



# 為有需要的 兒童、學校、 家長和社區接軌

策劃及捐助：



香港賽馬會慈善信託基金

主辦院校：



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

社  
科  
人  
Scientist

合作夥伴：



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



東華三院  
Tung Wah Group of Hospitals



教育局  
Education Bureau

近一年就讀主流中小學的自閉症譜系障礙學生數目持續上升，為了配合這些學童，以及其家庭和學校的需要，香港賽馬會慈善信託基金於2015年推行「賽馬會喜伴同行計劃」。本計劃為全港首個專為於主流學校就讀的自閉特色學童及其家長而設的全方位支援項目，

本計劃的非政府機構合作夥伴亦會分享有關自閉特色學童及其照顧者的受惠故事。我們很高興看到孩子們在適應學校生活、家庭關係和個人成長方面的進步。

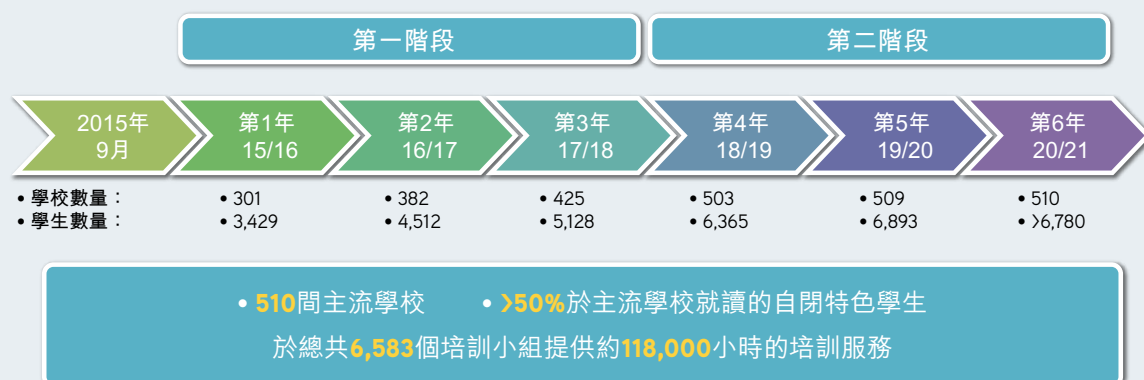
公眾教育一直是本計劃的核心之一，在疫情期間，我們亦不忘提高公眾對自閉症譜系障礙的認識和理解，並促進社會共融。我們籌備了各種網上活動，包括網上工作坊、研討會及分享會，以確保各界能持續學習及參與。

在各合作單位的共同努力下，本計劃不僅為本地家庭和學童提供支援，也惠及全球社群。未來，我們將繼續透過知識交流和發展可持續的專業支援，攜手建構一個更共融的社會。



# 學校支援項目 研究結果

「賽馬會喜伴同行計劃」學校支援研究項目由香港賽馬會慈善信託基金策劃及捐助。由2015/16年度至2020/21年度，我們與教育局和八間非政府機構合作。自開始以來，本項目已為510間主流學校中超過一半的自閉特色學生提供培訓。下圖顯示了自2015/16年度以來我們服務的學校和學生數量。



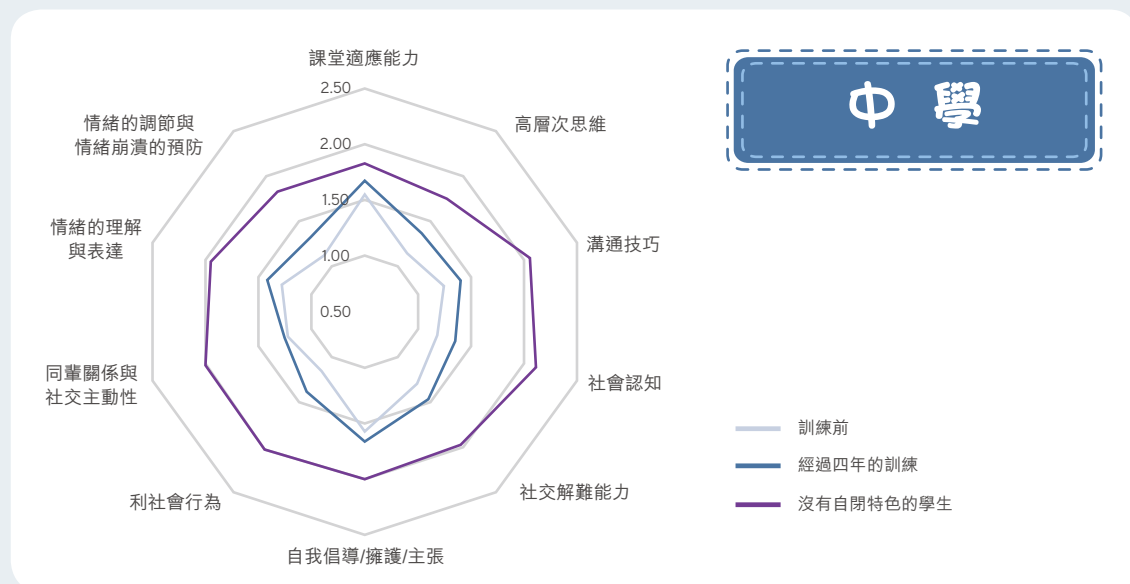
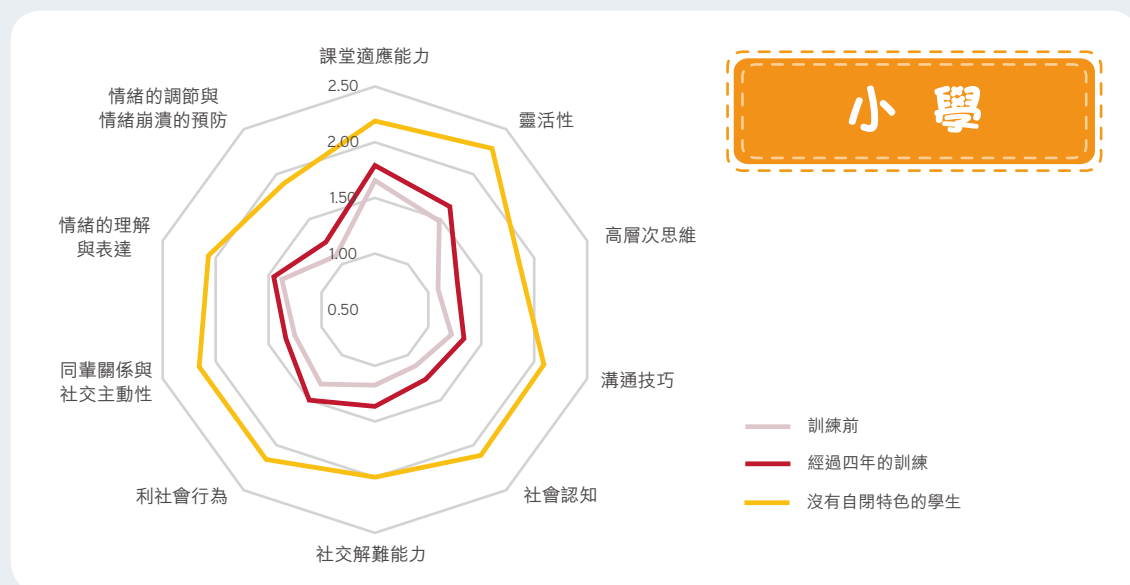
我們的項目旨在：

