

賽馬會喜伴同行計劃— 成果集

閃閃的成長故事



策劃及捐助



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

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
Societist

序言一



我希望當您翻開這本繪本時，看到的不是有特殊需要兒童的故事，而是一群孩子最真實的生活片段。我們不期望強調某些特定症狀，而是希望透過輕鬆的方式，引領大家探索孩子行為背後的一些原因。孩子固執地只穿藍色衣服或是堅持把玩具排成直線，這些看似與別人不同的行為，其實是他們理解與應對世界的獨特方式。我們刻意避免使用專業術語，而是透過日常生活的情境，讓讀者自然地體會：「原來，這就是他們眼中的世界。」

這些故事源自我們在「賽馬會喜伴同行計劃」十年來與自閉症譜系障礙孩子相處的點滴觀察，繪本故事都取材自真實案例。在計劃執行期間，我們深刻感受到，當孩子們能在友善的環境中學習，他們的進步往往超乎預期。有一位母親曾分享：「以前只覺得孩子難搞，現在終於明白他需要什麼。」這正是我們出版繪本的初衷——讓理解取代誤解，從認識萌生適切的支持及鼓勵。

我們希望這本繪本不只是故事書，更是溝通的橋樑。我們鼓勵家長可以和孩子一起閱讀，透過書中的情境，展開對話：「如果是你，會怎麼做呢？」這種互動，往往能帶來意想不到的收穫。

「賽馬會喜伴同行計劃」從八間非政府組織與學校協作開始，到如今影響全港數百所學校及數千個家庭。這套繪本，是我們送給社會的一份禮物。我期待它能讓更多人明白：每一個孩子都值得被理解，每一份不同都值得被尊重。

王潔瑩博士

「賽馬會喜伴同行計劃（學校支援）」項目總監
香港大學社會科學學院心理學系首席講師（教育心理學家）

序言二



在支援有特殊需要孩子的旅程上，照顧者往往承擔著關鍵的角色。這條路從不輕鬆，當中充滿挑戰、懷疑與孤單。因此，我們需要一個平台，讓家長感受到被理解、被支持。更重要的是，增強面對有自閉症譜系的孩子的知識，態度和實踐能力。

「星語童遊」世界衛生組織親子技巧訓練課程的出現正正回應了這項需要。它不僅是一個訓練課程，更是一套從關係出發的早期介入行動。當照顧者能掌握實用的溝通與互動技巧，整個家庭的氣氛及孩子的發展便會出現微妙而深遠的轉變。

這套繪本是延續「賽馬會喜伴同行」計劃精神的重要一章。透過故事，讀者不單能窺見照顧者與有自閉症譜系障礙的孩子所面對的日常挑戰及溫暖的片段，也可學習到實用的應對方式與心理支持策略。我更建議讀者細讀當中每一個對話與情境，因為這些故事源於真實個案，並屬於每一位正在努力前行的家庭。

願這繪本能成為照顧者的同行者，陪伴大家一步一步，開啟屬於自己的關係之路。同時，我亦希望它能讓大眾更認識自閉症譜系障礙，讓學校、家庭及社區變得更共融，充分擁抱神經多樣性的精神。

