。



活動反思與建議：



適應焦點：

在課堂中，有很多與朋輩合作的機會（如：專題研習）。這些合作的活動設特定的分工，自閉症兒童亦須按指定的步驟才可與朋輩有效合作，完成任務。

目標：

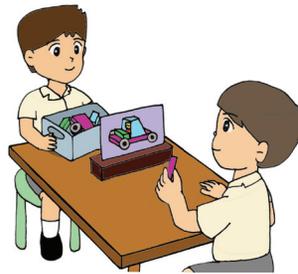
學習合作堆砌樂高積木以完成模型

教材：

樂高積木、簡單模型的彩色相片

方法：

1. 導師安排兩位兒童一組，並給予每組數塊樂高積木和一張模型相片。每組所擁有的樂高積木數量應足夠讓他們完成模型。
2. 導師向兒童解釋他們必須合作按指定的步驟完成工作，例如：
 - i) 兒童甲負責供應積木；兒童乙負責按模型相片砌積木（注意：兒童甲不能看到相片）。
 - ii) 兒童甲按兒童乙的要求供應積木。
 - iii) 兒童乙則須跟從模型相片砌積木。
 - iv) 完成後，可互換角色。



備註：

- (1) 導師可在過程中鼓勵兒童互相溝通，如：發問、給予意見、向別人展示完成品等。
- (2) 導師可透過增加小組內的人數，如：兩人負責供應積木、兩人負責砌積木；或加入新角色，如：工程師 - 負責創建目標模型及監管其他組員是否按照目標砌積木，來提升活動的難度。

活動反思與建議：





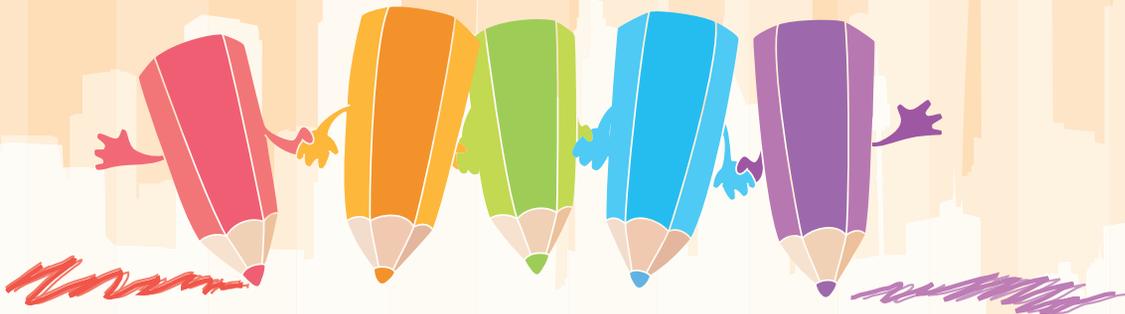
你來參加嗎？



活動變化：

由「演員」作邀請，活動的起首部份不變，當「加入者」行近「加入活動」距離時，「演員」簡單描述自己正進行的活動，並邀請「加入者」與他一起玩，「演員」可以說：「我正在_____，你想不想幫我？」

活動反思與建議：




適應焦點：

在小學中與老師及同學交往時，自閉症兒童宜學習一些處理不同意見的策略並作協商，以找出一個大家都滿意的方案，這樣才能容易與人相處。

目標：

學習處理不同意見的方法

教材：

數款飲品、數隻紙杯

方法：

1. 先分成兩人一組。
2. 導師預備幾款飲品，每組兒童商量選哪一種飲品。
3. 兒童遇上意見不合時，導師可建議兒童運用不同的方法作出最終的決定（如：猜包剪揀、抽籤、讓別人、討論並協商）。
4. 決定選哪一種飲品後，一位兒童拿兩隻杯，另一位將飲品倒進杯中作飲用。


活動反思與建議：




計劃大食會



適應焦點：

分組討論是小學課堂常採用的學習模式，自閉症兒童須學習如何表達意見、聽取別人意見，以及最後把不同的意見組合，而在過程中涉及接納和取捨不同的意見。

目標：

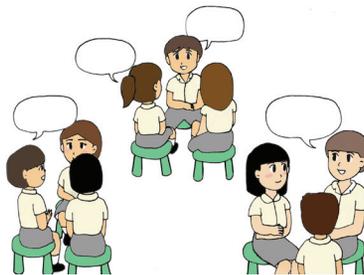
學習分組討論

教材：

筆和紙

方法：

1. 把兒童分成三組，討論大食會的計劃（最好安排每組有一位導師負責記錄工作）。
2. 第一組負責討論一些令人意想不到的食物，第二組負責預備刺激的遊戲，第三組負責討論如何佈置場地和播放什麼音樂。導師記錄兒童的意見。
3. 當兒童表達完畢後，導師將提議列出，並引導兒童作討論（如：提示兒童表達是否同意及原因、用六何法以相關的生活經驗引導兒童想出新建議等），最後協助兒童把不同的意見組合（如：少數服從多數、游說、協商），以作出總結。



備註：

導師可參考社交情境 10「進行小組活動時的表現」內的建議（P.29）引導兒童進行討論。

活動反思與建議：



社交技巧6：

口語交談

口語交談是人際交往的重要途徑之一。自閉症兒童懂得與朋輩輪流對話，並維持同一話題，可以增進與對方的情感及思想交流，從而建立友誼。

訓練層次：

對象：

第一階段：成人與兒童交談



第二階段：兒童與兒童交談

基本模式：

第一階段：“告訴 - 告訴”

例如：兒童甲說：「我喜歡薯條。」

兒童乙說：「我喜歡雪糕。」



第二階段：“提問 - 告訴”

例如：兒童甲發問：「你喜歡什麼？」

兒童乙回答：「我喜歡西瓜。」



第三階段：“告訴 - 提問 - 告訴”

例如：兒童甲說：「我喜歡玩具火車。」

兒童乙發問：「玩具火車在哪裡買？」或
「為什麼你喜歡玩具火車？」

兒童甲回答問題。

社交技巧 6 :

口語交談

進階技巧：

第一階段：維持同一話題



第二階段：「修補」或澄清對話

例如：重覆說話、用手勢或行動示範意思、縮短句子以簡化內容

訓練錦囊

以下方法可進一步協助兒童有效地與他人交談：

- 有需要時，要求對方澄清或闡釋意義（如：請別人減慢說話速度）。
- 兒童多向對方作出反應（如：點頭或說「唔」，表示有興趣繼續聆聽）。
- 兒童留意他人展示不明白的表情或姿勢（如：別人說：「你說什麼呀？」、撓頭）。

31

我們的生日會



適應焦點：

兒童在小學生活中有很多與人交談的機會（如：小息時間談、上課時討論）。學習不同的交談模式可以幫助自閉症兒童更有效地與同學及師長溝通，增進彼此認識和建立友誼。第一階段的交談模式「告訴 - 告訴」可讓兒童互相分享喜好、想法及意見。

目標：

學習基本的交談模式「告訴 - 告訴」

方法：

1. 導師告訴兒童將要舉行生日會，請兒童說出要預備什麼。
2. 導師先示範說：「我要十個氣球」，然後到下一個兒童說：「我要一個生日蛋糕」。如此類推，讓每位兒童都告訴他人他想要什麼東西。
3. 最後，導師作出總結。



活動變化：

可考慮在學期或社交小組即將完結前，讓兒童協助準備自己的畢業典禮。

活動反思與建議：





適應焦點：

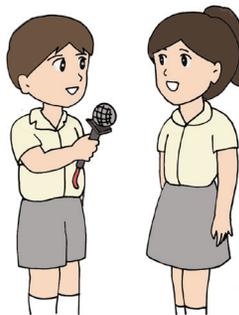
學童在小學生活中有很多與人交談的機會（如：小息時間談、上課時討論）。學習不同的交談模式可以幫助兒童更有效地與同學及師長溝通，增進彼此認識和建立友誼。第二階段的交談模式「提問 - 告訴」可讓自閉症兒童在對話中透過發問去獲取資料，並透過回應給予資料，這是詢問別人意見的常用方法。

目標：

學習基本的交談模式「提問 - 告訴」

教材：

玩具咪、訪問記錄紙、哈哈笑圖案貼紙



方法：

1. 導師請兒童扮演小記者，訪問其他兒童喜歡什麼體育活動，兒童甲可發問：「你喜歡做什麼運動？」，兒童乙回答：「我喜歡游泳。」
2. 請兒童甲作簡單記錄（如：把哈哈笑圖案貼在不同的體育活動旁），並向其他兒童匯報結果。

活動反思與建議：



適應焦點：

學童在小學生活中有很多與人交談的機會（如：小息時間談、上課時討論）。學習不同的交談模式可以幫助兒童更有效地與同學及師長溝通，增進彼此認識和建立友誼。第三階段的交談模式「告訴 - 提問 - 告訴」可讓自閉症兒童學習圍繞同一話題去建立連續的對話。

目標：

學習基本的交談模式「告訴 - 提問 - 告訴」

教材：

不同顏色的筆、不同長度的間尺、不同大小或形狀的擦膠

方法：

導師用圖畫或文字指定每個兒童去買一份文具，然後請兒童把文具用作交換禮物。

例如：兒童甲說：「我想要鉛筆。」

兒童乙發問：「你想要什麼顏色的鉛筆？」

兒童甲說：「我想要藍色的鉛筆。」

請兒童乙根據兒童甲的答案去買禮物。之後，兒童甲跟從以上的步驟去買禮物給兒童乙。最後，請兒童互相交換禮物。



活動反思與建議：





適應焦點：

在分組討論或與師生交往中，自閉症兒童往往傾向於只談及自己感興趣的題目，因而較少留意當時的話題去調整說話內容。學習與師友維持同一話題是十分重要的，這有助加強朋輩與自閉症兒童交談及討論的意願，同時亦可豐富雙方討論的內容。

目標：

學習維持同一話題

教材：

5-6 個主題卡（每主題預備 8 張話題卡，每張話題卡必須清晰地顯示一個特定的主題）、寫有「對題」（綠色）和「不對題」（紅色）的卡各 10 張（將卡片放入一個袋內）、1 個「話題回收箱」。