1. 在非政府機構與學校的協作模式下，通過校本小組培訓，加強學校對自閉特色學生的支援：
  - A. 通過提供校本服務，把非政府機構的專業知識引入主流學校。
  - B. 為眾多自閉特色學生提供額外培訓，讓更多學校獲得項目支援。培訓以實證為基礎，以小組形式進行，當中的需求評估及培訓目標都非常注重學員的個別性。
  - C. 通過編寫與分享支援自閉特色學生的資源材料，促進與非政府機構、學校與社區的知識交流。
2. 提高主要持份者（如教師、培訓導師及家長）的支援技能。

隨著研究項目的結束，讓我們分享學生多年來的進步，以及於疫情期間所汲取的經驗。

### 從教師及家長的角度看學生的進步

小組培訓前後，教師完成了「學習、社交及情緒適應問卷——簡短版」，評估參加學生在10個領域下的學習、社交和情緒技巧，以幫助制定培訓目標和監察進度。我們發現，經過四年的培訓，學生在所有方面均有進步。然而，他們仍然需要學校更多的支援來提升他們的技能，縮小他們與普遍同齡學生之差距。



家長亦完成了「社交反應量表第二版 (SRS-2)」，這是一個在小組培訓前後測量自閉特色行為的量表。結果顯示，經過四年的培訓，學生表現出較少的自閉特色行為。

根據兩份問卷結果，學生經過我們的培訓後，從家長和教師的角度來看均有所改善，但仍需要持續支援。



## 2019/20 年度疫情情況

2019冠狀病毒病擾亂了各行各業，對父母有著雙重影響——他們必須處理個人及子女的生活轉變。而對於自閉特色兒童的父母來說，他們可能面臨更多挑戰，例如學校暫停面授課堂而採用在家學習，所以父母需要提供額外支援，以協助子女學習。

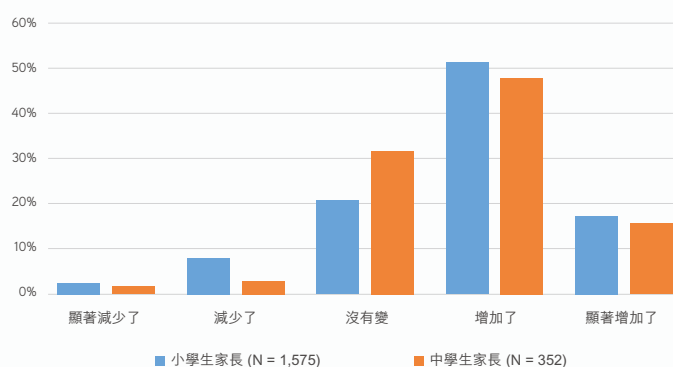
為了解疫情對家長和學生的影響，以便項目在停課期間或復課時為他們提供更具針對性的支援，我們向家長及中學生發放問卷，以了解疫情如何影響他們的生活。

### 家長的觀點

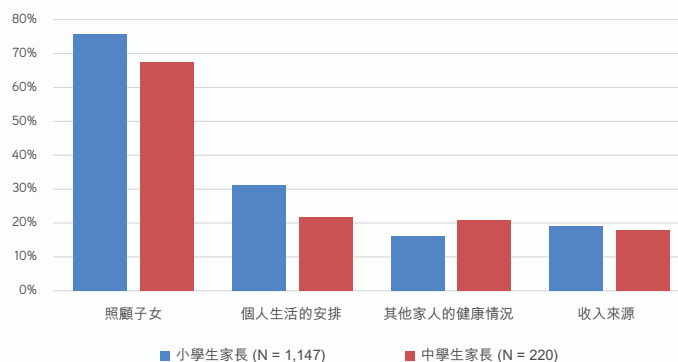
我們收集到1,575名小學生家長及352名中學生家長的問卷。69%的小學生家長和63%的中學生家長表示他們的壓力增加了。大約有70%在疫情期間感到較大壓力的家長表示，照顧子女是壓力的主要來源。其他壓力還包括個人生活安排、其他家庭成員的健康及收入來源等。

在「照顧子女」方面，超過80%的小學生家長和近70%的中學生家長表示，子女的學業進度是壓力的首要原因。其他原因包括子女在家時間太長、子女與其他家庭成員的關係出現問題、子女的不恰當行為、子女的健康、子女的心理健康，以及子女對電子產品的依賴。