黃蔚澄教授

「賽馬會喜伴同行計劃（家庭支援）」項目總監
香港大學社會科學學院社會工作及社會行政學系副教授（註冊臨床心理學家）



學前班和幼稚園階段

P. 3-12



1. 刷牙常規



2. 分享玩具



P. 13-20

3. 共融戲院



P. 21-30

小學階段



4. 處理失望情緒

P. 33-40

P. 41-48

5. 面對突發情況



P. 49-58

6. 結識新朋友



中學階段

P. 61-70

7. 青春期的挑戰



P. 71-78

8. 跨越學習障礙



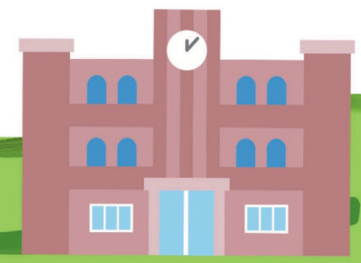
9. 提升社交能力

P. 79-86



P. 87-96

10. 升學與就業



學前班和幼稚園

階段



1. 刷牙常規

閃閃是個快樂又可愛的兩歲小朋友，他為爸爸媽媽帶來許多歡樂。



3

可是，閃閃特別討厭刷牙。爸爸媽媽要他去刷牙時，他裝作沒有聽見，只是繼續玩玩具車。

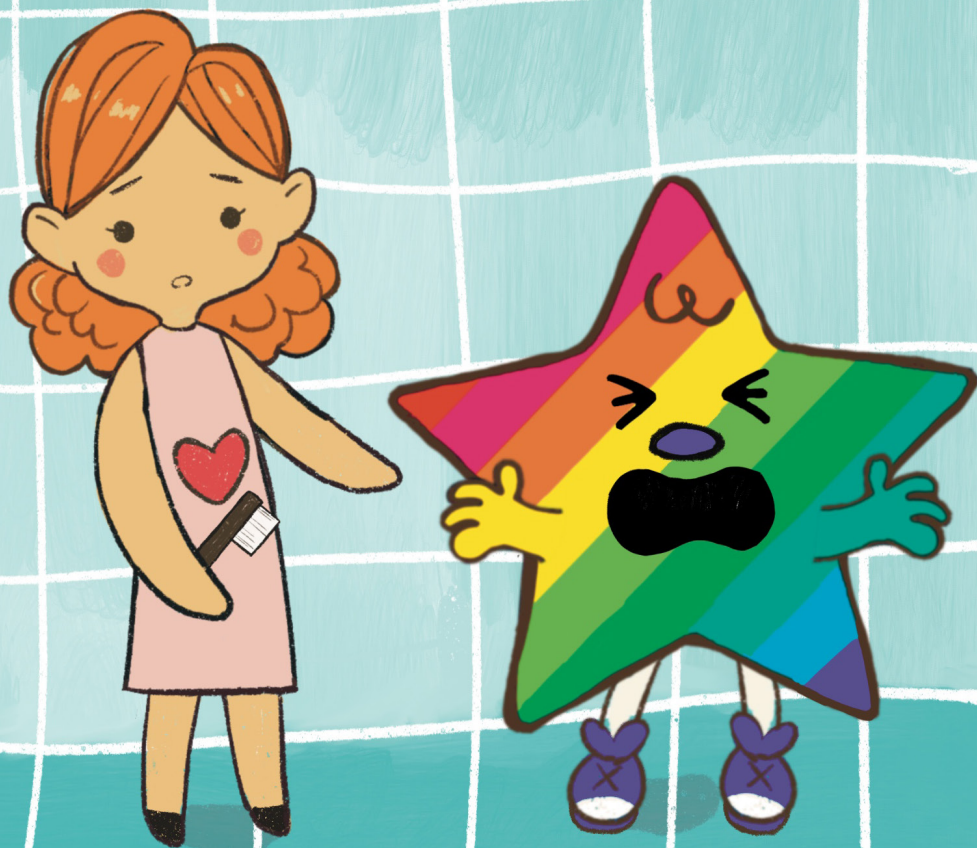


媽媽靠近他，他就一邊搖頭一邊捂住嘴巴地跑開。

4

閃閃身體不適時，爸爸媽媽想要他去刷牙，他就躺在地上，踢着腿，不停地大哭。最後，閃閃和爸爸媽媽都筋疲力盡了。

沒法子讓閃閃刷牙，爸爸媽媽很無奈。

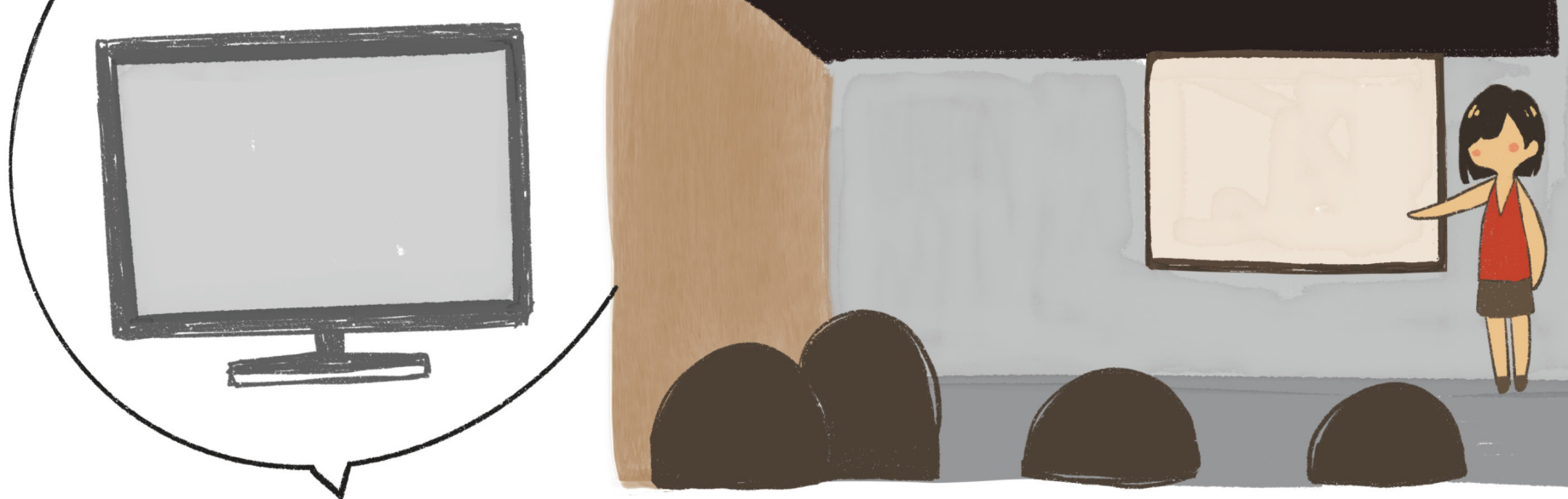


5



6

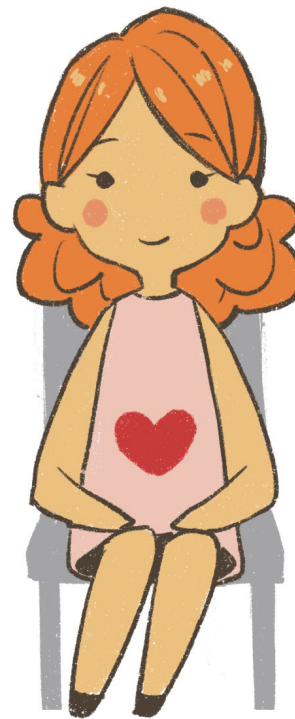
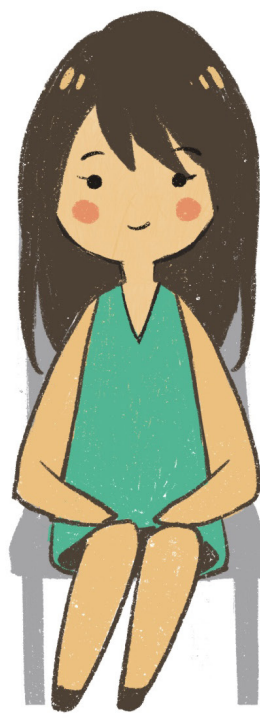
有一天，媽媽告訴爸爸她在網絡上發現了「星語童遊」世界衛生組織親子技巧訓練課程。