主題：
旅行

玩什麼

吃什麼



主題卡	對題的話題卡例子	不對題的話題卡例子
旅行	玩什麼？ 吃什麼？	恐龍有什麼品種？ 交通工具有什麼種類？
生日會	在哪裡舉行？ 邀請誰人參與？	巴士有哪些不同型號？ 地鐵有什麼站？

方法：

1. 將不同的話題卡放在枱上，卡的正面向上隨意擺放。
2. 導師揀選一張主題卡放在枱上。請兒童從袋內抽一張卡，如果抽到「對題」卡（綠色），他可揀選一張與主題有關連的話題卡，以接龍方式放在主題卡下方；抽到「不對題」卡（紅色），則選取一張與主題沒關連的話題卡，放入「話題回收箱」。
3. 第一位兒童抽取「對題」/「不對題」卡後，將袋子傳給第二位兒童，如此類推，直至八張話題卡接到主題卡。

活動反思與建議：



35

再說一次可以嗎？

適應焦點：

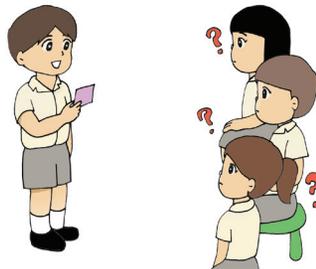
自閉症兒童留意或解讀別人的表情及身體動作方面很弱。與人交談時，很多時需要透過非言語溝通途徑去了解對話。因此，他們需留意對方的非口語訊息及理解背後的意思，才能作出適當的調節，促使交談延續。

目標：

- 學習「修補」(Repair) 或澄清對話的技巧
- 回應別人的非口語訊息
- 運用非口語形式要求說話者作澄清

教材：

10 張命令卡（如：「各位起立」、「各位坐下」）



方法：

1. 導師請一位兒童按指示（例子如下）讀出卡上的指令，其他兒童因聽不清楚而做出迷茫的表情。
2. 當兒童看見其他人不明白的樣子，便需運用合適的修補方法重讀卡上的指令，讓其他兒童跟隨指令作出行動。

指示例子：

- 含糊字眼
- 太輕聲地說話
- 急速地說話
- 欠缺重要字詞（如：「全部小朋友一齊」沒有說出要做什麼）
- 複雜句子

「去陳老師個櫃度攞個日被小朋友關咗，但係冇食到個盒餅出嚟請姐姐食」

- 模糊的參照（如：「行去那裏！」讀出指令時沒有做手勢）

“修補”或澄清對話的方法：

- 重覆已說的話
- 加強聲調語氣突出說話內容
- 用手勢或行動示範說話的意思
- 縮短句子、簡化內容

「去個櫃度，攞盒餅請姐姐食」

- 多說出實質的詞彙，避免籠統的說話（如：呢啲、呢度、個啲、個度）

活動反思與建議：

社交技巧 7 :

運用、注意識別及回應別人的非口語訊息

非口語訊息（包括：手勢、動作、表情、眼神、語調、身體語言等）是社交溝通其中一個重要的渠道，配合說話便能傳遞更完整及清晰的意思，因此能運用、注意識別及回應別人非口語訊息對自閉症兒童來說非常重要。

訓練層次：

第一階段：留意別人的非口語訊息



第二階段：回應別人的非口語訊息



第三階段：運用非口語形式傳遞訊息

36

動一動，傳「口信」

適應焦點：

自閉症兒童留意別人的非口語訊息方面很弱，有時亦會誤解別人的表情或身體動作而引起誤會（如：同學伸出手便以為同學想搶他的東西），故學習留意別人的非口語訊息及明白背後的意思非常重要。

目標：

學習留意別人的面部表情 / 身體動作

教材：

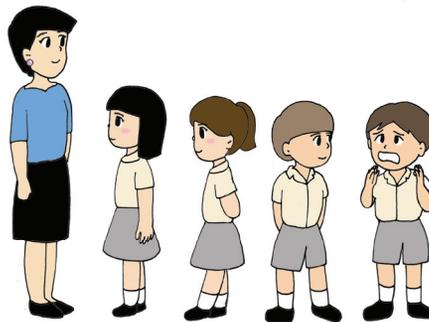
一式兩份的情緒或動作圖卡

方法：

1. 請所有兒童面向導師排一直線去傳達一個不用說話的神奇訊息（如：掩著雙耳）。
2. 排在最後的兒童抽一張情緒或動作圖卡，再輕拍 / 叫喚前一位兒童，扮出卡上的面部表情或動作給他看，並如此類推，把表情 / 動作傳遞到第一位兒童。
3. 最後，請排第一位的兒童看完後，選出和舉起相關的情緒或動作圖卡，看看是否成功把訊息傳遞。

活動變化：

可逐漸增加動作的數目或難度。



活動反思與建議：



37

看看我在做什麼

適應焦點：

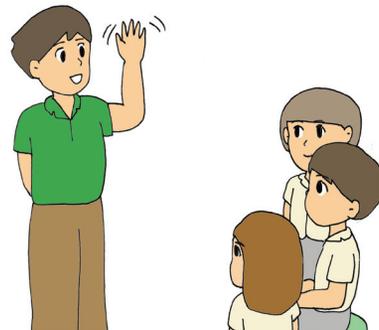
在校園生活中，有些場合是需要以非口語形式去傳達訊息（如：在早會或圖書館以手勢表示安靜、在操場用手勢作召集等），故學習留意及解讀別人的動作是十分重要。

目標：

理解自然的動作和姿勢

方法：

兒童圍半圈坐在導師面前。導師在他們面前假裝做一些動作，兒童需猜猜他正在假裝做什麼。



建議的動作例子：

擦黑板
揮手
走過來
走出去
安靜
穿上或脫掉鞋子、大襪、帽、手套

站起來
坐下
吃東西
合上書本
不知道（如：聳聳肩）
不明白（如：抓抓頭）

活動反思與建議：



38 猜猜是什麼？

適應焦點：

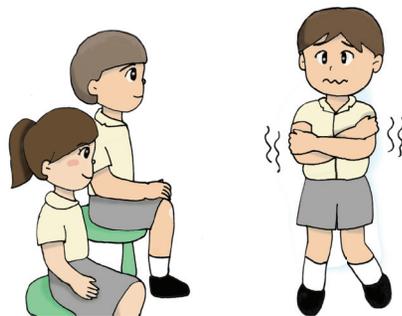
學習明白同一語句以不同的形式（如：聲調、語氣、面部表情等）說出會顯示不同的意思是十分重要的，這可以幫助自閉症兒童容易了解對方的說話及背後的意思，尤其辨識別人對自己的嘲諷。

目標：

學習以面部表情 / 身體動作 / 語氣去傳遞訊息，並解讀別人的非口語訊息

教材：

一些有訊息字句或圖畫的卡（如：來這裡、走開、坐下、嗅到難聞的味道、感到很冷 / 熱 / 開心 / 憤怒、正在品嚐美味的食物、肚痛、很美麗等）



方法一：

1. 將卡放進袋裡，請兒童從袋中抽一張卡，再利用非口語形式（如：手勢、目光注視、面部表情、身體動作等）表達卡上的意思。
2. 由其他兒童猜估訊息。

方法二：

1. 導師用不同的語氣及聲量說出卡上的訊息，兒童比較及說出當中的分別。
2. 之後，請兒童投票選出合適的語氣及聲量，並說明原因。

活動反思與建議：





適應焦點：

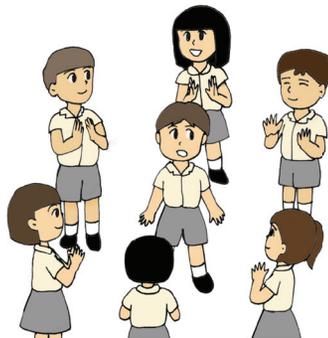
在校園中，社交溝通往往不只發生於一對一的情況，更常見的是數位同學聚在一起而出現。在一群同學中留意細微的非口語線索（如：眼神交流、動作模仿），可以幫助自閉症兒童更有效地投入同學之間的溝通。

目標：

學習留意別人的眼神 / 面部表情 / 身體動作

方法：

1. 所有兒童圍圈坐下，然後請一位兒童離開房間。
2. 導師協助其他兒童選出一人做領袖，他需負責帶領其他兒童做各項動作（如：若領袖拍手，其他兒童便跟從拍手）。當領袖轉換動作時，所有兒童亦跟着轉動作。
3. 請離開房間的兒童回來，站在圈中間，憑觀察其他兒童的眼神、表情和動作去猜測誰是領袖。



目標：

- (1) 若兒童不懂得如何猜測誰是領袖，導師可提示他觀察其他兒童眼神的方向，以及動作變化的先後，再猜測誰是領袖。
- (2) 當兒童掌握遊戲方法後，導師可教導其他兒童不用長時間望著領袖，亦可假裝望著另一位兒童，以提升遊戲的難度，讓負責猜領袖的兒童需要更仔細留意別人的非口語訊息。

活動反思與建議：



社交技巧 8 :

留意社會規範及作出大家期待的行為、說話風格

社會規範牽涉很多未被明確指出，但一般人都知道的人際互動法則。若自閉症兒童留意這些社會規範，便可以作出大家期待的行為或說話風格（如：禮貌、態度、距離、聲量、因應對象改變話題和態度）。

訓練層次：

第一階段：學習作出大家期待的行為



第二階段：理解一般人對那期待行為的想法



40

你坐好未？



適應焦點：

學生在校園內的坐姿將會為他人（如：老師）留下好或壞的印象，自閉症兒童若能注意其中的細節，這有利於建立他們明白隱藏課堂規則的能力。

目標：

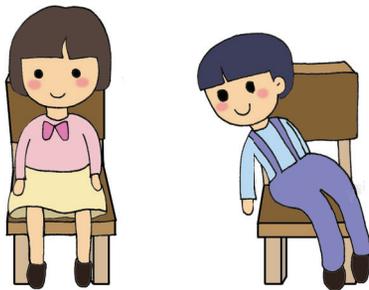
學習辨別好和壞的坐姿

教材：

1 個大洋娃娃或玩具熊

方法：

1. 兒童圍半圈坐在導師面前。導師旁邊放有椅子，洋娃娃就坐在椅子上。
2. 導師利用洋娃娃示範不良的坐姿（如：懶洋洋地靠着椅子、把臉轉過去看着其他地方、扭動身體和心煩意亂地擺弄雙手）或正確的坐姿（如：坐直身子、背靠椅背、腳平放在地上、眼望老師、手放在膝上等），請兒童舉手投票選出哪些是良好的坐姿。
3. 導師可請兒童模仿做出各種坐姿。最後，當導師發號施令時，所有兒童都需在數十聲內展示良好的坐姿。