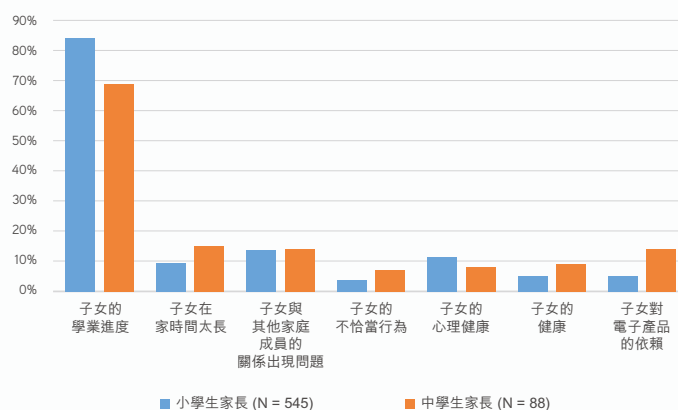
疫情期間停課帶來的壓力



壓力來源



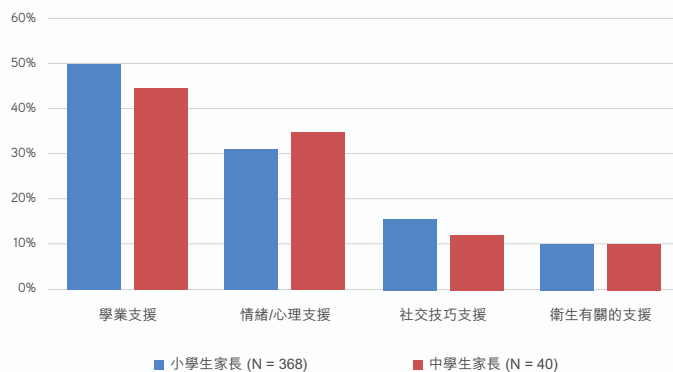
照顧子女所面對的壓力



我們亦邀請家長提出他們認為復課後重要的學校支援措施——首先是學業支援，其次是情緒/心理支援，社交技巧及與衛生有關的支援(如口罩、供水)則排列第三及第四。

簡而言之，我們的調查顯示，學業進度既是家長最大的壓力來源，也是家長在復課後最希望得到支援的領域。

復課後你想學校給予你什麼支援？



### 學生的觀點

我們是在次研究中收集到351份中學生問卷，亦詢問了他們在停課期間最擔心的事情。271名學生提供了書面回覆，其中接近60%提到與學業相關的壓力，例如學業進度、家課、評估或網上學習困難。這與家長對學業進度的擔憂互相呼應。

為了解學生在停課期間是否能夠保持社交活躍，我們詢問了他們有否在上課時間外跟同學聯繫。19%的學生指他們完全沒有和同輩交流，其餘81%的學生則有與同學保持聯繫，他們通常使用文字訊息服務(例如WhatsApp)和社交媒體(例如Instagram)溝通。

由於我們的實體小組教學模式切換為影片、網上課程、工作紙或導師的電話聯繫等方式，我們亦詢問了學生他們認為哪種模式對他們最有用。我們得出的結果顯示，在疫情期間，網上課程(59%)與導師的電話聯繫(33%)是他們的首選模式。然而，在正常情況下，61%的學生更喜歡實體小組會面。

### 建議

總括來說，家長和學生都表示他們主要的關注與學業有關。因此，除了目前項目所提供之日常社交和情緒支援外，學校及非政府機構也需要提供必要的學業支援。針對家長在疫情期間所面對的壓力，非政府機構為家長組織了正念培訓、和諧粉彩、禪繞畫藝術等多種活動，旨在減輕他們的壓力。我們鼓勵家長繼續參與這些活動或培養其他喜好，有助減壓。

疫情改變了學生與他人的社交方式，我們為學生提供社交技巧培訓時，亦應包括使用社交媒體的技巧。此外，由於五分之一的學生表示在疫情期間需要自我隔離，學校可能需要為自閉特色學生提供支援，以便他們在復課後能重新與同輩聯繫。

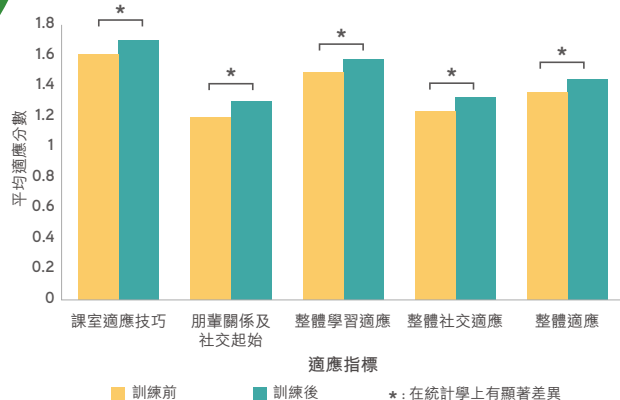
## 計劃成效

**時**光荏苒，不經不覺「賽馬會喜伴同行計劃」(第二階段)已到達尾聲。明愛團隊與學校、家長結伴同行，協助自閉特色學生改善社交溝通、情緒管理及環境適應的能力，並貫徹應用於課堂活動和學校生活中。團隊同工更促進教師、家長和普通學生的參與，使自閉特色學生得到全面的支援，能融入學校生活。

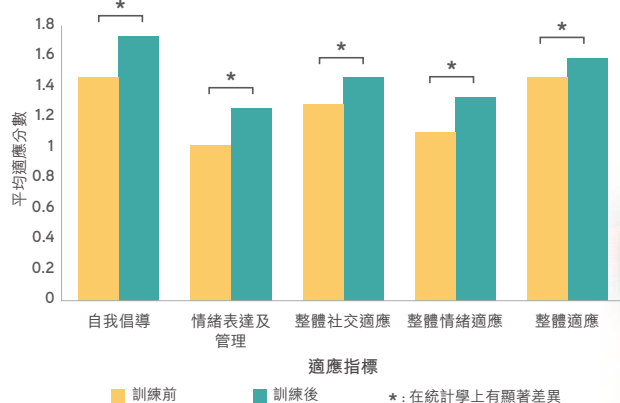
在香港大學社會科學學院研究團隊的協助下，團隊持續收集服務使用者的意見，包括學校、家長和學生，分析學生訓練和支援服務的成效，持續改善服務質素。

以下圖表分別為小學生及中學生有所進步的項目：

學習前後比較 — 學習、社交及情緒適應問卷 (小學組)



學習前後比較 — 學習、社交及情緒適應問卷 (中學組)



## 受眾心聲

除了數據分析外，服務使用者亦透過問卷和訪談，表達了他們對計劃的意見和心聲。

**教師：**參與小組的同學在社交溝通、待人接物、語言表達及行為表現各方面均有所進步，而計劃團隊所提供的工作坊也讓我明白自閉特色學生的核心問題和有效的支援方法。

**學生：**小組活動可以讓我和其他同學共處，同時令我大開眼界，明白自己不是孤獨的。

**家長：**慶幸兒子能有機會參加計劃，他封閉的世界不易接受外人，是導師的愛心和教導，打開他的心扉，謝謝導師的愛心和耐心。

## 新的開始

這六年來團隊能為自閉特色學生提供服務，實在感謝賽馬會慈善信託基金的捐助及香港大學社會科學學院團隊的支持。新學年教育局將承接這項計劃，喜見服務得以持續發展，我們期望繼續與家長、教師並肩而行，為自閉特色學生提供有效的支援，成就更美好的未來。