媽媽在課堂上學懂了很多知識和技巧，於是和爸爸一起嘗試運用，希望能夠幫助閃閃。



因為爸爸要工作，所以便由媽媽做代表，她滿心期待地去報讀了。





這天，爸爸媽媽委派閃閃擔任「清潔大使」。



媽媽將一幅色彩繽紛的刷牙步驟圖貼在牆上，讓閃閃示範刷牙。爸爸也邀請了巴士公仔見證這任務。

「三……二……一……任務開始！」閃閃笑咪咪地刷着牙。



成功了！爸爸媽媽拍手稱讚閃閃，互相擊掌慶祝。

在這天後，雖然閃閃有時也會不願意刷牙，但爸爸媽媽沒有責備他，繼續鼓勵他、引導他，所以閃閃不斷地有進步。

最後，他能夠獨立地刷牙了，爸爸媽媽都以他為榮。



2. 分享玩具

大件事了！閃閃在幼稚園與同學打架！

沒有那麼嚴重，原來是為了爭搶玩具車而互相推撞幾下。

老師走過來了解事件，知道了發生經過。那是小息時間，閃閃如往常一樣，喜歡獨個兒玩。他從玩具籃中取出很多玩具車，將它們整整齐齊地排成一直線，化為一條車龍。



正當閃閃為著自己的「成就」而拍手時，同學光仔也想要玩玩具車，便走過來取走其中一架。

閃閃見玩具車被搶了，向光仔叫道：「車車，要！」

未等光仔回應，閃閃便硬將玩具車取回來。結果，兩個小孩子搶來搶去，你推我我推你，互不相讓。



老師讓其他同學走出課室，然後牽著閃閃去到課室一角，一同坐下來。閃閃仍在哭叫著，她給閃閃一顆壓力球握著玩，又讓他深呼吸。閃閃不再哭了，情緒也慢慢地平靜下來。

老師說：「閃閃，我知道你剛才很生氣，但是每個同學都可以玩玩具車啊。」

閃閃沒有回應。

「我給你講一個故事，好不好？」

閃閃點頭。



老師從矮櫃裡取了一個早前為閃閃準備的社交情景故事，向閃閃講故事。



「我很喜歡玩具車。玩具車很有趣，我能推著它們，讓它們快速跑來跑去。可是，有時候我不想別人碰我的玩具車。但我也可以試試和我的朋友分享。」



當我和朋友一起玩時，如果我願意分享玩具車，我的朋友會很開心，他們也會覺得我很友善。朋友開心時，我們可以一起笑，一起玩得更開心。



分享可以讓我們有更多的樂趣，而不是只有我自己一個人玩。



當朋友說：「我可以玩你的玩具車嗎？」我可以想一想，然後說：「好呀，我們一起玩吧！」如果我還不想分享，我可以說：「我先玩一下，然後輪到你。」這樣很公平。

今天，我會嘗試著和朋友分享我的玩具車。

我會努力做到，因為分享能讓我和朋友都玩得更開心。

後來，老師讓光仔回來，與閃閃互相道歉。

老師讚賞他們有勇氣承認錯誤，她又叫光仔向閃閃推介玩玩具車的新方法。

他們兩個人玩得很開心，閃閃不再只有一個人玩了。

對唔住

網上學習平台：
情緒理解調控訓練



3. 共融戲院

閃閃生日，他的願望是：「要去戲院。」

有時他跟爸爸媽媽逛街，看到商場中的戲院，會很好奇，想進去看電影。

爸爸媽媽也希望閃閃能體驗多些不同的活動，可是擔心怕黑又怕巨大聲響的閃閃，會不習慣戲院內的環境。



要如何實現
閃閃的生日
願望呢？

喜伴共融電影日

JC A-Connect Movie Day



香港大學

有了！媽媽報名參加了香港大學特別為孩子舉行的「喜伴共融電影日」，當她給閃閃看介紹短片及介紹冊，看到電影的內容……

「獅子！」閃閃歡喜地叫道。

原來今次播放的是一套獅子做主角的動畫電影，閃閃眼中閃現「星星眼」，十分期待。



終於到了電影日的日子，爸爸媽媽帶同閃閃到了戲院。

爸爸去領取爆谷和飲品後，他們便步往影院。看到了影院內的大螢幕，閃閃不禁哇了一聲出來。



電影要開始播放了：燈光慢慢暗下來。閃閃最初有點緊張，但燈光沒有全黑，他仍能看到陪伴他左右的爸爸媽媽，所以便安心下來。

影院內不單仍有溫和的燈光，電影音量也有適當調整。觀眾可以說話，亦可以自由走動。



看著電影中的小獅子歷險，又結識新朋友，閃閃看得太投入了，他沒有多說話，也忘記吃心愛的爆谷。

閃閃在電影播放完畢後，不禁向爸爸媽媽邊笑邊說：
「要獅子！」

爸爸媽媽心想，回家後可以用電腦播放一些獅子片段，趁機會讓閃閃認識多點獅子的知識。

下次旅行時，他們還可以去動物園看真獅子呢！



小學階段



4. 處理失望情緒

閃閃期待的主題樂園之旅，在一個陽光燦爛的日子開始了！

進入樂園後，閃閃臉上也掛著同樣燦爛的笑容，預備去探索不同的樂園風景。

33



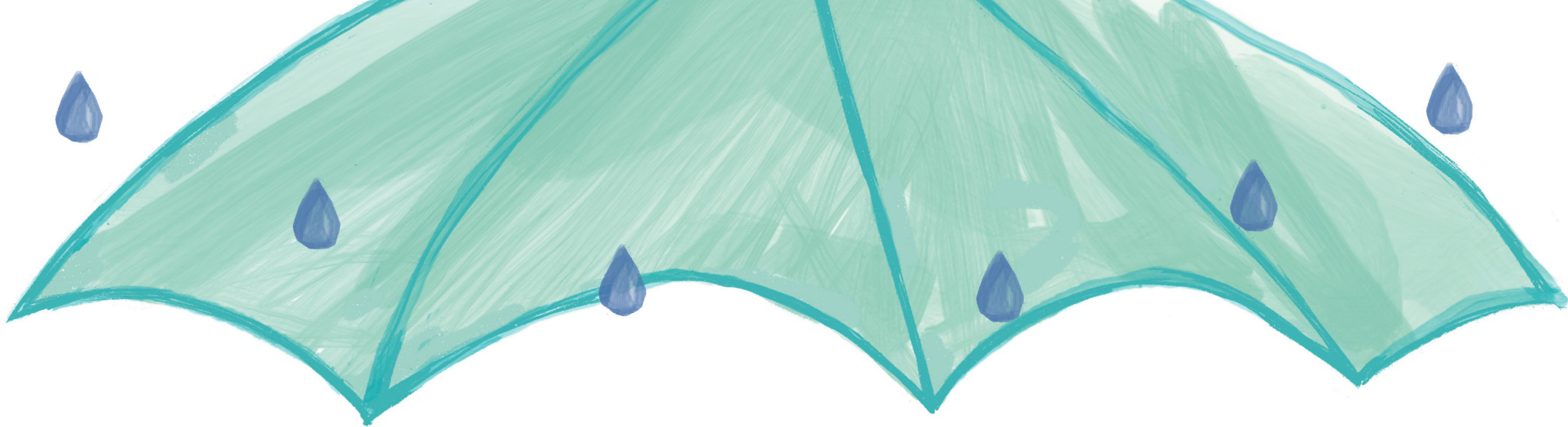
下午，天空突然變暗，斗大的雨落下了。由於雨勢太大，不少遊樂設施都要臨時關閉。閃閃遇著這些突發事情，不由得十分失望。當他聽到爸爸媽媽決定要帶他回家時，更是接受不了這個變化。他開始哭喊、大叫，甚至跺腳：