活動反思與建議：



41

捉老虎



適應焦點：

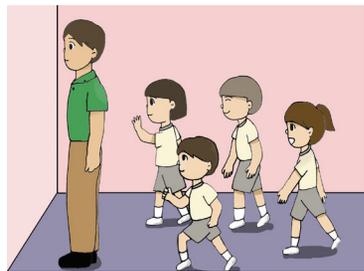
學生在校園內走路的步姿會為他人（如：老師及同學）留下好或壞的印象，如能注意當中的細節，這有利於自閉症兒童明白隱藏的校園規則。

目標：

學習輕步地 / 慢慢地走路

方法一：

1. 導師扮演「老虎」，背向兒童，站在房間的一邊；而兒童則站在離「老虎」一段距離的地方。
2. 遊戲開始時，兒童悄悄地、慢慢地走向「老虎」。如果「老虎」聽到任何聲音，他會突然轉過身來，捉住正在走動的兒童，並帶他返回起點。
3. 最後，能夠到達「老虎」處拍他肩膀而沒被捕捉的兒童便是勝利者。



活動反思與建議：



42

變、變、變！

適應焦點：

有些小學在小息鐘聲響後，需要學童先站住不動，再慢慢走向特定位置排隊。這活動可以幫助自閉症兒童學習大家期待的行為。

目標：

學習站着不動

教材：

魔法棒、魔法師帽和魔法師外袍

方法：

1. 兒童分散站在房間不同的位置。其中一位兒童被選為魔法師，他不單拿著魔法棒、戴上魔法師帽和穿上魔法師外袍，更可以把任何人變成石頭。
2. 魔法師一邊走，一邊用魔法棒輕點其他兒童的肩膀，而被魔法棒點中的兒童要立即站住不動，變成石像。
3. 當魔法師再輕拍兒童時，便可解除他身上的魔法，而兒童可再次走動。



活動反思與建議：



43

拼出我的學校

適應焦點：

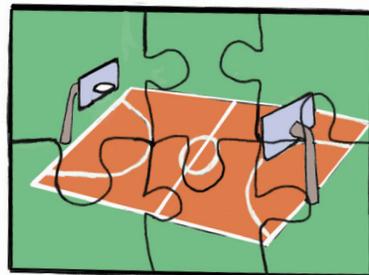
在校園生活中，輪流的技巧佔著重要的部份（如：在小食部排隊輪候購買小食、上體育課時輪流進行活動等），懂得這個規範能幫助自閉症兒童建立良好的人際互動關係。

目標：

學習與別人輪流活動

教材：

1 顆大骰子、數幅由小學課室或設施的相片製成的拼圖（每份分 6 塊，在背面分別寫上 1-6）



方法一：

1. 請六位兒童圍圈坐，並輪流傳送骰子。
2. 當導師說「停」時，拿着骰子的兒童朝向圓圈中央擲出骰子，並依照擲出的數目跳出來拿取拼圖（如：數目是六，兒童就需向前跳六下才能拿拼圖）。
3. 當所有兒童拿取拼圖後，導師請他們按拼圖背面的數字輪流合作完成拼圖。
4. 最後，導師可以請兒童說出圖中顯示小學的哪個地方或設施，並介紹它的用途。

活動變化：

導師亦可以舉辦活動日，安排不同的攤位遊戲（如：拋籃球、釣魚、輪流將故事重組說出），讓兒童輪流進行活動。

活動反思與建議：





適應焦點：

若自閉症兒童要作出大家期待的行為，有時必須要保持自我克制和忍耐（如：上課感到沉悶時仍需安坐至下課）。同時，亦有研究指出良好的自我克制能力與將來的學業及成就有正向的關係（Lehrer, 2009）。

目標：

能安坐 5 分鐘而不受引誘

教材：

各式各樣兒童喜歡的小玩具或小食

方法：

1. 兒童圍半圈坐在導師面前，每位兒童的前面或口袋都放着一種有趣的小玩具或小食。
2. 導師告訴兒童若能在五分鐘內聆聽故事而不觸摸玩具或小食，最後便可以玩玩具十分鐘或得到雙倍份量的小食。如果兒童抵不住引誘而拿起玩具或吃掉小食，導師便把玩具放進中央的盒子，而故事完結時，兒童也不會得到玩具或小食。
3. 當故事完結時，能遵守規則的兒童便可以得到預定的獎勵。

備註：

導師可教導兒童望著故事書，腦中想著故事中的人物或情節，以幫助自己保持專注及克制，從而減低想玩玩具或吃小食的意慾。



活動反思與建議：



45

手偶操作員



適應焦點：

為與人作有效溝通，自閉症兒童需要調節自己，向有關的對象採用不同的說話、態度或做出合適的行為（如：學生可以直呼同學的名字，卻不可直呼老師的名字，要用「__老師」的稱呼表示尊敬），這樣才可以令人留下良好的印象。

目標：

- 學習辨別恰當和不恰當的行為或說話態度
- 利用說話和表情稱讚別人的良好行為或對別人的壞行為表示不接納
- 做出不當的行為後，學習向人道歉

教材：

手偶數個、不同行為或說話態度的情境圖卡（可參考坊間的德育故事書，如：笑著與同學打招呼、攬著同學、直呼老師的名字、有禮貌地向老師說早晨）



方法：

1. 兒童選擇一個喜愛的手偶公仔，然後輪流抽出圖卡，用手偶展示目標行為或說話的態度。
2. 如展示的目標行為或說話態度是恰當的，其他兒童做出開心的表情並說：「你好乖」或「做得好！」；如果是不恰當的，便做出不滿的表情及提議一個恰當的行為，而兒童需讓手偶說：「對不起」，並展示建議的行為。

備註：

1. 為免兒童因為抽不到心目中的行為圖卡而不高興，導師可向兒童解釋，抽到恰當或不恰當的行為或說話態度的圖卡都不要緊，兒童只是手偶操作員，負責用手偶展示動作。
2. 導師可按兒童的理解能力向他們簡單解釋為何該行為或語氣是恰當或不恰當。

活動反思與建議：





適應焦點：

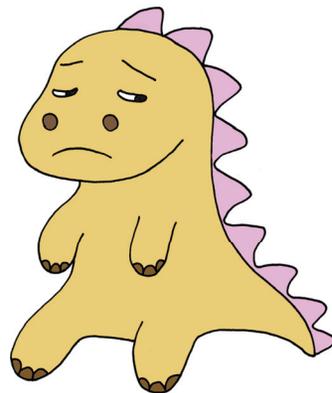
與人交談時，若只談及自己有興趣的話題，別人會感到沉悶而不想繼續溝通。學會留意對方是否感到沉悶可以幫助自閉症兒童更有效地與朋輩交往。另一方面，學習恰當地表示自己對某話題失去興趣，亦是人際交往的重要技巧。

目標：

- 觀察非口語訊息，了解對方是否感到沉悶
- 學習對談話失去興趣的表達方法

教材：

兒童熟悉的簡單故事書、畫上沉悶樣子或寫上「沉悶」的卡紙、空白的卡紙



方法：

1. 導師先解釋「沉悶」的意思，並告訴兒童我們有時會被「沉悶獸」入侵，因而對事情不感興趣。之後，再與兒童討論被「沉悶獸」入侵時會有什麼表現，與兒童一起試做。
2. 請一位兒童負責說故事，導師和其他兒童扮演聆聽者，他們需預先抽一張卡紙，看看自己是否被「沉悶獸」入侵（即要扮演感到「沉悶」的聆聽者），但不要讓說故事的兒童知道。
3. 當兒童開始說故事時，被「沉悶獸」入侵的聆聽者做出其中一種「沉悶」時的非口語表現，說故事的兒童要留意聆聽者的非口語訊息。
4. 最後，說故事的兒童要指出哪些聆聽者被「沉悶獸」入侵，看看能否成功辨認他們，然後可選擇播音樂、請他們吃小食或伸展手腳，以協助他們驅趕「沉悶獸」。

活動變化：

導師可扮演沉悶的說話者，請兒童扮演被悶透的聆聽者，再按兒童的能力與他們討論可如何改變交談模式以促使他們不再沉悶。

備註：

1. 「沉悶」時的非口語表現：

- ✧ 開始望向身邊的其他事物
- ✧ 坐立不安
- ✧ 無目的地撥弄一些物件
- ✧ 以表情來表達煩厭
- ✧ 打呵欠

2. 四種在交談中令人沉悶的做法：

- ✧ 說話者滔滔不絕地談論自己感興趣的事情；每當對方說話時，說話者仍只顧談自己有興趣的話題。
- ✧ 說話者不斷談及無關痛癢的瑣碎事而不理會聆聽者是否表示興趣。
- ✧ 說話者問對方一連串有關他自己的籠統問題，就像需要對方填寫問卷一樣。
- ✧ 說話者毫不熱切及以單調聲調說話。