協康會  
HEEP HONG SOCIETY

**經**過了整整六個年頭，「賽馬會喜伴同行計劃」終於來到完結的時刻。作為提供服務的機構，我們與每年超過1,000位有自閉症譜系障礙的學童、家長及教師同行，一起走過了他們的成長之路。下文謹以「喜·伴·同·行」作為參與計劃的體會：

**喜見學童的進步及成長**——經過小組訓練的學童，在有關訓練範疇有不同程度的進步。除了訓練中的重點——情緒調控及社交技巧方面的進步外，學童的自信心及自我效能感也有提升，促進了學習及融入校園生活。作為同行者，我們感受到學童在成長過程中的喜悅。

**伴隨成長的家長和教師**——透過與家長及教師的分享及支援，使其能在家庭及校園環境中，給予學童恰當的鼓勵及幫助。部份技巧的鞏固及應用，亦有賴家長及教師的配合，使學童有機會運用有關的技巧及方法並得到回饋。除了學童的訓練成果外，家長及教師透過參與配合訓練，更瞭解學童的強項及限制，成為學童成長路上的最強後盾。

**同心合力的家社校協作**——計劃需要家庭、服務機構及學校的配合，提升並延續訓練的成效。支援教師藉入組協助訓練，可吸收訓練的技巧及方法，有助學校建立校本的自閉特色學生的支援系統。



**行人生路的全方位支援**——支援自閉特色學童需要持續發展的資源，學童才可以在可能長達幾年的訓練中獲益。感謝香港賽馬會慈善信託基金的支持，教育局、香港大學社會科學學院及八間合作夥伴的努力，使學校為自閉特色學生而設的小組訓練模式，終於獲教育局納入為常設的支援服務，並擴展至全港的中、小學，使更多有需要的學童受惠。



期望在新學年，我們可以和學童、家長和教師們繼續同行。



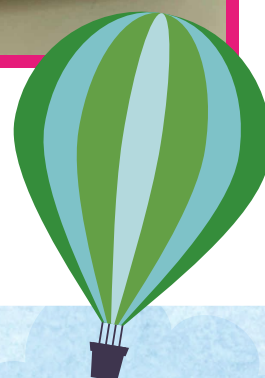
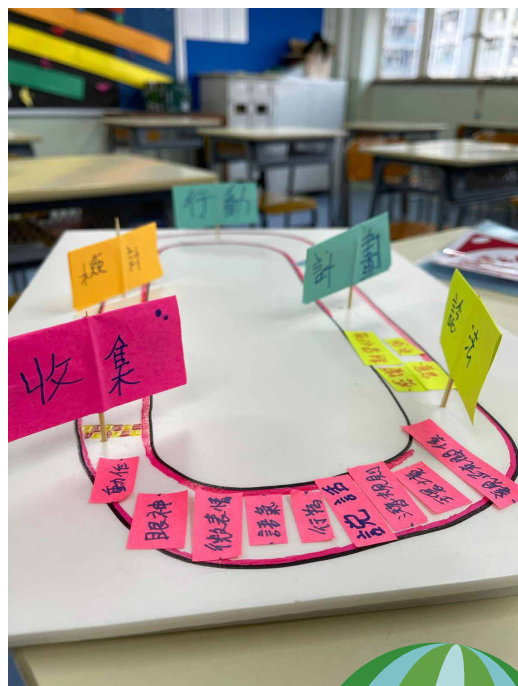




**過**去三年，香港聖公會福利協會（下稱「福利協會」）透過「賽馬會夥伴同行計劃」，為就讀主流學校的自閉特色學生提供全方位的支援服務，包括為614名自閉特色學生提供校本社交能力訓練小組、為1,874位家長及1,595位教師提供支援服務，以及為43間中、小學提供教師支援及推動校園共融的活動。

在學生訓練小組方面，福利協會專業團隊透過實證為本的介入策略及小組訓練框架，以針對性的訓練主題，如溝通技巧、情緒調控及社交思維等，提升學生的整體學習和社交能力。除了小組目標外，也會按每位學生的能力及個別需要而制定個人訓練目標。福利協會重視學生在參與三年計劃內的整體成長，每一年的小組訓練內容均會根據學生的近期需要及能力再作鞏固及延展，有系統地提升學生的學習及技能，協助他們建立成功經驗和自信，使他們更能於日常生活中應用所學並順利融入校園生活。

在家長支援方面，福利協會與學校緊密協作及商討各種家長支援模式，並為家長提供適切的支援服務，包括工作坊、講座及個別諮詢服務等等，與家長一起探討有自閉特色的子女的成長需要及培養正向親子關係的竅門等。此外，福利協會的專業團隊亦與學校緊密合作，經常與教師就個別學生及整體支援系統交流意見並分享心得，致力為學生營造更關愛、友善和有效的學習環境。





## 「喜伴」成長・與家「同行」

不經不覺，「賽馬會喜伴同行計劃」（第二階段）已進入第三年，香港基督教女青年會（下稱「女青年會」）及各學校伙伴，與自閉特色學童經歷不一樣的成長歷程。過程中，除抱持我們常常提醒學童「靈活變通」的態度外，更重要是與他們的家庭同行，用心關愛孩子、欣賞他們的付出和進步！

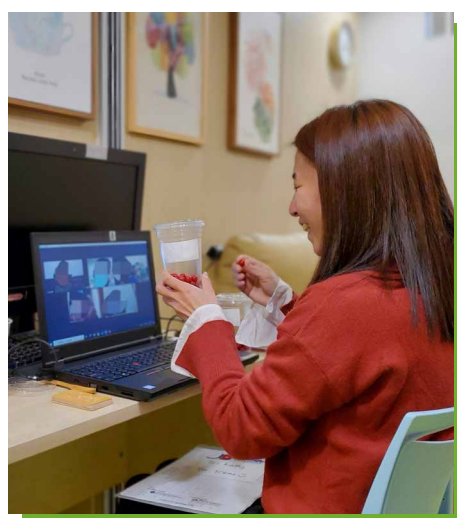
因應疫情和生活模式轉變，學童與家人生活更為密切。女青年會的導師在設計訓練工具時，特意增添大量切合學童家居及生活情景需要的素材，包括以真人示範拍攝主題教學影片，以幫助學童適應在家學習、防疫下的社交生活和情緒管理等。另外，為持續支援學童訓練需要及提升其參與小組的動機，導師在設計課程時把不同實體互動活動和桌上遊戲改編為網上教學版本，令小組教學過程保持互動性和專業性，達至「喜伴」成長。