「我不要回家！我要玩過山車！」

爸爸媽媽知道閃閃的情緒已亮起紅燈了，應該怎麼辦才好？



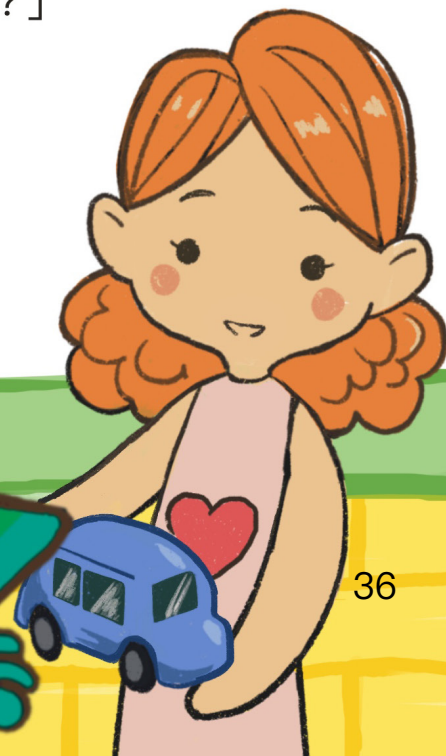
34



爸爸對閃閃說：「閃閃很難過，我和媽媽也一樣，我們很想帶閃閃去玩，但是突然下大雨，真是令人很失望，對嗎？」

閃閃聽後，明白爸爸媽媽理解他，稍為平靜下來了。

媽媽便提議：「我們向過山車說再見，告訴它我們下一次再來探望它，好嗎？」



閃閃點頭，輕聲地說再見，便跟父母離開。

爸爸媽媽抱了一下閃閃，稱讚他的努力。

天空仍然下著雨，閃閃仍然有點不開心，爸爸媽媽知道他的情緒已轉為黃燈了。



回到家後，媽媽在廚房預備好了，便拿出熱騰騰、香噴噴的披薩出來。

「披薩！」閃閃開心地叫著，大口大口地享用這道晚餐。爸爸媽媽知道閃閃的情緒終於轉為綠燈了。



飯後，爸爸媽媽陪同閃閃一起閱讀一本教人如何面對失望的故事書，三人一起分享，一起討論，就這樣度過了精采的一天。

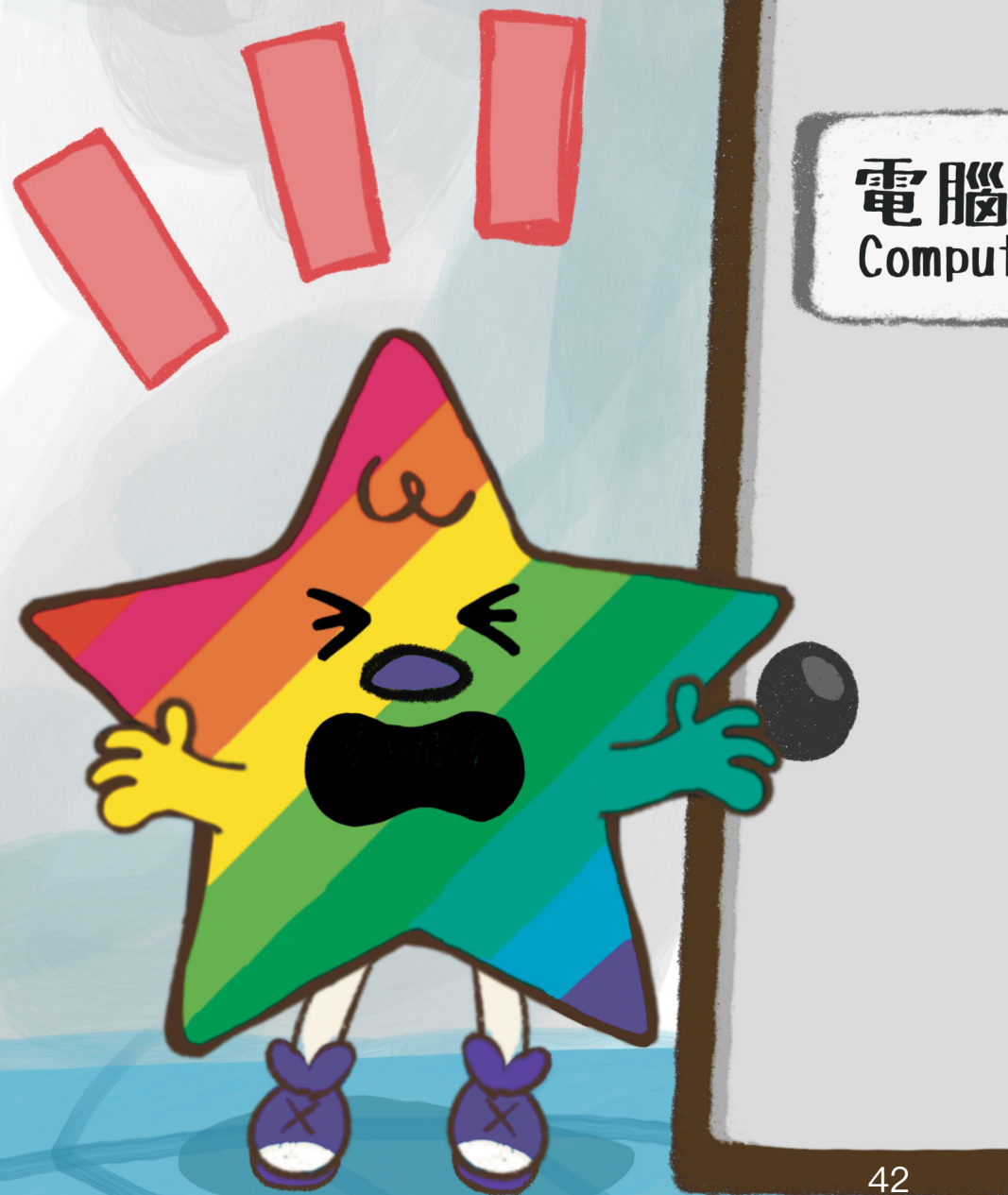


5. 面對突發情況

時光飛快，閃閃已經是小學生了。

老師都稱讚他乖巧守規矩。他很喜歡小學生活，尤其是小息時間。他更特別設計了小息時間表，星期一玩乒乓球，星期二去圖書館，星期三去電腦室……

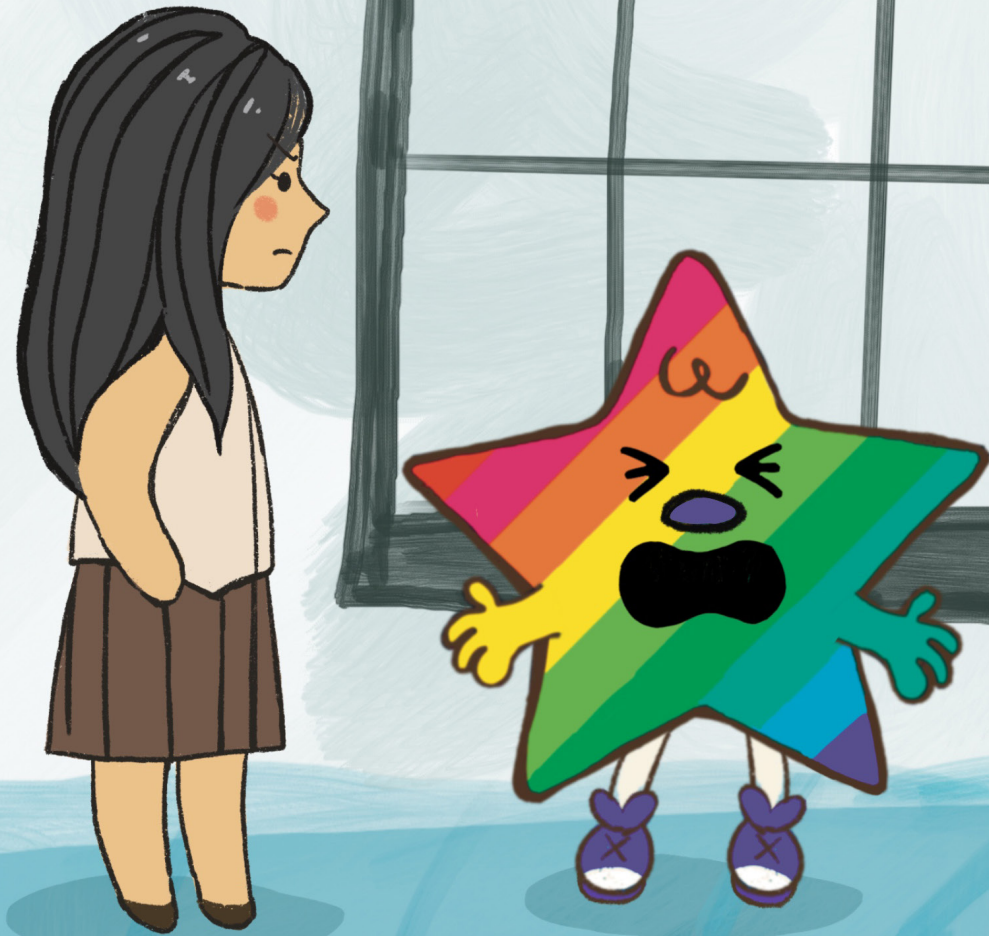
今天是星期三，小息時班主任經過電腦室，發現閃閃在大力扭動電腦室的門的手柄。老師大吃一驚，立刻問他這是甚麼回事。



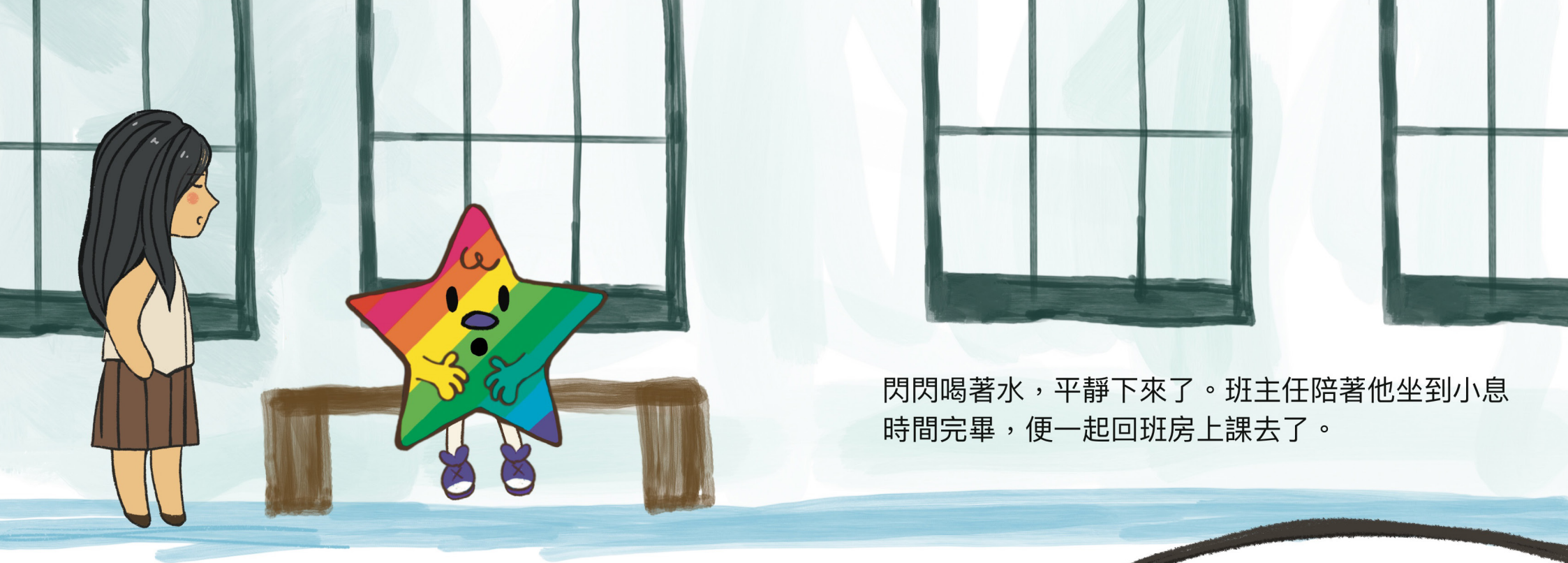
閃閃大聲說：「我要進去！」

班主任告訴他今日電腦室暫停開放，但是閃閃不聽，憤怒地叫道：「我要玩電腦！星期三是玩電腦的！」

他一邊說，一邊用力揉搓手冊，可憐的手冊變得一團糟。



班主任不知如何是好，只得叫他停手，又說要懲罰他。閃閃更生氣，他大叫、踩地……



閃閃喝著水，平靜下來了。班主任陪著他坐到小息時間完畢，便一起回班房上課去了。

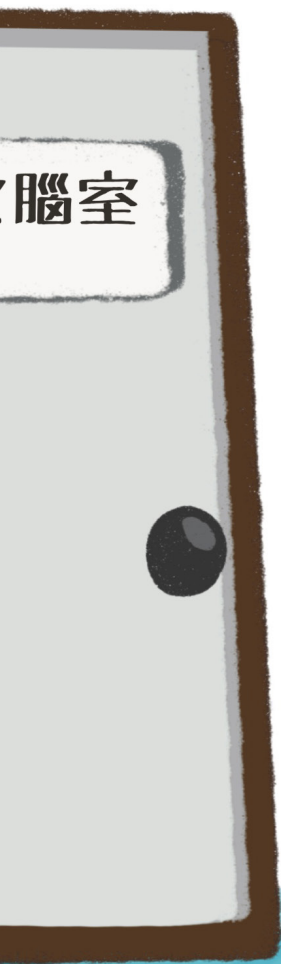
班主任深呼吸了一下，避免說話刺激到閃閃。他邀請閃閃一同坐在旁邊的椅子上。

班主任慢慢地、平靜地說：「閃閃，我不罰你了。我明白你因為不能玩電腦，所以很失望，是不是？不如我們一起先深呼吸，讓情緒慢慢平靜下來。你口渴嗎？我請工友去拿水給你吧。」