活動反思與建議：



社交技巧9： 解難能力

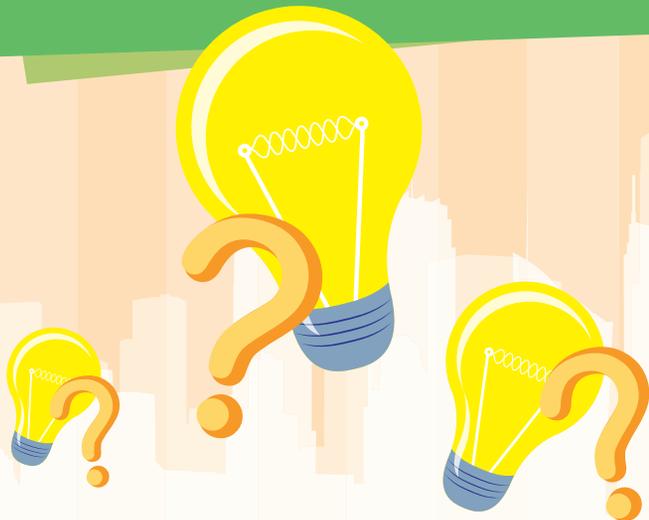
解難能力是影響社交適應及發展友伴關係的重要社交技巧，當自閉症兒童被朋輩作弄、欺負或佔便宜時，他們必須懂得分辨及處理，才能逐步改善交友技巧，邁向健康的身心發展。

訓練層次：

第一階段：察覺及辨識困難



第二階段：學習解決困難的方法



47

解難小博士

適應焦點：

自閉症兒童升上小學後，有很多時候必須獨立處理問題。若能及早辨識及解決困難，他們可順利融入校園生活。

目標：

學習辨識困難及解決困難的方法

方法：

1. 導師可在日常生活或模擬課堂中製造一些困難處境，例如：
 - 做圖工時用具或物料不足
 - 做堂課時間短而未能限時完成
 - 遺漏或遺失個人物品（如：水壺）
 - 小息時把零食弄翻在地上
 - 午膳時無法打開飯盒
2. 導師引導兒童發現困難，並指出一些可行的解決方法（包括自己再次嘗試或向他人求助）。



活動反思與建議：





適應焦點：

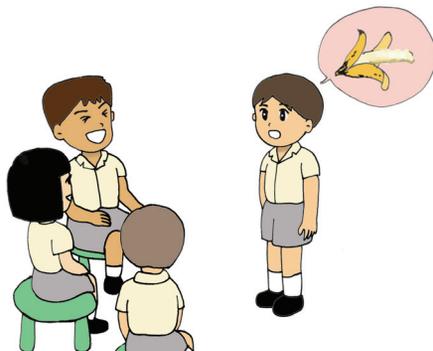
同學之間互相開玩笑或取笑在學校經常發生。回應別人的取笑前，自閉症兒童需先明白別人為什麼會發笑或察覺別人是在笑他，才容易學習解決方法。

目標：

學習注意怎樣會令人發笑

方法：

1. 兒童圍半圈坐在導師面前，導師揀選其中一名兒童（兒童甲）去負責回答其他兒童的提問。
2. 導師告訴兒童甲不論問題是什麼，他只可以用指定的答案「壓扁了的香蕉」作回應。
3. 其他兒童輪流向兒童甲提出問題去嘗試令兒童甲或其他兒童發笑。若有兒童笑了，可由另一位兒童代替兒童甲。



問題例子：

- 上學時你會穿什麼？
- 你的爸爸用什麼來沖涼？
- 你的書包裡有什麼？

備註：

1. 導師可按需要提示兒童可提問什麼問題，並引導兒童明白為何別人會發笑。
2. 每次答案都可以不同，除了說話，也可以用動作作答。

活動反思與建議：



49

角色扮演：被取笑



適應焦點：

被人取笑時，很多自閉症兒童均不知道可如何作反應。不當的反應（如：變得激動、大哭）讓欺凌者覺得有趣，因而會令自閉症兒童繼續成為被取笑的對象，所以學會作恰當回應可避免成為被取笑的目標。

目標：

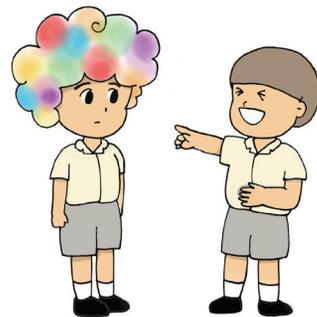
學習被取笑時的恰當反應

教材：

道具（如：小丑假髮、大眼鏡、誇張的衣物等）、1 個球

方法：

1. 導師先舉例解釋「取笑」的意思，再教導兒童被人取笑時可怎樣作回應，並與兒童做一次練習。



建議回應方法：

- i) 挺起胸膛抬起頭
 - ii) 望著欺凌者三秒
 - iii) 保持冷靜
 - iv) 作出回應，包括：
 - 動作回應：顯示不在乎（如：縮一下肩膀）；
 - 採用平和語調作說話回應（如：「無所謂」、「唔」、「哦」、「又如何？」、「不要作弄我」）
 - v) 慢慢轉移視線，轉身或離開
2. 導師與兒童圍圈坐，請每位兒童選一道具，告訴兒童會採用道具假裝互相取笑。
 3. 導師把球拋向其中一位兒童，按他選擇的道具假裝取笑，如：「嘩，你這眼鏡真難看！」，兒童採用上列其中一種回應作反應，然後將球拋回給導師，再拋給下一位兒童。

49

角色扮演：被取笑



備註：

1. 運用道具能製造有趣的氣氛，幫助兒童輕鬆地進行練習。
2. 練習前，可請兒童先選擇他採用什麼說話作回應。
3. 導師可請兒童輪流扮演取笑人和被取笑的角色。
4. 若兒童拒絕參與角色扮演，導師可先請他在旁觀察，之後，再了解他不想參與的原因或嘗試請兒童以布偶作角色扮演。
5. 完成角色扮演後，導師可與兒童退出角色，並告訴兒童剛才只是作角色扮演，取笑的說話並不表示別人真的這樣想，例如：「這只是角色扮演，我知道你沒有一個難看的眼鏡。」

活動變化：

導師可錄影活動片段以作回饋，亦可協助兒童製作一本屬於自己的「回應天書」，方便隨時重溫已學習的方法。

活動反思與建議：



社交技巧 10 : 行為調節

行為調節在學校生活裏佔有一個重要的位置，包括控制突如其來的念頭、接受他人的批評或善意的建議，這技巧有助自閉症兒童適應課堂學習及回應老師或同學的要求。

訓練層次：

第一階段：提高保持恰當行為的意識、分辨問題的輕重



第二階段：學習回應及處理事情的方法



50

問題溫度計



適應焦點：

自閉症兒童有時傾向用極端的方法去解決問題（如：別人不小心碰到自己便推開人、不喜歡就吐口水）。懂得分辨問題的輕重，可讓自閉症兒童選擇用合適的方法去解決問題，同時亦可減低對人際關係及課堂學習的影響。

目標：

學習分辨問題的輕重

教材：

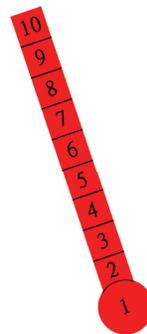
白板、寫上不同問題或事件的紙、「問題溫度計」（可用紙製作1-10度的溫度計放在地上，每一度可容納數名兒童站立）

方法：

1. 導師把寫有不同問題或事件的紙對摺，貼在白板上。
2. 向兒童介紹「問題溫度計」去顯示問題有多嚴重（如：不小心被人碰到是小事，可選用較小的溫度顯示）。
3. 之後，導師逐一打開問題紙，讀出不同的問題或事件，請兒童留心聆聽，並決定問題或事件是大或是小，選出合適的數字顯示，並走向溫度計站立在該度數上。

問題或事件例子：

- 不小心被人碰到
- 忘記帶功課 / 書本
- 遺失了鉛筆
- 遺失了書包
- 不喜歡吃午餐的飯菜
- 被老師責罵
- 心愛的寵物死了
- 家裡發生火警
- 被同學拒絕
- 比賽落敗了
- 上課時答錯問題
- 別人碰到自己的桌子
- 鄰座同學的物品放「過界」
- 罵老師
- 與同學打架



活動反思與建議：



51

角色扮演：不小心？故意？

適應焦點：

有些自閉症兒童在校內常常投訴同學，令同學感到討厭。其中一個原因是他們不懂得分辨同學的行為是否故意。因此，學懂分辨這兩種情況有助他們改善與同學的關係。

目標：

學習分辨別人的行為是不小心或是故意做出來，並作出回應

教材：

1 本圖書

方法：

1. 請兩位兒童進行角色扮演，一位兒童（兒童甲）坐著看圖書，另一位兒童（兒童乙）跑過時不小心碰跌兒童甲的圖書。
2. 導師暫停角色扮演，與兒童討論及分辨兒童乙扮演的角色行為是不小心或是故意做出來的。
3. 導師告訴兒童，若別人的行為是不小心的，兒童可以原諒別人。之後，兒童甲及兒童乙扮演可以怎樣做。

例如：兒童乙：「對不起！」

兒童甲：「不要緊！」

4. 請另外兩位兒童進行角色扮演，一位兒童（兒童丙）坐著看圖書，另一位兒童（兒童丁）故意拿走兒童丙的圖書。
5. 導師暫停角色扮演，與兒童討論及分辨兒童丁扮演的角色的行為是不小心或是故意做出來的。
6. 導師告訴兒童，若別人的行為是故意的，兒童可以認真作回應。之後，兒童丙及兒童丁扮演可以怎樣做。

例如：兒童丁：（指著兒童甲哈哈笑）

兒童甲：「不要作弄我！」，同時亦可慢慢轉身或離開。



51

角色扮演：不小心？故意？

備註：

1. 導師可用道具表示暫停或繼續角色扮演，以增加活動的趣味性。
2. 導師可用文字或圖畫提示協助兒童以不同的說話作回應。

活動反思與建議：



52

角色扮演：被拒絕

No!