就著生活模式的轉變與限制，我們期望能更適切地關顧學童及其家庭，在緊繃的家庭互動中，增添多點愛與包容。女青年會導師銳意增加家長面談和電話諮詢的次數，以聆聽家長的困難和需要，分享支



援子女調整生活安排的策略，並就學童在小組訓練的表現作交流，使學童在小組所學的技巧能類化於日常生活中。另外，我們在疫情期間亦透過不同的資源，為有需要的家庭提供防疫物品和在家訓練工具，以照顧個別學童和家庭需要，與家「同行」。

至今，本計劃能持續有效地推行，除有賴家長和學校的配合，亦因著本會跨專業同工的參與，包括教育心理學家及言語治療師，為線上和實體的訓練內容提供專業意見和指導，令各項訓練主題和工具在多元訓練模式下，發揮應有效果，支援學童成長！







## 全方位支援，與學生及家長一起成長

### 不同主題・支援成長

**自**閉特色學生在成長的過程中會遇上不同的挑戰及轉變，「賽馬會喜伴同行計劃」因應自閉特色學生的成長需要，以實證為本的訓練手法提升他們的社交及自我管理能力的。

在過往六年，本計劃設計及建立了一系列的訓練主題：

- 心智解讀
- 對話技巧
- 建立及維持友誼
- 情緒管理
- 解難技巧及靈活思考
- 遊戲技巧
- 應對欺凌
- 包裝說話
- 餘暇活動
- 社交技巧
- 升中適應
- 匯報技巧
- 異性相處技巧
- 電子通訊
- 協商技巧
- 時間管理
- 升學及就業技巧

透過有趣的遊戲體驗、合作活動、學生分享及家課任務去鼓勵學生練習及實踐所學的技巧。此外，本

計劃亦著重提升學生的社交學習動機，培養學生的自省及洞察力，讓他們在成長路上可以更獨立地應對各種挑戰。

### 走出課室・回饋校園

自閉特色學生通常缺乏類化的技巧，故本計劃設計並建立了不同的平台及真實場景，讓他們實踐所學。導師亦會在過程中作出自然介入及解說，強化他們的社交技巧。

本計劃一直鼓勵學生在小組的最後一年合力製作不同形式的「畢業任務」，包括籌備學校攤位、設計及製作紀念品、策劃及組織活動和製作微電影等，其中一間中學的組員以「夢想啟航」為主題拍攝，並以一個故事串連所有組員的梦想。學生一手包辦構思劇本、編曲、作詞、錄音、排舞及拍攝，在過程中亦實踐了表達、解難、協商及時間管理等技巧。學生在活動中展現很大的進步，並為自己的作品感到自豪。

### 家長支援・情理兼備

作為自閉特色子女的家長實在不容易。本計劃因應家長需要，舉辦不同主題工作坊讓家長學習運用適切的策略去扶助子女成長，內容包括「子女零欺凌健康身心靈」、「子女的網絡世界」、「與子女談情說性」、「伴他啟航——子女成人生活準備」及「快樂之道 從小做起」。此外，本計劃亦著重家長照顧自己的身心靈，故舉辦了「觀・賞・情・行」家長小組及靜觀家長小組，以支援家長成為情理兼備的父母，更有信心陪伴子女並肩同行。





「賽馬會喜伴同行計劃」是專為於主流學校就讀的自閉特色學童及其家長提供的支援計劃。自2018年起，我們為86間中小學，超過800位學生及家庭提供小組訓練及不同的配套服務，提升學生的學習、社交及情緒適應技巧，協助他們融入學校生活。

導師運用實證為本的方法，提升學生的社交溝通、情緒適應、學習等技巧，如透過心智解讀課程建立社交、溝通和情緒調控的能力。計劃亦為家長提供不同類型的服務，如個別諮詢、觀課及主題工作坊，讓家長能了解學生於小組所學習的知識及技巧。為配合學校支援自閉特色學生，我們於小組開展前與學校協作人員進行溝通，為學生訂立適切的小組目標，並進行教師諮詢，讓教師能於小組以外的時間跟進學生的進度，掌握合宜的策略於課堂中支援自閉特色學生。

因應疫情，計劃中段經歷了很大的變化。猶記得停課初期，服務需要突然停止，不論導師、教師、家長和自閉特色學生均面對突如其來的挑戰，大家的生活習慣、教學和學習模式都出現變動。因此於2020年3月，我們率先製作了「抗疫我最叻」社交資源套，以及有聲繪本「停課的日子就像駕駛N42A」，幫助學生和家長應對疫情和停課帶來的挑戰及不安的情緒。



計劃開展以來，除了為有需要學生提供針對性及適切的訓練，導師也與家長及學校保持非常緊密的合作。普遍家長對我們提供的服務表示欣賞並有不少正面的回饋，除了認為計劃能夠幫助子女，亦能協助他們紓緩管教的壓力。另外，導師亦與學校保持密切的聯繫與溝通，並為學校提供不同的配套服務，藉此提升教師對自閉特色學生的認知，並協助他們將小組訓練元素延伸至課堂上，從而令學生訓練的成效更加顯著。

感謝香港賽馬會慈善信託基金的捐助，讓中心能於六年計劃期間培訓一個專業的團隊，專門照顧自閉特色學生。透過定期的主題培訓及督導，令團隊的質素提升。同時，計劃所建立的專業團隊可以讓學校得到優質的服務，恆常與學校協作人員進行交流，有效地幫助自閉特色學生適應主流學校生活。

計劃第二階段到達尾聲，本中心十分榮幸能夠參與「賽馬會喜伴同行計劃」及見證每一位參與學生的成長，相信所有參與計劃的學校、家長及機構都有所得著。盼望家、社、校三方合作的模式能延續及優化，令有自閉特色學生及其家庭受惠，融入學校生活。