放學後，班主任反思剛才的事情，知道自己也有處理不完善的地方。她想起了閃閃面對突如其來的轉變時，會容易感到不安和焦慮，故此，可以多嘗試體諒他。

網上學習平台：
情緒理解調控訓練



老師亦可以幫助
學生面對不如意
的事情。

她立刻取來紙張與顏色筆，製作了一份「電腦室若不開放時，該怎麼辦？」的提示卡，預備明天給閃閃。



她決定以後若有突如其來的轉變，會盡量先給閃閃一個預告，讓他有心理準備。

6. 結識新朋友

媽媽報名參加了一個在主題樂園舉行的「獨一無二夏日派對」，想讓閃閃過一個開心的假期。



首先是「童你講故事」工作坊，在這裡有導師教家長如何向小朋友講故事，之後每位小朋友都可得到「角色逐個捉」小本子。



閃閃看著手上的小本子，笑逐顏開，嚷著要快點走遍樂園每一個角落，找到每一個角色的藏身地點，然後將他們的貼紙貼在小本子上。

「我要貼滿小本子！」

「好啊！我們快點去吧！」爸爸媽媽便帶著閃閃，在明媚的陽光下出發了。



爸爸見進度順利，而閃閃似乎也被太陽曬得有點累了，說：「不如我們到那邊的企鵝館參觀一下？」

「先是這邊，然後是那邊，跟著再走這邊……」

閃閃拿著樂園的地圖，依著與爸爸媽媽商量好的路線計劃去走，一個、兩個、三個……已經找到不少角色貼紙了。



「企鵝！好啊！」閃閃大笑著回應。

到了館內，冷氣涼透心，企鵝的身影也出現眼前，閃閃很是雀躍，要跟牠們拍照留念。

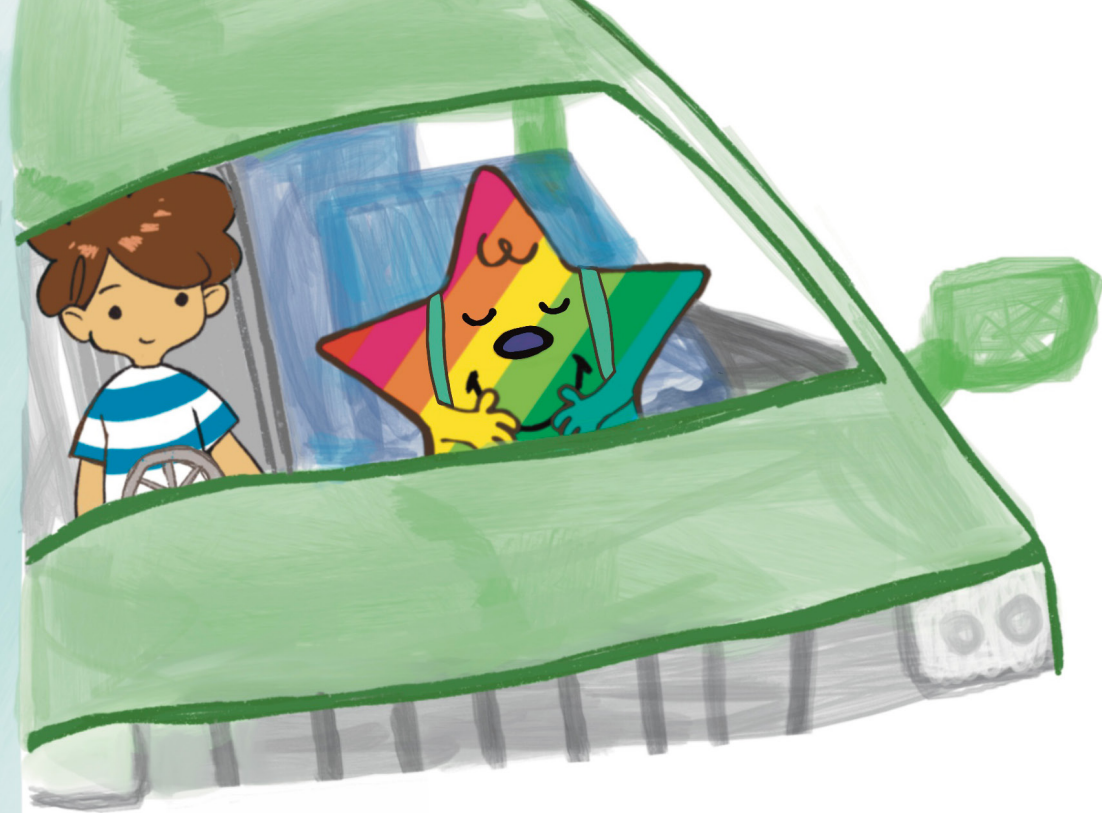
一會兒，爸爸媽媽發現閃閃正和一位小女孩談得很起勁，原來他們都同樣喜歡企鵝，還交流著彼此對企鵝的知識。