適應焦點：

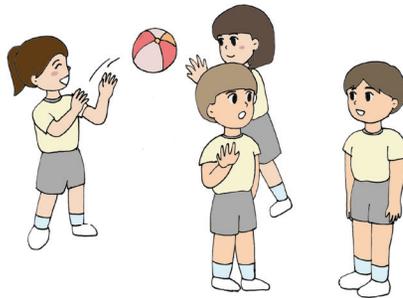
自閉症兒童在校園生活中可能常遇到被拒絕的情況（如：被同學拒絕一起玩），所以學懂恰當地作反應會令人留下良好的印象。

目標：

學習被人拒絕時可如何作出反應

教材：

球類遊戲或簡單桌上遊戲（如：層層疊）



方法：

1. 導師先舉例告訴兒童「被拒絕」是十分常見的，因為不同的人可以有自己的選擇。之後，再教導兒童被人拒絕時可以怎樣回應，並與兒童做一次練習。
2. 請其中一位兒童（兒童甲）扮演「被拒絕」的角色，其他兒童先聚在一個地方玩預設的遊戲。
3. 兒童甲走向其他兒童要求加入遊戲，其他兒童要拒絕他，可說：「不可以！」、「我們不想和你玩！」、「你走開啦！」、「人數滿啦！」
4. 兒童甲選擇右列的方法作回應。
5. 最後，導師可給予讚賞及回饋，亦可與所有兒童討論對回應的看法，例如：「下次有機會，會接受兒童甲一起玩嗎？」

建議回應方法：

- i) 保持冷靜
- ii) 以友善的聲音用說話作回應，可說：「有機會再玩啦！」、「或者下次啦！」、「你們玩得開心點吧，再見！」
- iii) 離開，並嘗試找其他人合作或玩耍

活動反思與建議：



社交技巧 11： 自我管理

良好的自我管理能力（如：個人形象及物品管理）可促使自閉症兒童在朋輩及師長中留下良好的印象，增進人際關係，同時亦能幫助兒童有良好的組織及計劃去適應學校生活。

訓練層次：

第一階段：注意自己的外表及學習管理物品的方法



第二階段：明白自己的行為如何影響他人對自己的印象



53

外形糖藕豆



適應焦點：

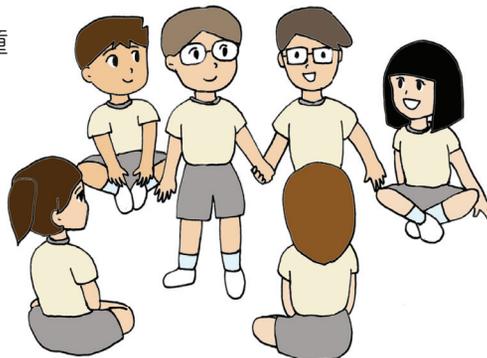
外表能給別人留下第一印象。注意自己的外表特徵，是兒童建立個人形象和人際關係的基礎。

目標：

學習注意自己的外表

方法：

1. 兒童圍圈站着，導師站在圓圈中央。
2. 導師先說出一些兒童的外表或特徵，擁有該特徵的兒童要盡快拖著導師的手。而其餘兒童則坐在地上。
3. 重覆步驟 2 直至所有兒童完成遊戲。



外表或特徵例子：

- 穿運動鞋
- 穿裙
- 短頭髮
- 沒有眼鏡

活動反思與建議：





適應焦點：

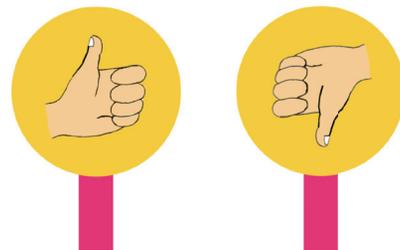
除了外表，展示良好行為是另一個建立個人形象的重要元素。若自閉症兒童展示適當的行為，別人會樂於接近和認識他。

目標：

認識什麼行為會令別人留下良好的印象

教材：

1 塊白板（分開「Like Zone」及「唔 Like Zone」）、不同行為的情境圖 / 文字卡、拇指紙牌



方法：

1. 兒童圍半圈坐在導師面前，每位兒童手持一張拇指紙牌。
2. 導師讀出或讓兒童看卡上寫著的行為，然後請兒童用拇指紙牌投票決定那行為是建立良好形象還是破壞形象，並說明原因。
3. 最後，請其中一位兒童把該行為卡貼在白板的適當位置上。

不同行為的例子：

- 當眾挖鼻
- 當眾抓臀部
- 自己做完功課
- 飯後刷牙
- 如廁時不關門 / 鎖門
- 生病時吃藥
- 自己收拾書包
- 咬筆
- 把飯餸弄跌在枱及地上
- 與別人分享食物
- 安慰別人
- 打噴嚏時不掩蓋口鼻
- 直接批評別人
- 排隊時推前面的同學
- 幫助同學拾起地上的東西

活動變化：

可播放音樂，讓所有兒童化身社交神探，在黑暗的房間內用電筒尋找及分辨不同行為的情境圖 / 文字卡，然後分別貼在白板上「Like Zone」或「唔 Like Zone」。待音樂完畢後，導師與兒童一起討論大家是否貼對。

備註：

導師可與兒童總結，若做出建立良好形象行為，會令別人喜歡認識自己。若否，會令人不想與自己交友。

活動反思與建議：



55

陽光先生你好嗎？



適應焦點：

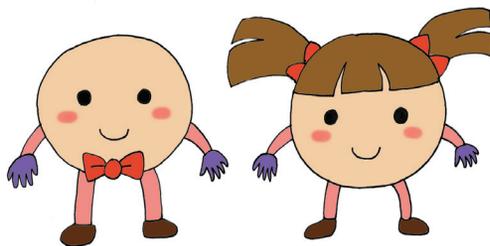
學童每天上學會有機會遇到不同的人。若自閉症兒童能友善地跟人打招呼，可讓人留下良好的印象，因而容易結交朋友。

目標：

學習友善地跟人打招呼

教材：

1 個陽光先生 / 小姐布娃



方法：

1. 兒童圍半圈坐在導師面前，導師告訴兒童陽光先生 / 小姐想認識他們，所以要跟他們打招呼。
2. 導師以陽光先生 / 小姐布娃向其中一位兒童友善地打招呼。待兒童回應後，導師把布娃交給他。
3. 兒童繼續以布娃向另一位兒童打招呼，並把布娃傳給他。
4. 如此類推，讓兒童輪流友善地打招呼。

備註：

導師可用文字或圖畫提示協助兒童掌握打招呼的方法，方法如下：

- 望著別人
- 稱呼別人
- 微笑
- 以說話打招呼（如：「早晨！」、「你好嗎？」、「Hi！」）
- 揮手 / 點頭

活動反思與建議：





「友善大使」選舉



適應焦點：

若自閉症兒童學習成為一個友善的人，可幫助其結交朋友。

目標：

學習如何友善待人

教材：

「友善大使」徽章



方法：

1. 導師告訴兒童，大部份人都喜歡與友善的人做朋友。之後，再與兒童討論友善的人的特徵（如：常常笑、主動與人打招呼、讚美別人、邀請別人一起玩），並且與兒童一起練習如何成為友善的人（如：學習不同的問候語、讚美別人的語句、邀請別人的語句等）。
2. 導師與兒童一起製作「友善大使」海報，列出友善的人的特徵，並把海報貼在課室。
3. 導師告訴兒童會舉行「友善大使」選舉，哪位兒童在一天內展示最多的友善特徵，便可以成為「友善大使」，並獲得徽章。

不同問候語的例子：

「早晨！」 「你好嗎？」

「喂，____（稱呼別人），你做緊咩呀？」

「Hi，我係____，你叫咩名呀？」

讚美別人的語句例子：

「你好叻呀！」

「你好小心！」

「做得好！」

「好勁呀！」

邀請別人的語句例子：

「我咁一齊玩呀？」

「你想唔想做呀？」

「你鍾唔鍾意玩呢啲呀？」



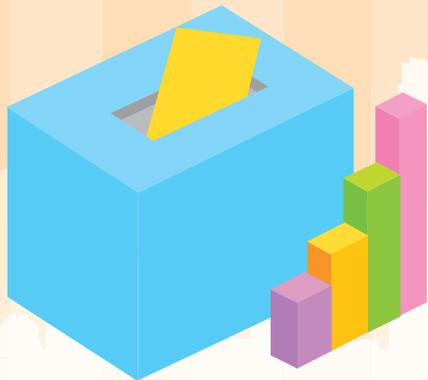
「友善大使」選舉



備註：

1. 導師可因應兒童的能力及進度調整時限（如：在同一個活動中或在一週內）。
2. 導師亦可因應兒童的能力分段教授，如：先練習常常笑，再選出「笑容大使」，如此類推。

活動反思與建議：



社交技巧 12：

接受規則、常規或程序上的改變

當兒童漸漸長大，他們的學習及生活範圍亦隨之擴闊，所遇到的生活程序及環境改變也會增多。預早協助他們適應及準備接受轉變，定能增加他們的彈性以調節行為展開新的學校生活。

訓練層次：

第一階段：明白轉變、停頓或中止活動是平常的



第二階段：學習接受轉變或事情未能一次過完成



第三階段：明白過去的事不能改變，但可為將來的事作計劃



57 圖書管理員



適應焦點：

很多自閉症兒童會按着自己的標準來界定活動是否完成（如：做堂課），卻忽略了身處的環境（如：已到下課的時間）或別人的要求（如：老師要求收拾），因而無法停止活動或堅持至毫不偏差地完成。若兒童明白「完成」是相對而並非絕對的，他們會容易適應課堂模式的轉變。

目標：

參照別人的標準以決定活動是否「完成」，並對「完成」達至一致的看法以滿足各方的需要

教材：

大量圖書、分別寫上 1-10 的紙，並放在抽獎箱內

方法：

1. 導師請兒童做圖書管理員，幫忙疊圖書。
2. 請每位兒童從抽獎箱抽一張紙，然後根據上面的數字決定自己要疊完的圖書數量。
3. 每位兒童輪流為其他兒童把圖書疊起，需參照該兒童的完成數量（即該兒童抽出的數字）而停止。
4. 告訴兒童雖然不是所有圖書都已疊起，但他們的任務全部已經完成。
5. 最後，把餘下的圖書鋪在地上，用一疊疊不同高度的圖書扮作大廈，放在一起砌出一個城市模型。