鄭姑娘：

非常感謝您邀請琛瑜參加小組，即使期間大部份時間是用zoom形式參與，我們應覺得琛瑜透過這個活動獲益不少。也感謝您分享小組內容，希望我們也能夠在日常生活協助琛瑜實踐吧！

我也特別感謝江姑娘的仔細安排和耐心教導，把社交技巧的信息細細分拆，讓同學們明白為何在不同情況下需要採用合適的技巧，甚至還按同學們的喜好買小禮物鼓勵他們，實在是非常細心。請你為我代為感謝江姑娘吧。

希望你們日後繼續舉辦這些小組活動，讓有需要的同學能夠學習社交技巧，令日常生活及接物待人更加得心應手！

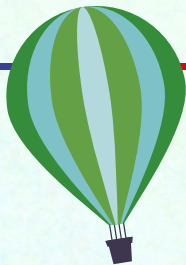
祝身體健康！工作順利！

琛瑜媽媽

2:48 pm







**香**港耀能協會之「賽馬會喜伴同行計劃」為自閉特色學童及其照顧者提供全面支援，遍及不同年齡層、各個方面和各種程度。



## 家庭支援

### 從學前到青年期

世界衛生組織「親子技巧訓練課程」計劃已服務超過70個家庭。在這些家庭中，照顧者學到豐富的育兒與遊戲技巧，更重要的是，他們能更深入地了解其子女。

為配合中小學不同的需要，我們對個別課程進行了調整。「EF Teens執行功能親子小組」為青少年提供體驗式學習的機會。青少年需要設計及生產產品，在模擬公司分配職位後，他們必須制定預算、討論多個項目，並進行各種研究。同時，他們的父母則學習執行功能的策略，並在整個過程中協助子女，見證他們在分析、計劃和運用技巧方面的進步。這些青少年有機會將其所學的知識與技巧付諸實踐。

PEERS®計劃是一項標誌性計劃，它有效地提高自閉特色青少年的社交技巧，以及協助裝備他們的父母。疫情期間，計劃於網上進行。參加者對計劃之原版及調整版均讚不絕口。

### 從自我到合群，從心理教育到治療

為了更有效地處理照顧者的內心鬱結，我們構想了「與我童行」家長身心靈健康小組。參加者能體驗平靜、提高自我關顧意識，並從中學習到適合自己的紓壓方法。

### 從個人到社區

我們為照顧者制定了創新的計劃，推出了一個網上廣播頻道——「輕鬆對疫小頻道」，提供有關育兒技巧與紓緩壓力的訣竅。值得一提的是，有三位自閉特色兒童的父親加入成為客席講者，分享他們在疫情下育兒的經驗，實在難能可貴。聽眾、主持和嘉賓之間亦有即時的交流，提高節目的互動性。

為了傳達社區支援訊息及加強大眾對自閉特色兒童家庭的理解，我們舉辦了「常『傳』希望——加油卡活動」，把來自大眾的600多張加油卡，連同我們的五感減壓套裝，一併送到受惠家庭手上，市民窩心的祝福讓他們深受感動及鼓勵。





## 學校支援

我們制定了具有實證基礎的不同介入策略及適切個人的培訓主題，以提高自閉特色學童的整體心理社會適應技巧與能力，讓他們能更積極地參與學校、家庭和社區活動。

除了為自閉特色學童提供服務外，計劃的非政府機構合作夥伴更成功地把知識和技巧傳授給學校人員，為自閉特色學童在日常學校環境中提供更好的支援。合作夥伴亦與各學校的特殊教育需要統籌主任緊密合作，為自閉特色學童提供更全面的支援服務，並加強家校合作。

在本計劃下，所有合作夥伴都與家長建立了密切和信任的關係。超過80%的家長表示，本計劃對改善自閉特色兒童的情緒及行為表現效果顯著。

本計劃提供不同主題的輔導計劃，如社交技巧、情緒及行為管理，可幫助自閉特色學童更容易適應主流學校的生活。

香港大學社會科學學院的研究團隊及所有非政府機構合作夥伴也設計了一系列實用的資源和材料，並與學校人員和家長分享。長遠來看，自閉特色學生將從中受益。

總括而言，本計劃在香港賽馬會慈善信託基金、香港大學社會科學學院和教育局的大力支持下，完善了針對自閉特色學童的現有服務。

想知道更多有關香港耀能協會之「賽馬會喜伴同行計劃」的資料，請參閱：



家庭支援



學校支援



**透**過「賽馬會喜伴同行計劃」，除了關顧就讀主流學校的自閉特色學童外，我們亦見證了家長/照顧者的轉變。在小組的支援模式下，並配合實證為本策略，學童在社交、溝通及情緒等各方面均有所提升，有助增強其自信心及發展潛力。而當家長/照顧者目睹學童的進步時，他們亦會理解持續支援的重要性。透過參與家長諮詢、講座及工作坊，家長/照顧者的管教知識得以增長，並在日常生活中實踐。

當中計劃最大的支援是提供了一個開放的平台，讓各非政府機構根據各持分者及環境的需要，推出創新及更全面的服務。面對疫情，各機構積極回應在家學童及家長和照顧者的需要，推出有彈性及創意的服務。縱然網上平台與面授課堂的服務有別，但利用網絡資源正正是不少自閉特色學童的興趣及強項。我們發現部份學童透過視像課堂，與導師及其他同學更快建立關係，亦更有動機分享自己的想法，而教師及家長/照顧者更能理解學童在小組中的表現，於網上服務中同樣受惠。

作為計劃合作夥伴之一，我們深信「賽馬會喜伴同行計劃」的成功有賴各方的配合。為了達致學童可持續的發展及成長，除了導師直接提供服務，由教育局及香港大學社會科學學院負責的教師工作坊及資源冊出版，有助教職員掌握合宜的應對方式，並長遠地計劃適合他們的支援方案。此外，透過參與不同形式的分享會及會議，各非政府機構的代表分享良好做法，促進同儕經驗交流，並發揮更大的協同效應。



## 為有需要的兒童、學校、家長和社區接軌

**過**去50年來，全球自閉症譜系障礙流行率有明顯上升的趨勢。2010年全球疾病負擔研究顯示，全球有5,200萬人有自閉特色（註1）。2021年在美國每44名兒童中就有1名被診斷有自閉特色（註2）。儘管自閉特色的人數於全球遞增，育有自閉症譜系障礙、發展障礙或遲緩孩子的照顧者可能缺乏相關技巧地去承擔艱鉅的親職任務，可能在不知不覺間對孩子的成长構成影響。