真好哩，閃閃有新朋友了。



原來小女孩也在尋找角色貼紙，於是閃閃的爸爸媽媽便邀請小女孩的家庭同行。

閃閃一邊走，一邊與新朋友談企鵝，他很有禮貌地細心聆聽對方的話，沒有插嘴，待對方說完才說出自己的想法——在談話間表現出善意和尊重。



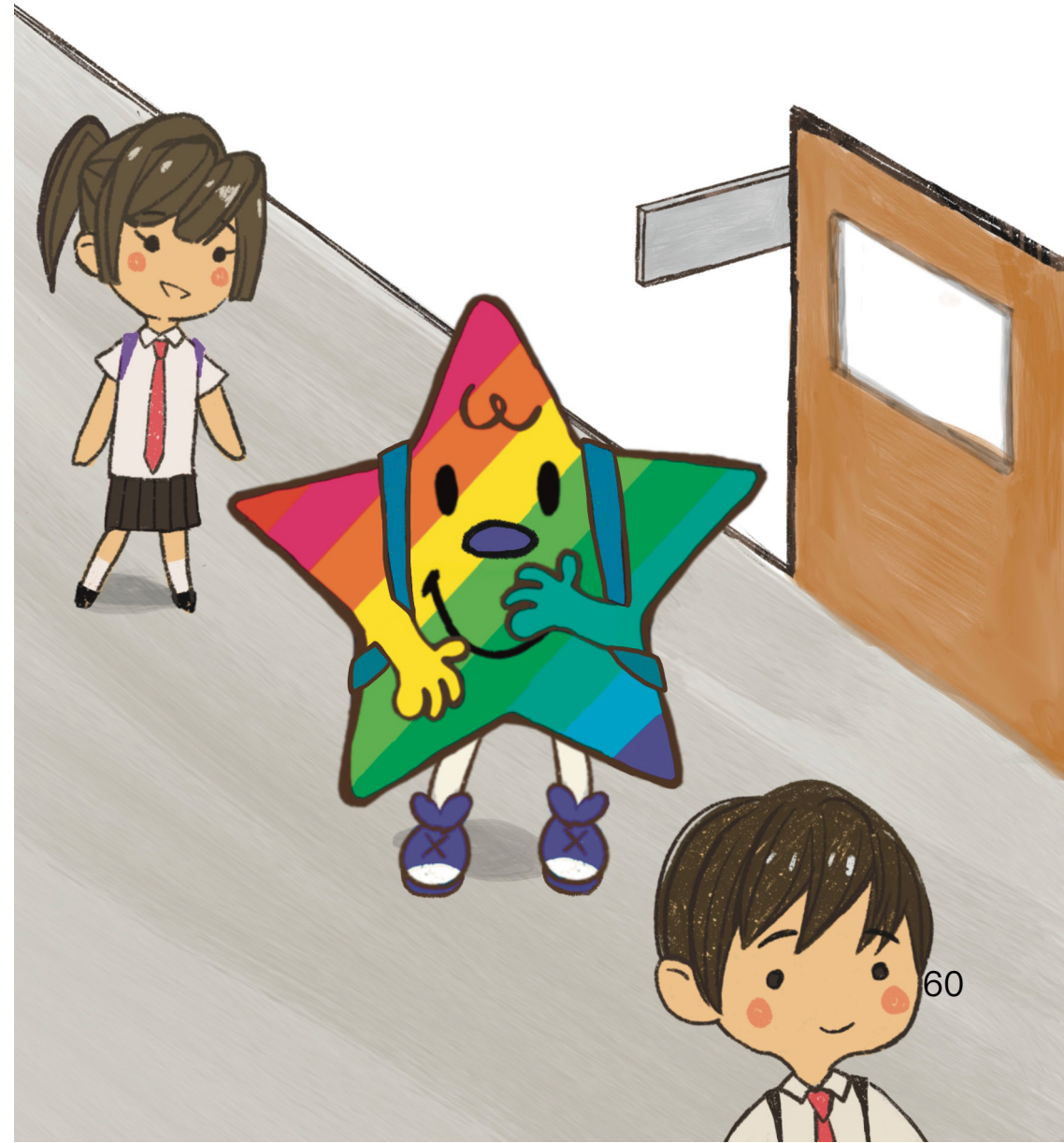
最後，他們集齊所有貼紙，換取禮物後便各自歸家。在車上，閃閃滿足地睡著了。

57 爸爸媽媽在後面看著，會心微笑了，因為他們知道閃閃已學會主動交朋友的技巧。



58

中學階段



7. 青春期的挑戰

閃閃是中學生了！

爸爸媽媽最近察覺到閃閃變得沉默，總是在房間內看動漫。



於是，他們便主動聯絡班主任去商量，發現閃閃在校內也有類似的變化。

這一天晚飯後，媽媽在廚房洗碗碟。坐在客廳的爸爸問身旁的閃閃：

「閃閃，我覺得你最近比往常安靜，是否有甚麼事在困擾著你？」

原來閃閃開始變聲了，他為此而感到尷尬，所以避免說話，變得總是獨自一個。

爸爸說：「閃閃，謝謝你願意和我分享。我年少轉聲的時候，也不習慣自己的聲音。」

「爸爸也有？」

「爸爸也有。」



63 閃閃沉默了一會，然後小聲地說：「我……我不喜歡現在的……聲音...」

64

閃閃聽過爸爸的經歷，安心一點了，開始分享得更多。

「還有一件事……」

「怪不得最近都沒聽你唱過歌！」爸爸恍然大悟。

原來閃閃覺得自己現在的嗓子，不再適合唱自己本來喜歡的歌。

這時媽媽洗碗完畢，從廚房裡出來。

爸爸便向她說：
「媽媽過來，我們與閃閃一起找一些適合他的歌。」

爸爸拿出電腦，在網絡上找了很多不同類型的歌曲，三人一起聽一起唱，開始了一場別開生面的演唱會。

一家人很久都沒有這麼快樂的活動了，他們都很享受。



後來，媽媽也將閃閃的情況告知班主任，班主任答應多加留意閃閃的感受，以及作出適當的鼓勵，讓閃閃對自己的聲音重拾自信。



這天上中文課，老師點名閃閃朗讀文章。閃閃猶豫了一會，站起來拿著課本，一個字一個字地朗讀起來。

閃閃朗讀完後，老師稱讚他朗讀得非常好，既清楚又動聽。

閃閃笑了，眼神透露著自信。



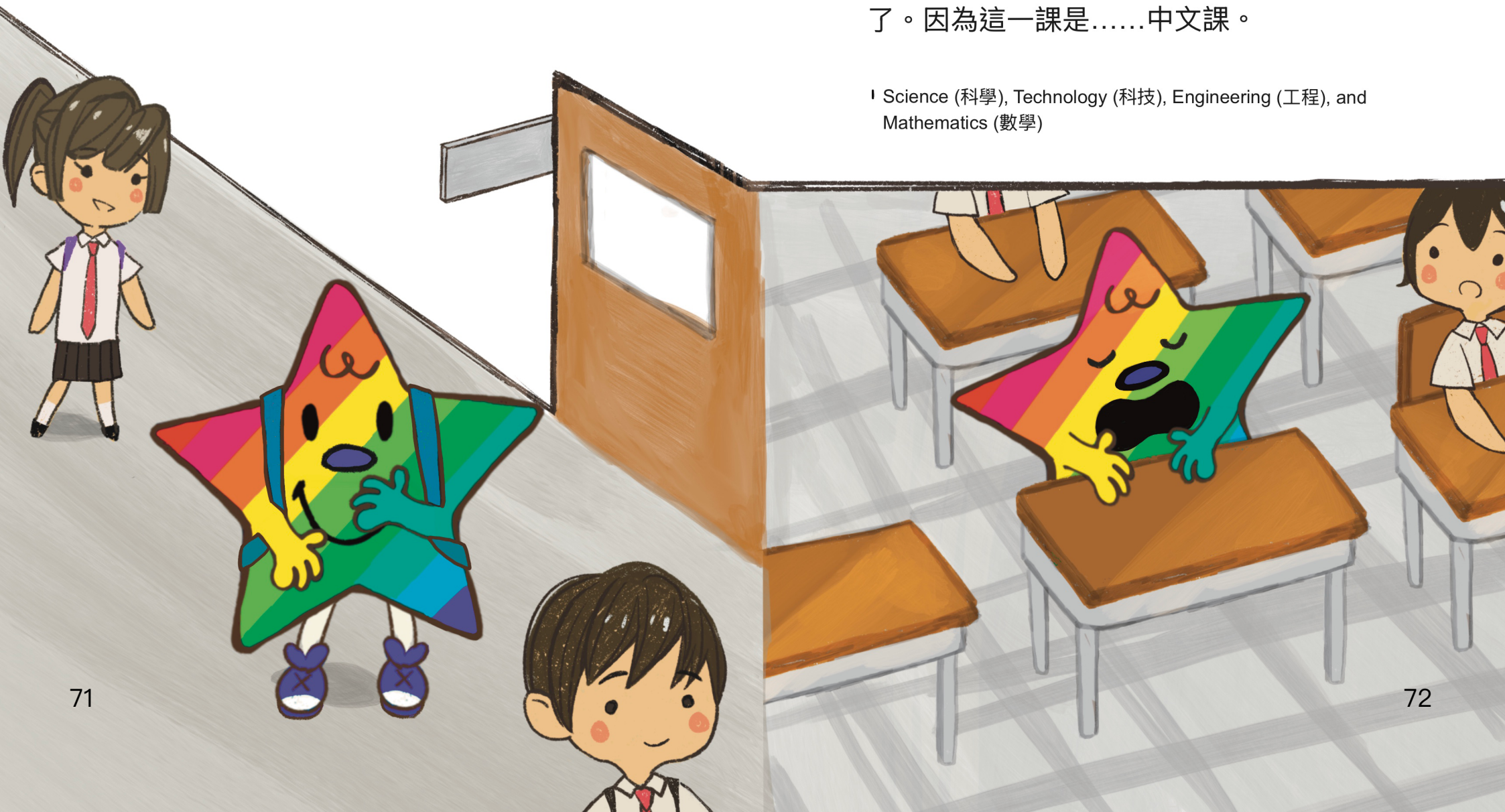
8. 跨越學習障礙

閃閃很喜歡中學的生活，在眾多科目中，他尤其擅長數學和科學。

有次他參加STEM¹的比賽並獲得第三名，他自豪得不得了。

然而，今天他雖然精神奕奕地上學，卻在第一課開始不久便伏在桌子上呼呼大睡了。因為這一課是……中文課。

¹ Science (科學), Technology (科技), Engineering (工程), and Mathematics (數學)