活動變化：

導師請兒童將多本圖書放回書架，當鐘聲響時，雖然還未完成，但也要立即停止活動。

活動反思與建議：





適應焦點：

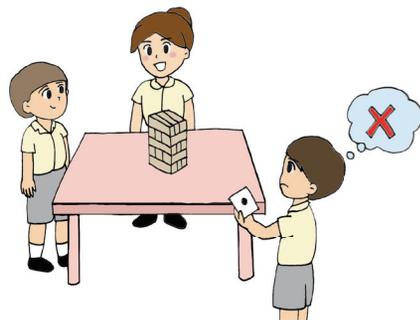
在學校生活中，常會發生活動的轉變（如：早會 / 課堂地點轉變、進行全校活動、火警演習）。學習接受預計流程的轉變，能減低自閉症兒童的不安及避免影響活動的進行。

目標：

- 明白輪流的次序是可以改變的
- 學習接受活動流程或地點的轉變

教材：

一疊紙（四成畫上「✓」、三成畫上「•」、三成畫上「*」）、
1 個布袋或抽獎箱



例子：

「•」代表暫停	「*」代表轉變
火警演習，暫停課堂	課室裝修，需更改地點上課
公眾假期暫停上學	老師病了，需轉換老師

方法：

1. 遊戲可加插在任何形式的輪流活動中（如：捉棋、層層疊、球類遊戲等）。
2. 袋內的「✓」或「•」紙將決定兒童是否需要輪候。第一位兒童從袋中取出一張紙，如果是「✓」，他可以進行活動；但如果是「•」便要暫停，他需把紙放回袋中，由下位兒童抽出另一張紙。如果是「*」，則由導師決定將會有什麼變化，如：由兒童再重覆遊戲、由兒童提議玩另外的棋類活動、請兒童轉到另一個地方（如：另一張桌子）繼續進行活動。

活動反思與建議：



59 火車遊戲

適應焦點：

當事情轉變時，自閉症兒童可能未能接受及明白過去了的事不能改變，因而堅持按原定的程序完成（如：火警演習後，要求老師補償課堂；早會地點轉變，但仍站在原先的地點等候）。幫助兒童學習跟隨周圍同學的行動能有效地協助他們跟上轉變的流程。

目標：

- 學習與人一起步行
- 與友伴保持一致的步速

教材：

4 張卡片（分別寫上「大步」、「慢步」、「細步」和「快步」）、每組 2 條繩



方法：

1. 導師站在終點，請兒童每兩人一組，所有組員面向導師。每組的組員前後站立，前面組員雙手各握繩的一端，後面組員雙手各握另一端。請兒童在特定時間內行至終點。
2. 但組員需留意導師的卡片指示步行。當看見導師舉起卡片，他們必須按照卡上的指示以一致的步速向前行（如：「大步」卡片表示他們需一起大步地向前行）。
3. 活動宜先以一個較慢的速度開始，在每次練習中，可不斷增加轉換卡片的速度。換卡之前，宜先作預告。
4. 最願意互相配合步伐的組別會勝出。

備註：

在商場或散步時間，家長也可與兒童一起以同一步伐練習步行。須肯定兒童正在跟隨著家長的速度，因家長很容易無意識地跟隨了兒童的步伐。

活動反思與建議：



每間學校都會列明校規，可是在現實中還有很多隱藏的規則。自閉症兒童了解及適應這些規則是融入普通學校生活的關鍵。以下列出一些例子：

課堂以外時間

- 集會時，老師會提問，但同學不需以說話回應
- 依鐘聲 / 音樂排隊（集隊時需「快、靜、齊」）
- 如廁時要關門 / 鎖門、何時脫褲子、男孩子小便時不宜望著別人或弄濕別人

課堂時間

- 上落課要起立敬禮
- 上課時留在課室
- 上課時需安靜留心，不騷擾同學 / 與同學說話
(* 需注意安靜手號或口號的使用，因不同的學校採用的會有所不同)
- 在閱讀或自修時間需保持安靜，自己看圖書、溫習 / 做功課
- 等候及跟從老師指示
- 回答老師問題時先舉手，後說話
- 同學答錯問題時，不宜自行大聲地把答案說出來
- 老師責備同學時不是發問或說話的合適時間
- 每位老師對學生可能有他的獨特要求
- 「傳物品」的意思是把有自己名字的物品收起，而其他則傳給同學
- 需要如廁時自行提出要求
- 準時完成堂課
- 轉堂時需收好上一堂的課本，看時間表預備下一堂的用品
- 當下課鐘響起，但老師還未宣佈下課，不可擅自離開座位或催促老師下課
- 老師批准才可離開課室
- 排隊進出課室

社交技巧 13：

明白及遵守隱藏的課堂規則

特別課堂

- 電腦堂：老師未吩咐開 / 用電腦，不要自己開或使用
- 視藝堂：拿到勞作用品，但老師未吩咐開始進行活動時，不要使用或破壞
- 體育堂：分組等候及輪流進行活動

默書、測驗及考試

- 座位可能會改變（如：座位依學號編排）
- 提早完成仍要安坐等候至老師收卷
- 不可看書或偷看其他同學的答案
- 不懂做測驗 / 默書時遇上不懂的字，可先用「O」或「X」作標示，待老師最後給予時間時再想及寫答案
- 字寫得不漂亮時可以先記下，最後才作修改





隱藏規則專家



適應焦點：

自閉症兒童往往難以只透過觀察掌握學校生活中隱藏的規則，因而影響社交及學習。明確的教導及視覺提示能有助他們有效學習潛藏的規則。

目標：

學習隱藏的課堂規則

教材：

棋盤、棋子、隱藏的課堂規則卡、隱藏規則專家證書

方法：

1. 桌上放上棋盤及棋子。
2. 每位兒童拿一張「隱藏規則專家證書」，透過遊戲成為隱藏規則專家。
3. 兒童首先輪流擲骰子，按骰子上的點數移動棋子。
4. 當棋子停在燈泡圖案 () 上，兒童需閱讀相關的情境，判斷主角小明的做法是否正確。導師可出示相關的「隱藏的課堂規則卡」作協助。
5. 若小明的做法是正確的，兒童在自己的「隱藏規則專家證書」上獲得一個印；若小明的做法不正確，兒童就要暫停一次。
6. 最先到達終點的兒童勝出。
7. 當所有兒童到達終點後，導師可檢查他們成為了哪一級的隱藏規則專家，並可鼓勵兒童重覆遊戲來獲取更高的級數以重溫或學習不同的隱藏規則。級數分為：



2 個印：見習隱藏規則專家

4 個印：初級隱藏規則專家

6 個印：高級隱藏規則專家

起點

1 小明準時
回到學校

2 早會時小明大聲
回應老師問的問題

3 上常識堂

12 小明如廁時沒有東張
西望，並保持整潔

11 如廁

10 小明排隊
離開課室

13 上電腦堂

17 小明突然肚痛

16 老師責備同學時，小明
沒有向老師發問或說話

18 小明向老師提出
需要如廁

14 老師未給予指示，
小明自己開電腦使用

15 有同學上課時談話，
老師責備他們

終點

19
午膳時間

20
中文默書時，小明
不懂得默寫便看書

21
上體育堂

24
小明催促
老師下課

22
小明與同學分組等候
及輪流進行活動

23
下課鐘響起

9
小息

8
小明在自修時間與
同學說話

7
老師缺席，課堂
改為自修時間

4
小明發問時先舉手，
後說話

5
轉堂

6
小明轉堂時咬筆

13 個主要社交技巧及相關訓練活動總表

活動 \ 社交技巧		1. 理解別人的觀點和感受 2. 理解及表達情感	3. 情緒管理及處理負面情緒	4. 與朋輩討論、分享、合作、一同遊戲 5. 引發、理解及回應社交溝通	6. 口語交談
1	眉目傳球	*		◆	◆
2	來吃茶點	*			
3	扮嘢至叻星	*		◆	
4	動物巡遊	*			
5	幫助我們的人	*		◆	◆
6	新聞報告時間	*		◆	◆
7	誰會知道？	*		◆	◆
8	「幫幫」超人來了！	*			◆
9	校長的百寶袋	*			
10	「薯仔人」變臉	*		◆	
11	情緒對對碰	*		◆	

* : 主要訓練技巧

◆ : 次要訓練技巧

7. 運用、注意 識別及回應 別人的非口 語訊息	8. 留意社會規範 及作出大家期 待的行為、說 話風格	9. 解難能力	10. 行為調節	11. 自我管理	12. 接受規則 、常規或 程序上的 改變	13. 明白及 遵守隱 藏的課 堂規則
◆						
◆						
◆						◆
◆						
◆	◆					
					◆	
					◆	
◆						
◆						◆

13 個主要社交技巧及相關訓練活動總表

活動		1. 理解別人的觀點和感受 2. 理解及表達情感	3. 情緒管理及處理負面情緒	4. 與朋輩討論、分享、合作、一同遊戲 5. 引發、理解及回應社交溝通	6. 口語交談
12	新書包	✱	✧		
13	送你一份神秘禮物	✱		✧	✧
14	放學後大冒險	✱			
15	喜好大風吹	✱		✧	
16	喜愛的食物	✱			
17	幫忙買東西	✱		✧	
18	情感交叉點	✱		✧	
19	你今日覺得點呀？	✱	✧		✧
20	老師的獎勵	✱			
21	冷靜練習		✱		
22	拔蘿蔔	✧	✱	✧	
23	準備開學了	✧	✱	✧	

✱：主要訓練技巧

✧：次要訓練技巧

7. 運用、注意 識別及回應 別人的非口 語訊息	8. 留意社會規範 及作出大家期 待的行為、說 話風格	9. 解難能力	10. 行為調節	11. 自我管理	12. 接受規則 、常規或 程序上的 改變	13. 明白及 遵守隱 藏的課 堂規則
					◆	
◆						
◆						◆
◆						
	◆					
			◆			
			◆			
			◆			

13 個主要社交技巧及相關訓練活動總表

活動 \ 社交技巧		1. 理解別人的觀點和感受 2. 理解及表達情感	3. 情緒管理及處理負面情緒	4. 與朋輩討論、分享、合作、一同遊戲 5. 引發、理解及回應社交溝通	6. 口語交談
24	氣球排球	◆	✱	◆	
25	下雨了， 小熊要回家！			✱	
26	校車、長櫈、 籃球架			✱	
27	小小建築師			✱	◆
28	你來參加嗎？			✱	◆
29	有商有量	◆		✱	◆
30	計劃大食會			✱	◆
31	我們的生日會			◆	✱
32	小記者	◆			✱
33	交換禮物	◆		◆	✱
34	對話接龍			◆	✱
35	再說一次可以嗎？	◆		◆	✱