世界衛生組織在2014年5月舉行的第67屆世界衛生大會通過了「自閉症譜系障礙管理的綜合性協調工作」的決議，得到60多個國家支持。世界衛生組織專家、家長協會和美國自閉特色倡導組織「自閉症之聲」設計了世界衛生組織「親子技巧訓練課程」，



並在全球30多個地區推行。該計劃旨在紓緩世界各地家長照顧發育遲緩或自閉特色兒童之需求。

### 「親子技巧訓練課程」之推行

隨著香港自閉特色人士的比率上升，「賽馬會喜伴同行計劃」家庭支援團隊於2018年8月引入並本地化訓練課程。此課程能提供早期介入，因為照顧者或家長甚至可以於兒童被診斷出有自閉特色前加入本課程。

儘管香港自2019年以來面臨種種挑戰，家庭支援團隊仍竭盡全力幫助社區中有需要的兒童及其家庭。團隊由最初的適應階段至推行階段，一直與政府官員、非政府機構代表、專家、照顧者互助組織進行建構調適會議和深入訪談，以制訂用作培訓和在試行階段的香港版「親子技巧訓練課程」（註3）。由於學校及社會服務處於嚴謹社交距離限制近12個月，在試行階段前，課程材料進一步修改為網上版本，最終在本計劃最後九個月推行及作評估。

到目前為止，香港已成功孕育九名世衛認可的種子導師和超過15名合資格的小組導師，團隊為500多個育有發育遲緩兒童的家庭提供服務。當香港正面對極具挑戰性的時期，香港版「親子技巧訓練課程」為有需要的家庭建立了橋樑。

「『親子技巧訓練課程』是一個非常有系統和有用的課程。我特別喜歡每節的主題，它改變了我的思維方式，也讓我更積極地照顧我有特殊需要的兒子。我要感謝劉博士和所有的導師——他們非常專業和有耐心。此課程為我提供了一個寶貴的平台，結識其他正在面對類似困難和情況的父母。」

這是我們可以安全地互相分享和學習的環境。」

— Ranee  
課程參與者





「當我得知兒子有自閉特色時，我陷於抑鬱邊緣。然而，這個『親子技巧訓練課程』大大幫助了我及家人培育我們的兒子。我的丈夫覺得我明顯比以前進步了。他感謝我每天花更多的時間訓練和與兒子玩耍，並對我的變化表示驚嘆。培訓對改善我的家庭關係也很有效。導師幫助我渡過了這個困難時期。」

— Carmen  
課程參與者

#### 國際知識交流

有危就有機。香港先於許多國家與新冠病毒奮戰，我們的團隊和非政府機構合作夥伴開展網上計劃來幫助有需要的家庭，以滿足於疫情下對照顧有發展障礙或遲緩的兒童日益增長之需求（註4）。這些經驗十分寶貴，所以本計劃及我們的團隊更積極參與國際性的知識交流活動，為調合及推行的過程累積了更豐富的經驗。我們的項目總監黃蔚澄博士及項目經理劉少萍博士，在世界衛生組織及自閉症之聲有關2019冠狀病毒病的全球社區討論上分享了這些寶貴經驗，黃博士更應邀於國際自閉特色研究學會發表主題演講。所以，我們的經驗不僅使香港的家庭受惠，亦支援及幫助了世界各地的家庭、專業人士與研究人員。

#### 今後路向

2021年是家庭支援團隊作結的一年。我們的團隊成員已整理最終研究數據，並於國際網上研討會分

享我們的經驗。本計劃於2021年3月舉辦了一場盛大的網上公眾研討會，討論關於「親子技巧訓練課程」在華人社會的實施科學，來自紐約、台灣、香港和中國大陸等多個計劃團隊分享了其研究成果。研討會總結了此課程在華人社會中推行的成效和發展方向。

憑藉團隊的觀察研究與參加者的反饋，我們在2021香港自閉特色研討會上分享了「親子技巧訓練課程」推行第三階段的隨機對照實驗、聚焦小組之研究成果及實踐方法的最新研究，旨在提高社會共融。我們亦針對支援面對緊急情況的自閉特色兒童及其家人建議應變措施。2021年7月後，本家庭支援團隊將會卸下它目前於香港擔當的角色，並將此重大責任交付我們的合作夥伴。

KW（課程參與者）繪畫了「生命之花」，表達她在「親子技巧訓練課程」中的經歷，以及感激導師陪伴她和她的孩子一起走過去這三個月的日子。



#### 參考資料：

1. Whiteford, H.A., Degenhardt, L., Rehm, J., Baxter, A.J., Ferrari, A.J., Erskine, H.E., Charlson, F.J., Norman, R.E., Flaxman, A.D., Johns, N., Burstein, R., Murray, C.J., Vos, T. Global burden of disease attributable to mental and substance use disorders: findings from the Global Burden of Disease Study 2010. *Lancet*. 2013 Nov 9; 382(9904): 1575-86. doi: 10.1016/S0140-6736(13)61611-6. Epub 2013 Aug 29. PMID: 23993280.
2. Centers for Disease Control and Prevention. (2021, December 2). Autism Prevalence Higher in CDC's ADDM Network. <https://www.cdc.gov/media/releases/2021/p1202-autism.html>.
3. Wong, P. W., Lam, Y. Y., Lau, J. S., & Fok, H. K. (2021 pre-print). The World Health Organisation's Caregiver Skills Training Programme for Autism and Developmental Disorders: Adapting and Pretesting in Hong Kong. <https://doi.org/10.21203/rs.3.rs-408342/v1>
4. Wong, P. W., Lam, Y., Lau, J. S., & Fok, H. (2020). The Resilience of Social Service Providers and Families of Children With Autism or Development Delays During the COVID-19 Pandemic — A Community Case Study in Hong Kong. *Frontiers in psychiatry*, 11. doi: 10.3389/fpsy.2020.561657

## 1. 「賽馬會喜伴同行計劃 — 走進自閉特色的世界」網上學習平台



此網上學習平台由「賽馬會喜伴同行計劃（學校支援）」教育心理學家團隊編寫。參加者可以透過網上學習平台認識自閉特色學童的需要和適切的支援方法，幫助學童面對成長路上的挑戰，發揮所長，貢獻社會。