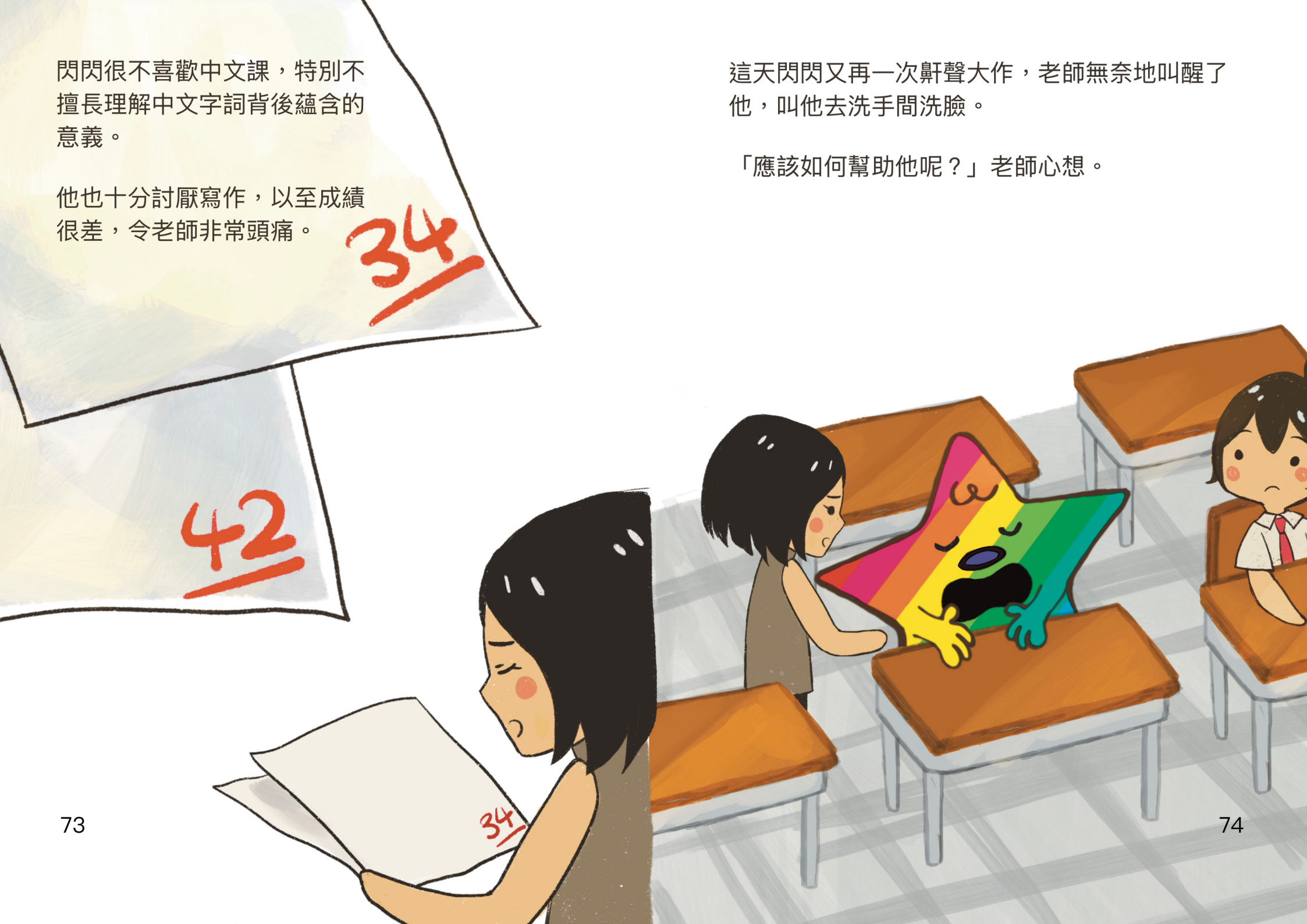


閃閃很不喜歡中文課，特別不擅長理解中文字詞背後蘊含的意義。

他也十分討厭寫作，以至成績很差，令老師非常頭痛。

這天閃閃又再一次鼾聲大作，老師無奈地叫醒了他，叫他去洗手間洗臉。

「應該如何幫助他呢？」老師心想。



課後，老師與閃閃傾談了一會兒，了解到他為何不理解文章含意及討厭作文的原因，於是想要搜尋一下有甚麼可行的解決方法。



細閱之下，終於知道了可以如何教導閃閃運用教材套內的寫作框架去來學習寫作議論文。

於是，他與閃閃一起進行「中文特訓」，鼓勵他突破自己的框框。

自閉特色學生中文寫作教材套－初中版「寫作腦程式」



老師找到了一份《自閉特色學生中文寫作教材套－初中版「寫作腦程式」》。



在一次練習中，老師特別以閃閃喜歡的科學作為寫作題目，這讓閃閃十分興奮。

閃閃寫作時很投入，似乎特訓有成果了。



當老師派發寫作練習時，他更稱讚閃閃的文章寫得不錯。在同學的拍掌聲中，閃閃的笑容特別燦爛。

這天中文課，同學們都驚訝地發現閃閃沒有再睡覺，而且勇於回答問題。



9. 提升社交能力

閃閃在學校參加了很多活動，其中一個是積木模型設計比賽，他和隊友一起獲得了冠軍！厲害啊！

咦？可是為甚麼閃閃似乎悶悶不樂？



原來隊友們不喜歡閃閃在討論過程中，完全沒有聆聽他們的聲音，只顧著自己的想法。

結果，雖然他們憑著閃閃的創意而勝出了，但隊友們沒有一個願意跟閃閃說話。



一天，閃閃在街上經過一家咖啡店，透過玻璃窗，他發現裡面的客人正與狗狗玩耍。



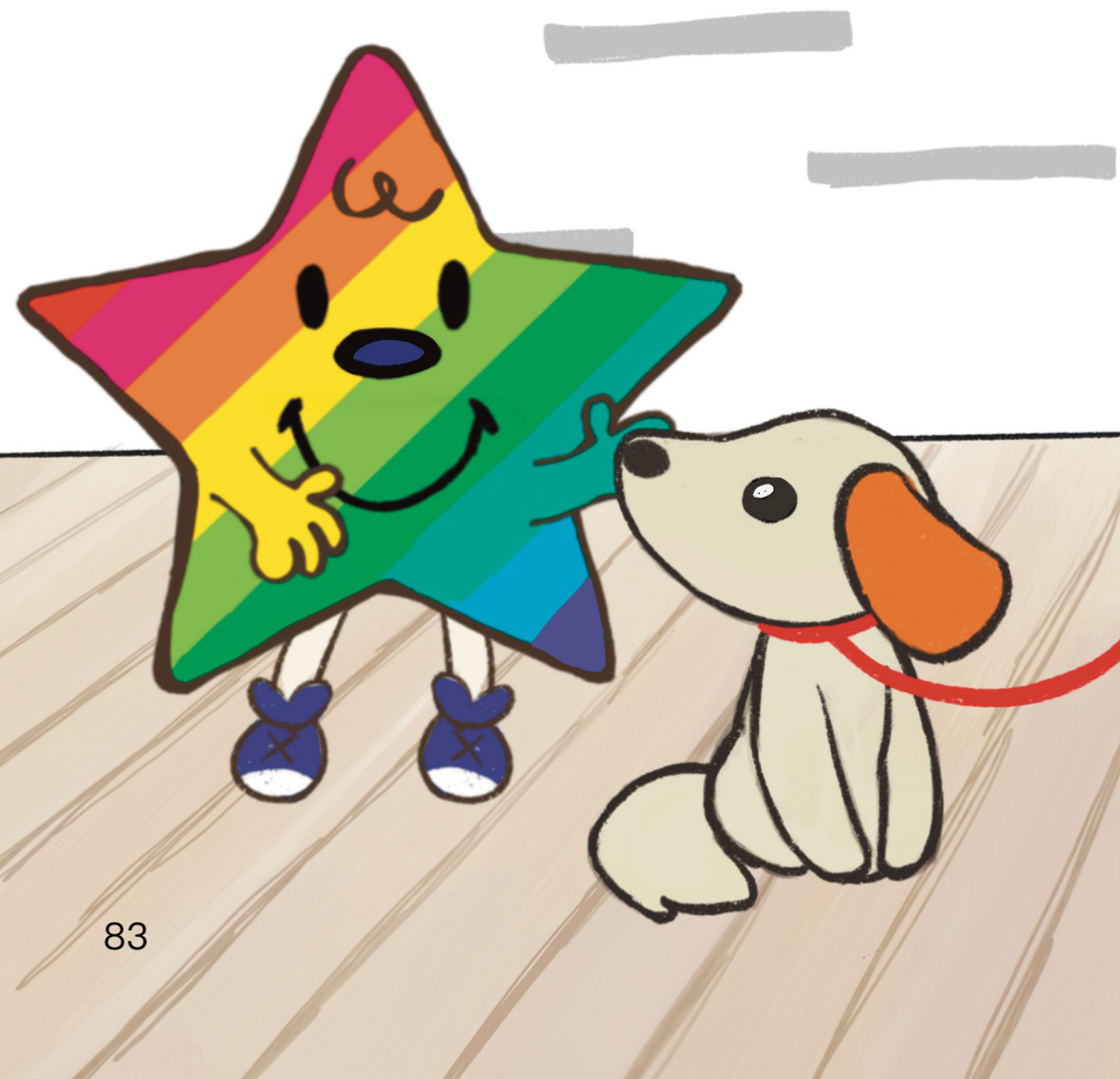
他看到店外牆上有幾隻大字：「與狗狗交朋友，結識新朋友。」

好奇之下，閃閃進內光顧，叫了一杯飲品，有店員向他介紹「動物輔助教育」的概念。



一位動物輔助治療師更帶來一隻獲得認證的治療犬斑斑跟閃閃互動。

閃閃學會了斑斑的工作是幫助人類朋友學習情感和社交技巧。



透過動物輔助治療師的講解和指導，閃閃專心觀察斑斑如何對人類的肢體語言、眼神和情緒做出反應，這讓他明白如何感受別人的心情。



在這些有趣又愉快的互動中，閃閃練習了同理心，並在咖啡店內認識了幾位新朋友。