✱：主要訓練技巧

◆：次要訓練技巧

7. 運用、注意 識別及回應 別人的非口 語訊息	8. 留意社會規範 及作出大家期 待的行為、說 話風格	9. 解難能力	10. 行為調節	11. 自我管理	12. 接受規則 、常規或 程序上的 改變	13. 明白及 遵守隱 藏的課 堂規則
			◆			
◆						
◆	◆	◆				
		◆				
◆						

13 個主要社交技巧及相關訓練活動總表

活動 \ 社交技巧		1. 理解別人的觀點和感受 2. 理解及表達情感	3. 情緒管理及處理負面情緒	4. 與朋輩討論、分享、合作、一同遊戲 5. 引發、理解及回應社交溝通	6. 口語交談
36	動一動，傳「口信」			◆	
37	看看我在做什麼				
38	猜猜是什麼				
39	估領袖	◆		◆	
40	你坐好未？	◆			
41	捉老虎				
42	變、變、變！				
43	拼出我的學校			◆	
44	忍耐一下啊！				
45	手偶操作員	◆			
46	沉悶獸				◆
47	解難小博士				
48	搞笑高手	◆			◆

✱：主要訓練技巧

◆：次要訓練技巧

7. 運用、注意 識別及回應 別人的非口 語訊息	8. 留意社會規範 及作出大家期 待的行為、說 話風格	9. 解難能力	10. 行為調節	11. 自我管理	12. 接受規則 、常規或 程序上的 改變	13. 明白及 遵守隱 藏的課 堂規則
*						
*						
*						
*						
	*			◆		◆
	*			◆		◆
	*			◆		◆
	*					◆
	*		◆			
◆	*					
◆	*					
		*	◆			
		*				

13 個主要社交技巧及相關訓練活動總表

活動 \ 社交技巧		1. 理解別人的觀點和感受 2. 理解及表達情感	3. 情緒管理及處理負面情緒	4. 與朋輩討論、分享、合作、一同遊戲 5. 引發、理解及回應社交溝通	6. 口語交談
49	角色扮演：被取笑		◆	◆	
50	問題溫度計			◆	
51	角色扮演：不小心？故意？		◆		
52	角色扮演：被拒絕		◆	◆	
53	外形糖糰豆			◆	
54	你 Like 唔 Like ？	◆			
55	陽光先生你好嗎？			◆	
56	「友善大使」選舉			◆	
57	圖書管理員			◆	
58	機會與暫停			◆	
59	火車遊戲			◆	
60	隱藏規則專家			◆	

✱：主要訓練技巧

◆：次要訓練技巧

7. 運用、注意 識別及回應 別人的非口 語訊息	8. 留意社會規範 及作出大家期 待的行為、說 話風格	9. 解難能力	10. 行為調節	11. 自我管理	12. 接受規則 、常規或 程序上的 改變	13. 明白及 遵守隱 藏的課 堂規則
		✱	✧			
			✱			
✧	✧	✧	✱			
	✧	✧	✱			
				✱		
	✧		✧	✱		
✧				✱		
✧				✱		
			✧		✱	
					✱	✧
					✱	
	✧					✱

參考文獻

American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (5th Ed.)*. Arlington, VA: American Psychiatric Publishing.

Delamain, C. & Spring, J. (2002). *Developing Baseline Communication Skills*. UK: Speechmark Publishing Ltd.

Gutstein, S. E. & Sheely, R. K. (2005). *Relationship Development Intervention with Young Children: Social and Emotional Development Activities for Asperger Syndrome, Autism, PDD, and NDL*. UK: Jessica Kingsley Publishers Ltd.

Gutstein, S. E. & Sheely, R. K. (2003). *Relationship Development Intervention with Children, Adolescents and Adults: Social and Emotional Development Activities for Asperger Syndrome, Autism, PDD, and NDL*. UK: Jessica Kingsley Publishers Ltd.

Laugeson, E. A. & Frankel, F. (2010). *Social Skills for Teenagers With Developmental and Autism Spectrum Disorders: The PEERS Treatment Manual*. New York: Routledge, Taylor & Francis Group.

Lehrer, J. (2009). Don't: The Secret of Self-Control. *The New Yorker*.

Schuele, C. M., Rice, M. L., & Wilcox, K. A. (1995). Redirects: A strategy to increase peer initiations. *Journal of Speech and Hearing Research*, 38(6), 1319-1333.

何德芳、羅陳瑞娟、黎鄭東玲、鄧嘉雯、何敏靈、忻嘉俐、吳麗如、鄧淑芬（2014）。《聯情繫意：發展自閉症譜系障礙幼兒的社交能力（第二版）》。香港：香港耀能協會。

林美愛、陳嘉琪、譚慧詩、陳明欣（2011）。《香港耀能協會賽馬會 A PLUS 計劃 - 自閉症學童 @ 普通小學 - 全校支援模式個案及策略分享》。香港：香港耀能協會。

海倫戴維遜（雷珊珊譯）（2014）。《Kidzmix - 幫助小孩子成為社交達人》。香港：新領域教學及治療有限公司。

教育局（2010）。《全校參與模式融合教育運作指南（第二版）》。香港：香港特別行政區政府教育局。

鄒凱詩、盧思珮、李如珍、陳家善、黃志茵、忻嘉俐（2008）。《「聯情繫意 - 發展自閉症兒童的社交能力」 - 心智解讀教材套》。香港：香港耀能協會。

鍾玉琮、陳嘉琪、譚慧詩、鄭韻怡（2009）。《「從轉銜、適應到融合」 - 幫助自閉症學童融入普通小學》。香港：香港耀能協會。

鍾玉琮、高偉文、吳麗如、黃黃潔萍（2010）。《「從轉銜、適應到融合 - 幫助自閉症學童融入普通小學」家長篇》。香港：香港耀能協會。

附件：「初小自閉症融合生所需主要社交技巧」 調查結果

自閉症融合生出現較多困難的情境

小一至小二家長 (N=114)	學校 (N=174)
1. 被欺負、作弄、嘲諷時的表現 (55.3%)	1. 進行小組活動時的表現 (85.1%)
2. 面對困難時的表現 (52.6%)	2. 聽課時的表現 (79.9%)
3. 與同學共處及玩耍時的表現 (50%)	3. 與同學共處及玩耍時的表現 (77%)
4. 與同學交談時的表現 (49.1%)	4. 需要表達自己的情感或有負面情緒時的表現 (76.5%)
5. 對處理個人物品的表現 (45.6%)	5. 處理同學違反課室規則時的表現 (74.7%)
6. 做功課時的表現 (43%)	6. 進行堂課活動時的表現 (73.5%)
7. 進行小組活動時的表現 (42.1%)	7. 對上課環境的表現 (73%)
8. 處理同學違反課室規則時的表現 (42.1%)	8. 回答問題時的表現 (70.7%)
9. 聽課時的表現 (41.2%)	9. 遇到挫敗、比賽勝負或事與願違情況時的表現 (70.1%)
10. 在公共場合個人禮儀的表現 (39.4%)	10. 做功課時的表現 (70.1%)

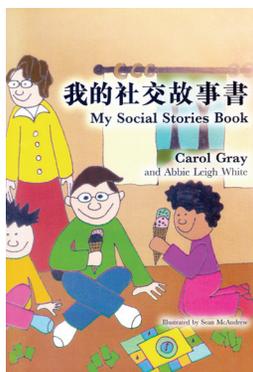
自閉症融合生較欠缺的社交技巧

小一至小二家長 (N=114)	學校 (N=174)
1. 情緒管理及處理負面情緒 (62.3%)	1. 理解別人的觀點和感受 (78.2%)
2. 解難能力 (61.4%)	2. 情緒管理及處理負面情緒 (75.3%)
3. 理解別人的觀點和感受 (60.5%)	3. 與朋輩討論、分享、合作、一同遊戲 (74.1%)
4. 口語交談 (57%)	4. 理解及表達情感 (74.1%)
5. 理解及表達情感 (55.2%)	5. 行為調節 (72.4%)
6. 運用、注意識別及回應別人的非口語訊息 (53.5%)	6. 留意社會規範及作出大家期待的行為、說話風格 (69.6%)
7. 自我管理 (51.7%)	7. 解難能力 (67.3%)
8. 行為調節 (48.3%)	8. 運用、注意識別及回應別人的非口語訊息 (66.7%)
9. 與朋輩討論、分享、合作、一同遊戲 (48.3%)	9. 接受規則、常規或程序上的改變 (66.7%)
10. 留意社會規範及作出大家期待的行為、說話風格 (47.3%)	10. 明白及遵守隱藏的課堂規則 (66.1%)
11. 引發、理解及回應社交溝通 (36%)	11. 口語交談 (63.3%)
12. 接受規則、常規或程序上的改變 (30.7%)	12. 引發、理解及回應社交溝通 (63.2%)
13. 明白及遵守隱藏的課堂規則 (28.1%)	13. 自我管理 (56.4%)

香港耀能協會自閉症相關刊物

我的社交故事書（中譯本）

本書從自閉症兒童的角度描寫日常生活事項。以特定的形式編寫，透過實況環境，用正確、客觀和簡明的層次，誘導自閉症兒童對社交處境的理解，教導他們合宜的行為、態度，增強社交技巧。書中共輯錄一百五十多個故事，配以線條簡潔的插畫，圖文互補，適合家長和前線人員與自閉症兒童一起閱讀。



社交故事精選光碟（簡報版）

21 個社交故事，以簡報的形式展示製成光碟，讓一些對電腦興趣較大或本身理解能力較弱的兒童觀看。故事揀選了兒童最常遇到的情境、最需要學習的技巧，或最常面對的困難的社交故事。