### 課程特色：

- 自訂進度：網上學習，沒有固定上課時間表，可隨時隨地學習
- 內容豐富：認識自閉特色學童的特色及需要、社交情緒發展及實證為本支援策略
- 教學多樣：運用動畫、人物專訪、示範影片、互動遊戲等，並具備有用資源以供下載，深入淺出帶出學習內容

**對象：**家長、專業同工及對支援自閉特色人士感興趣的大眾

課程現已推出，**費用全免！**

立即啟程：<https://www.asdsupport.org.hk/>



## 2. 「共融齊抗疫 • 多元展『藝』力」藝術創作比賽及展覽



為響應每年四月的「自閉症關顧月」，本計劃舉辦以「共融齊抗疫 • 多元展『藝』力」為主題的藝術創作比賽，希望藉此活動讓本地學生及公眾人士進行藝術創作、發揮創意、盡展潛能，從而建立彼此尊重、互相包容的氣氛。

本屆比賽反應熱烈，合共收到319份參賽作品，其中160份作品來自小學組，116份及43份來分別自中學組及公開組。

請於本計劃的網站查閱得獎名單及欣賞作品。



## 3. 親子網上戲劇班

51對自閉特色孩子和父母在專業戲劇導師的指導下，通過戲劇練習來表達他們的感受和情緒。導師利用各種說故事技巧，帶領大家進入有趣的動物世界。參與活動的孩子和家長不單要去塑造動物生活的環境，亦需要動動腦筋，利用家中物件扮演各種動物。過程中亦會利用的視像工具及遊戲，與導師及其他學員互動。

### 家長心聲：

我很高興發現了孩子的演藝天賦。她主動與其他同樣在鏡頭前的同學互動，從中可以感受到她對表演的興趣。網上學習不但沒有限制她的創造力，更為她提供了一個舒適、熟悉的環境來嘗試不同的肢體運用練習。

### 導師的話：

有些同學第一堂只是坐著聽，到第二堂開始活躍；有些初時需要家長輔助，最後一堂可以獨立跟指令玩遊戲，有很大進步。同學都很投入，臉上都掛著笑容。





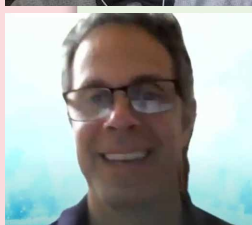
## 4. 香港自閉特色研討會 2021



於2021年7月舉行的香港自閉特色研討會2021以「社會參與，關懷共融」為主題，讓500多名來自非政府機構、大專院校、中小學、政府和醫療保健界的持份者和一般大眾聚首一堂，交流知識和參與專業分享。



研討會邀得自閉特色專家、Autism in Context創辦人兼總監Peter Vermeulen博士發表以「自閉特色：重新定義——邁向身心健康和全人發展」為題的演講，並以「樂在校園：以身心健康為推動校園共融的基礎」為主題，為專業同工舉辦了工作坊。



此外，行為發展專家和兒科醫生Ramzi Nasir博士發表了以「有自閉特色及發展遲緩的兒童在人道主義危機下的影響」為主題的演講。

「賽馬會喜伴同行計劃」學校支援的項目總監王潔瑩博士和家庭支援的項目總監黃蔚澄博士，分享了支援有自閉特色兒童及其家庭的最新研究成果和實用錦囊。



本計劃的非政府機構合作夥伴和計劃的專家團隊亦在研討會中分別介紹了本地首個專為在主流中小學就讀的自閉特色學童而編制的中文寫作資源套、抗疫期間的實用指南及對策，以及世界衛生組織「親子技巧訓練課程」在亞洲的展望。

儘管研討會在網上進行，但互動性並沒有因此而降低。是次研討會不但展出了27張海報，還安排了九個合作夥伴攤位和交流環節，以增強與會者之間的交流。與會者均表示受到極大啟發，並對研討會留下深刻印象。

### 與會者反饋：

1. 整個研討會都非常專業。專家循序漸進地以案例、插圖和生活故事，將多方面的理論與本地的教育和海外實踐相結合。
2. 我喜歡研討會的所有部分，尤其是主題演講展示了業界專家的深刻反思。

## 5. 自閉特色學生中文寫作教材套

中文寫作被視作優秀學業的指標和升中要求，可是，大多數自閉特色學童在此領域都遇到特別多困難。因此學校支援團隊編寫了共12節課的中文寫作教材套，以提升他們的寫作技巧。團隊於2019/20和2020/21年分別推行了兩套以實證為本的教材套——一套針對高中生，側重於敘事性論文，一套針對初中生，側重於議論文。教案和教材套已於2021年暑期分發給所有學校。



## 6. Online Workshops

網上工作坊



茶餐廳

我們致力於抗疫期間與有自閉特色的社群及公眾保持聯繫。我們為大眾和自閉特色學童及其家人安排了多個網上工作坊，以激發他們的創造力和潛能。

### 1. 手作藝術工作坊系列

為了推廣多元藝術發展，我們在2021年2月舉辦了三場網上手作藝術工作坊。127位來自不同界別的人士，例如特殊學校學生、長者、大眾均積極參與是次活動：

#### • 立體心意卡工作坊

參加者創作獨一無二的心意卡，為身邊正在抗疫的大家送上窩心的祝福及謝意。

#### • 紙偶創作坊

導師示範親手製作個性化的紙偶，參加者在過程中可以學習觀察及欣賞自己和他人獨特之處。

#### • 拼貼說故事工作坊

參加者跟隨導師的講解，製作立體創意場景，繼而發揮想像力，利用完成品構思不同故事。

### 2. 天燈製作工作坊

去年因為疫情，我們要保持社交距離過中秋節。不過透過網上工作坊，我們仍能與接近60位參加者遙距相聚，在家動手製作獨一無二的天燈。導師教授來自不同背景的參加者製作天燈，從中增進與家人和朋輩的溝通，在家歡度一個共融和諧的下午。

### 3. 「盡你所能 畫你所想」工作坊

120名學童、家長和朋友一起在家體驗了藉繪畫表達所思所想。我們希望透過藝術，幫助有自閉特色的學童表達自己的情感和想法，並發揮他們的藝術潛能。參加者跟隨導師指示，與組員共同完成畫作。

錯過了工作坊？沒有問題！請隨時瀏覽我們的網站重溫錄影。你可按照自己的進度，一起動手做手作。

