

《空中辅导》特别爱·陪伴你

第4讲：认识自闭症儿童的训练方法及家庭教育的重要性

认识自闭症儿童的训练方法及家庭教育的重要性。首先，让我们简单重温自闭症的朋友是怎么应对这世界的。

1. 自闭症朋友是一群在多重环境中，持续性地出现社会沟通及交往的困难的人；他们面对的困难包括社交情感互动上的缺陷，常会以异常的社交行为模式进行社交，无法进行正常的社交对话，而且对于他人的情感、分享喜好、感受表达上出现障碍，并无法发起或回应社会交往。
2. 他们都出现非言语行为上的缺陷：例如缺乏眼神接触、未能阅读社交动作、手势背后的意义、缺乏面部表情；亦于言语及非言语交流之间，缺乏协调发展，难以维持及理解人际关系，因而未能按社交情景调整行为，更难参与假设性的游戏及维系社交关系。
3. 局限及重复的行为、兴趣或活动，包括刻板、重复的行为、说话、动作、物体使用坚持一个既定的模式、僵化地遵守重复的次序、语言或非语言行为的仪式化模式，令他们与别人一同生活时，往往出现不少误会，难以与别人连系。他们有非常局限的及执着的兴趣，更呈现过于专注的对象，对所喜欢的事物喜爱强度异于寻常；加上，他们在接受收感官信息上，例如视、听、触、嗅上，会出现反应过度或过低的情况，对于环境中的感官刺激亦会有不寻常的兴趣——对疼痛、温度、声音、质感、嗅觉、触摸、光、晃动的物品上有沉迷的情况。

由于以上症状在发展早期过程中已出现，带来社交、职业、或其他重要功能上临床上的显着障碍，有关的障碍会造成整体发展迟缓，所以他们自身于社会中生活，以及父母于管教时出现额外的困难。

如果我们不用轻视、标签、排斥及厌弃的角度看自闭症人士，取而代之，选择进入他们的文化，明白他们思考的模式及认知世界的方式，在接纳的基础下加以教导，便能活出耶稣的样式——以怜悯、谦卑、爱人如己的态度，与他们一同和谐地生活。

以下介绍一些常用的训练方式包括：

1. “自闭症与沟通相关障碍儿童的治疗与教育”（我们常会称为结构化教学）
2. 社交故事
3. 心智解读
4. 发展性个别差异、关系本位模式（DIR）、地板时间（Floor Time）

自闭症与沟通相关障碍儿童的治疗与教育（即是结构化教学）

针对自闭症朋友的文化，尤其是当我们明白他们是视觉学习者、执行能力很强但分析力弱，他们不能一心多用，而是要一心一用时，“自闭症与沟通相关障碍儿童的治疗与教育”，我们简称“结构化教学”，就能够帮助我们达致训练及教育的目的。什么是“结构化教学”呢？这训练方法是由美国北卡罗莱那大学的加里·麦西博士，及斯考普勒教授在 1960 年代中期，与团队历经多年教学经验，发展而成专为自闭症儿童设计的课程与教学方法，其特点是针对其中央统合能力疲弱、记忆力好但排列能力差，需要结构及重复的特点，建立生活标示，以视觉指引、视觉清晰度、视觉组织流程，将生活及个别训练的时间表以图像化去展示，使他们能与他人建立有效的沟通及生活步伐，并能与外界的要求较为一致。

训练的目标是建立及提供结构性环境（即是固定及宁静的），透过系统化及具体化的方法，建立工作及生活常规，效用是使自闭症朋友，减少固执偏好及不当行为、习惯，可以于减少视觉干扰的环境下完成训练，发展出生活有序的常规，减少他们的分散零碎及没意义的行为。

训练的方法

1. 建立视觉安排（**Visual Structure**）：以图画或简单文字于程序图展示训练要求，例如：用笔的图像代表做作业，用足球代表踢足球活动等。
2. 建立常规（**Routine**）：建立摆放物品的固定常规，就好像我们会将物品放在指定地方，以便我们重复前往索取的道理。于结构化教学中，通常会建立左面放未完成的功课、训练物品，右边放置已完成的物品。
3. 以环境安排导向生活习惯（**Physical Organization**）：在训练的环境中，以简洁布置为主，避免于做训练的地方放置配具，令孩子分心，如因地方有限，可以于进行训练时，用布将玩具盖好，以减少令他分心的影响。
4. 程序表（**Schedules**）：程序表可包括：一、每一天的流程表；二、个别工作训练程序表，整体以作息时间结构化为中心思想，概念就好像时间表，但是不会着重教导抽象的时间观念，而是以具体的活动，顺序建立时间的观念，就是按部就班的习惯，运用图标或简单文字，由上至下或由左至右罗列训练或活动的内容，有助启动事工之间的联系，让自闭症孩子对于要求一目了然，更学习由上至下或由左至右地阅读及跟随要求，建立开始工作及完成任务的概念。
5. 个人工作系统（**Individual Work System**）：按个人能力而设计的工作系统，工作的概念并非上班工作，而是指认知训练活动、功课、美术活动，这些项目皆可以设定为个人的工作系统内容，重点是配合视觉图标、程序表向自闭症小孩展示要求，如果有需要更改工作系统的内容，绝不能一次更改太多，反而是于固定的程序表中，更改当中的一项，透过预告及图示，使他们学会慢慢接受转变。