視覺教具教材套（2010年第二版）

《視覺教具教材套》自 2005 年出版以來，深受業界歡迎。本會於 2010 年 4 月再次製作《視覺教具教材套》（第二版）。我們特地將《社交故事及視覺教具教材套簡介》及《視覺教具訓練指南》兩書合而為一：抽出《社交故事及視覺教具教材套簡介》中有關視覺教具策略的精髓，融入於《視覺教具訓練指南》中，並且改為彩色印刷，讓讀者更有效率和全面地認識視覺策略，再配合教材套中的各項配件加以實踐，從而提升對教導自閉症兒童的能力。



教材套包括：《視覺教具訓練指南》、微型實物模型、日程表及程序圖照片、彩色詞彙圖畫卡、彩色詞彙圖畫卡光碟、文字卡、溝通冊、多項視覺用具底板（日程表底板、月曆底板、多用途底板等）

聯情繫意(一) 發展自閉症譜系障礙幼兒的社交能力(第二版)

香港耀能協會於 2005 年出版了《聯情繫意 — 發展自閉症譜系障礙幼兒的社交能力》叢書及《自閉症譜系障礙幼兒社交及溝通行為量表》，近年獲社會福利發展基金支持，成立研究小組，集合近年文獻、研究小組的數據、以及剛推出《精神疾病診斷與統計手冊第五版》自閉症譜系障礙的定義，從切合時宜的角度重新修訂，推出第二版。適合對幼兒發展及自閉症譜系障礙有基本認識的教育及治療人員參考之用。



第一冊 <理念基礎>

闡述促進自閉症幼兒早期社交發展的理論基礎及近期發展，並提出一套介入計劃理念，從目標、策略及環境三個層面去考慮全盤的介入工作，以幫助教導者在介入工作上靈活運用各種方法因材施教。



第二冊 <行為量表使用手冊>及 <自閉症譜系障礙幼兒社交及溝通行為量表>

附有《自閉症譜系障礙幼兒社交及溝通行為量表》和計分光碟，量表設有標準版及簡短版。



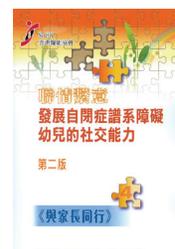
第三冊 <介入計劃>

按照幼兒的社交及溝通階段，具體說明介入計劃的重要元素，包括學習目標、介入策略、環境安排、活動編排及推行技巧，並且就特別教學活動及常規中的訓練兩方面，加以詳細說明。



第四冊 <與家長同行>

以「增權賦能」為家長工作宗旨，討論如何理解家長需要、推行家長教育、提供家長支援及提高家長參與，以推動家校合作，支援自閉症兒童的發展。



自閉症譜系障礙幼兒社交及溝通行為量表 (標準版) 及 (簡短版)

標準版 - 評估自閉症譜系障礙幼兒的發展階段，包括基礎互動能力、相向溝通、情感交流、關係建立、特殊行為等。



簡短版 - 具備甄別準則，用以初步識別社交溝通能力的幼兒，作個別跟進。



聯情繫意 — 發展自閉症兒童的社交能力「互動時光」訓練手冊

本手冊輯錄了香港耀能協會推行「互動時光」的相關資料和經驗，供教育工作者、復康工作同工以及家長作為參考。手冊除了介紹社交訓練的理念和原則之外，還說明了推行的方法。手冊所列出的活動示例，取材自真實案例。通過每個案例，我們不單詳細描述社交訓練的過程，並且透過闡釋當中的技巧，幫助讀者了解如何促進和擴展互動的層次。



「聯情繫意 — 發展自閉症幼兒的社交能力」— 家長錦囊 (第二版)

在自閉症幼兒成長過程中，家長能夠全面了解幼兒的發展需要及積極參與訓練是一個極為重要的元素。《聯情繫意 — 家長錦囊》是 4 冊《聯情繫意》的精華濃縮版，專為家長而設，本書以深入淺出的手法，附加例子解說，使家長更容易將訓練策略融入生活中。全書分五章，首先介紹自閉症的本質及「社交及溝通行為量表」的特色，接著的章節會解釋「聯情繫意」介入策劃的模型及步驟，並以不同的案例深入剖析此策略的實踐情況，最後會講述家長參與的元素。



心智解讀教材套 第二版

自閉症兒童的社交能力發展一向備受關注。針對自閉症兒童的社交溝通障礙，心智解讀訓練能幫助他們解讀別人的心理狀態，加深其社交認知。《心智解讀教材套》現已推出第二版，並且被廣泛應用於兒童訓練上，是一套自閉症兒童的社交及溝通訓練的必備工具，深受家長及訓練員愛戴。



教材套內容豐富多樣化，把心智解讀訓練分為四個範疇，分別是（一）視線偵察及互聯注意、（二）假想遊戲、（三）情緒和（四）信念。內容包括訓練手冊（內附簡單易用的觀察量表及不同階段的活動範例）、多媒體遊戲光碟、訓練圖卡及遊戲棋。簡單易用，並能引起兒童的學習興趣。

「感覺統合」 家居訓練冊（第二版）

本書由資深職業治療師撰寫，除基本感覺統合理論外，為家長精心挑選了52個親子感統家居訓練活動，圖文並茂，使家長輕鬆地掌握在家中為孩子進行感統活動的竅門，是家長的必讀佳品。



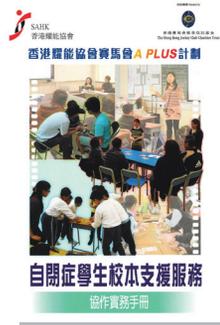
朋輩支援新歷程一 支援自閉症學生的策略及實例

香港耀能協會獲賽馬會慈善信託基金捐助，推行「賽馬會 A PLUS 計劃」，透過本會專業團隊與學校的協作，運用全校參與模式的介入手法，推動朋輩支援的策略，鼓勵朋輩之間的正面互動，達致彼此接納和諧相處。期望書中提出的理念和實例，能作為業界的參考資料，並有助學校營造關愛共融的文化，為朋輩支援計劃展開新歷程。



自閉症學生校本 支援服務協作實務手冊

香港耀能協會獲賽馬會慈善信託基金捐助，推行「賽馬會 A PLUS 計劃」，透過本會專業團隊與學校的協作，運用全校參與模式的介入手法，為教育工作者、自閉症學生及其家長、朋輩，提供校本支援服務，幫助自閉症學生融入普通學校。本實務手冊能為有意推行此模式的學校及專業團隊提供指引。



「從轉銜、適應到融合」——幫助自閉症學童融入普通小學「家長篇」(第二版)

本書內容是根據本會在普通小學服務的經驗及結合「支援自閉症學童升讀普通學校先導計劃」累積的成果而寫成的。透過每篇的主題列舉孩子有可能面對的困難、分析原因及建議方法。包括：「轉銜預備篇」講解家長在孩子入學前的準備，以幫助孩子開心地迎接小學階段；其他各篇則環繞不同的小一生活層面而寫，包括：「常規適應篇」、「功課完成篇」、「默書測考篇」、「行為情緒篇」、「朋輩相處篇」、「課餘消閒篇」和「家長增值篇」。本書適合學前及初小自閉症學童或其他將入讀普通小學的家長。



「從轉銜、適應到融合」——幫助自閉症學童融入普通小學(第二版)

自閉症學童升讀普通小學會遇到許多困難和挑戰，教導者如能提早增進對自閉症學童和他們在校適應問題的認識，並運用有效的方法給予學童調適和訓練，則能協助他們適應新的學校模式和投入校園生活。本書結集學校實例，列舉學童在常規學習、課堂學習、校內評估、情緒管理、朋輩相處等時常遇到的困難，並分析原因和列出可嘗試、調適的方法，可有效幫助自閉症學童順利轉銜、適應和融入新的小學生活。



自閉症兼有嚴重學習困難

在書中，世界知名自閉症學者 Rita Jordan 博士為如何有效地訓練和照顧兼有自閉症和嚴重學習困難的人士提供了實用的指引，通過例子讓讀者了解他們的行為，學懂怎樣建立他們的長處並減少遇到的問題。

本書所採用的技巧來自於多種方案，也涵蓋了重要的課題如雙重診斷的含義、獨特的行為與發展、教導語言和溝通、預防和管理行為的方法、家庭的支持、過渡到成年人生活等。在《自閉症兼有嚴重學習困難》中，Rita Jordan 博士分享了她對自閉症的深入分析，以及她認為處理所引起的問題時最有效的策略。本書對於家長、專業人士、所有與兼有自閉症和嚴重學習困難人士接觸的人而言，都是非常寶貴的。



《自閉症成年人生活適應教材套》

自閉症患者當中約有七成同時具智障，也就是「低功能自閉症人士」，而相關服務的需求非常龐大。可惜，香港在針對低功能自閉症人士的有效訓練策略仍十分缺乏。有見及此，本會自 2007 年開始，針對患有自閉症系列障礙而同時有智力障礙的成年人所需，發展一套生活適應技能訓練計劃，成效顯著。本會獲 Peter Chan Jee Yat Charitable Foundation 贊助將計劃的經驗心得編撰成教材套，與業界共享，希望藉此推動業界發展更有質素的自閉症服務。

此教材套不但針對低功能自閉症人士的獨特需要，更切合成年人實際年齡和需要，並以提升生活質素為目標。當中的訓練活動以在日常生活中的實用性為準則發展，涵蓋社交溝通、個人生活技能、社區生活及休閒娛樂四個範疇，並循序漸進的推行實地練習，大部份的建議策略均經實證為有效。

第一冊 《理念基礎》

闡述自閉症成年人的特性和需要，介紹常用的自閉症評估工具和介入策略，並說明發展自閉症成年人訓練課程的具體步驟。



第二冊 《介入策略與具體應用》

詳細介紹生活適應技能訓練的三大主要訓練元素 (感覺調節、正向行為訓練和適應技能訓練)，內容涵蓋基本理論介紹、流程策劃、活動設計、訓練技巧，附有實戰經驗、個案和活動範例以作參考，更會討論如何實際應用在不同層面上，包括庇護工場、展能中心、弱智人士宿舍及住所等。



資料光碟

提供了教材套中部分實用資料的電子版本，例如量表、訓練目標、表格、工作紙、視覺教具圖，供康復服務人員在實際訓練時使用。