返家後，閃閃回味這次特別的經歷，從狗狗的溫柔陪伴中，他領悟到自己需要更好地理解他人的感受。



85

後來，閃閃跟隊友們道歉，並承諾不再忽略他們的心聲。他們彼此和好，立志創造更精采的積木建築！



對唔住

86

10. 升學與就業

快餐店內，閃閃與幾位同學吃著午餐，大家一同傾談著中學畢業後的前路。



同學 A 說：「我喜歡烘焙，希望日後可以開自己的咖啡餅店。我下星期便開始在咖啡店當兼職。」

87

同學 B 說：「有免費咖啡喝嗎？」

同學 A 說：「我給你沖好喝的！你成績那麼好，會上大學吧？」

同學 B 說：「會的，我已經搜集了不同大學、不同學科的資料，會研究一下哪條路最適合自己。」

閃閃在旁聽著，默默地喝著咖啡，沒有發表過意見，因為他仍很迷惘。



88

晚上，閃閃向爸爸媽媽表達了自己的憂慮。
他數理成績不錯，但對語文科沒有多大的信心，未知能否升讀夢想中的工程學系。

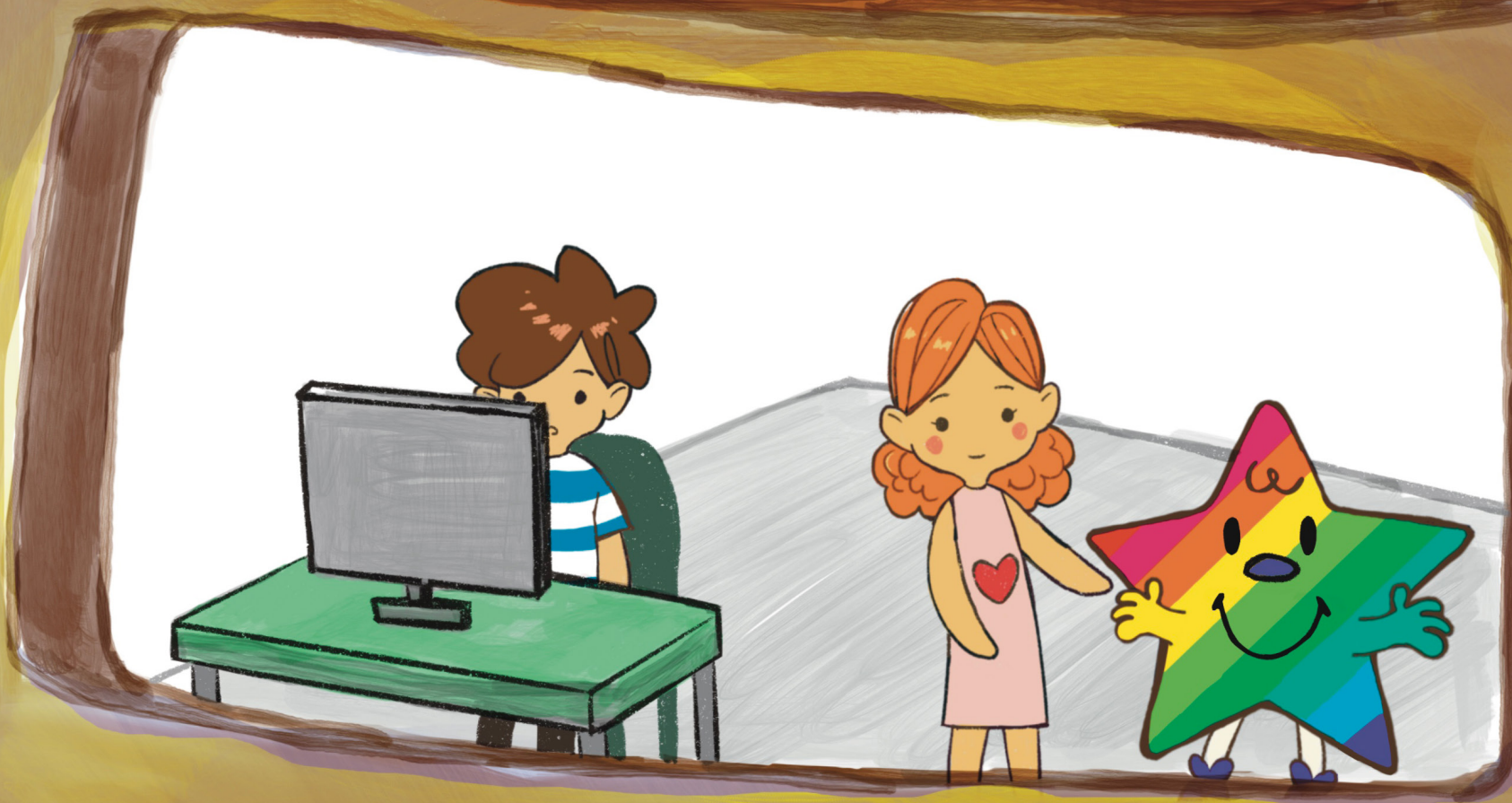
媽媽說：「閃閃，你在今次 DSE¹ 考試中的努力，我和爸爸都有看見，你的毅力實在很令我們自豪。所以不必太擔心。」

¹ Hong Kong Diploma of Secondary Education (香港中學文憑考試)



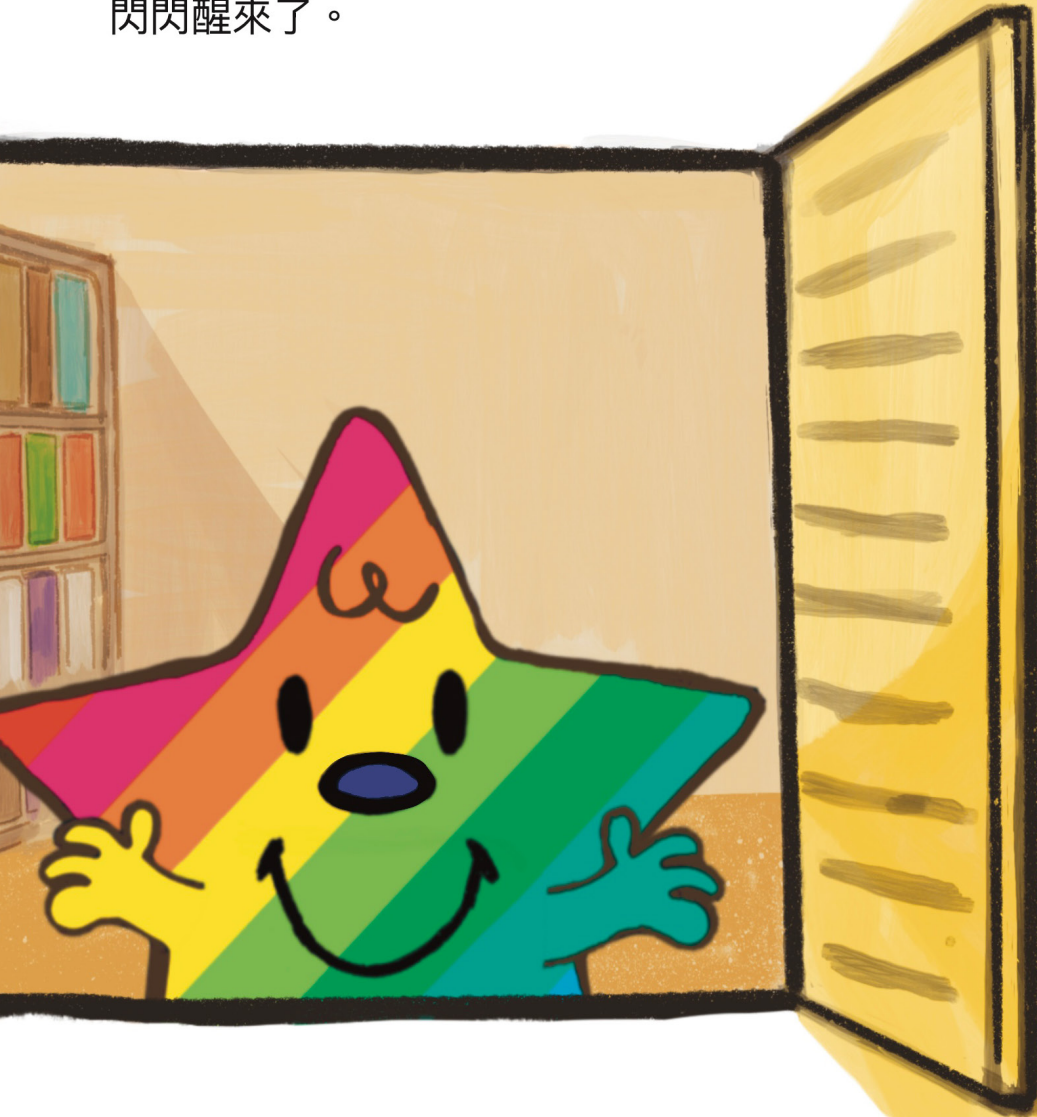
爸爸說：「對，我和媽媽都會陪著你，一起面對的。來吧，我們一起找找不同課程的資料吧！」

一家人邊聊邊看，渡過了一個溫馨的夜晚。



說罷，他便拿出了「好幫手」——電腦，然後上網進行大搜尋。

第二天早上，陽光射進閃閃的房間，閃閃醒來了。



他望著窗外，回想起昨天晚上與爸爸媽媽在網絡上的大尋寶，會心一笑。

他知道自己不是孤獨一個人，有他的家人、朋友陪伴他，心中不再恐懼了。



爸爸媽媽也教導他如何為自己的生涯規劃訂定短、中、長期目標，一步一步地實行。



閃閃起床往洗手間去，拿起牙刷，心中默念：

「三……二……一……任務開始！」



編輯團隊

「賽馬會喜伴同行計劃」團隊成員包括：

項目總監：黃蔚澄教授

項目總監：王潔瑩博士

項目經理：王學雯女士

項目主任：陳冠好博士

執行助理：杜育汶女士