社交故事

社交故事背后的意思是由卡洛·格雷于 1991 年首创，针对自闭症朋友需要的的短篇故事，旨在提高自闭朋友的社交技能，补充他们未能明白社交情境的思考模式而设计，特点是可以按社交情境及学习需要而个别剪裁设计。

社交故事是透过短篇故事展示及描述一些情境、技能、概念，提供特定社交情景、技巧、概念、常人的反应，让自闭症人士了解合宜处理社交情境的方法。社交故事的目标是提供客观及正确的社交数据，引导正确、预期恰当的社交行为和态度、让自闭症朋友定时“阅读”，从而明白社交要求，期望能增强自闭症朋友的“心智解读”的能力。然而，社交故事的目标并不是用以控制及改变人的行为，而是以教育为目标。

社交故事的撰写题材，多以描述社交场合、处境的特点为主，亦会针对自闭症朋友可能对社交情境产生误解的细节而编写。其中，不同句子的结构，乃是针对自闭症朋友的思考状况而加以补足，通常有四种句式：

1. 描述句：具体及客观地描述事情发生时，周遭环境的情况、有关人物的行为等。例如：每个人的手指都会长出指甲，小明都会长出指甲来的。
2. 透视性句子：关于别人对特定事情的想法、感觉等，其目的是让学生知道别人的观点。例如：很多人认为指甲太长会藏污垢和细菌，如果定期剪指甲，老师和学生都会觉得我整齐又清洁。
3. 肯定性句子：表达大多数人对特定情境的共同意见。例如：指甲比手指头长度多于半厘米，就要剪指甲，这是很重要的。
4. 指示性句子：提示学生在某场合应作出的适当反应。例如：我可以请妈妈每两星期帮我剪一次指甲，我会尝试帮自己安静，跟住妈咪的指示去做，当我安静让妈妈剪指甲，妈妈会赞我是好孩子。

注意社交故事的运用，不适合抱持临急抱佛脚的心态，而是观察并及早知道孩子的社交不足，从而编写，定时阅读，增进自闭症孩子的社交认知，并于实际情境予以指导如何实践，便能潜移默化地扩展他的社交认知能力。

心智的解读

根据心理学家 Piaget 在 1960 年代提出的假想游戏发展理论，幼儿于十八至二十四个月开始出现扮演行为，例如模仿父母的煮饭、听电话，这是假想游戏的基础概念，这种能力涉及由自我为中心发展，为在过程中能够充分展现出物体转换、情境转换、故事情节及计划等能力。

而自闭症的孩子，往往在这方面的发展出现障碍，以致于心智上，表现出不能理解情感、明白他人的想法的状况。

接近这二十年，拜伦·科恩和他的团队建立心智解读的理论，关键是解译了自闭症儿童他在的社交和沟通症状上的障碍，提供了统一的解释——就是他们难以阅读微妙的面部表情和肢体语言，自闭症儿童很难凭直觉判断及理解一般人所理解到的社会情感信息。例如，一般人能够观察面部表情、扬起眉毛就是惊讶、恐惧的情感反应，但自闭症人士难以察觉这些信息及作出社会认知上的理解。这反映他们难以猜测他人的动机、意图或隐藏的意思。此外，声调的特点往往含有许多社交信息。例如，纵然是同一句话，我们会使用不同的语调和韵律的细微变化来表达我们的动机，究竟这一句话是开玩笑，还是讽刺、表达不相信等等的想法。但是当自闭症患者无法识别那些细微的变化时，他们可能会认真对待开玩笑，或者相信讽刺的话是真的。因此，自闭症人士常常会误解他人的动机或期望。他们也可能无法传达信息或清楚表达自己的需求，导致他们容易被误解或欺负。

香港教育学院何福全博士引用拜伦·科恩的理论，发展出一套心智解读的训练。有关心智解读的训练，乃是针对情绪、想法和假想游戏三个范畴：

1. “情绪”范畴

这可以闭症朋友认识开心、不开心、害怕及愤怒四种基本情绪，此外，会教导他们辨识五个级别的情绪——第一、二级是辨认表情；第三级是明白外在环境因素；第四级是区分内在的愿望；第五级是明白内在的想法。

2. “想法”范畴

教导他们明白别人会有不同的想法，增进他们明白别人会因他自身的想法及对事物的理解而做到和会员不同的行动。第一、二级指事物可从不同角度看；第三级指眼所见构成所知道的；第四级指眼所见所知影响行；第五级指别人错的想法影响行为。

3. “假想游戏”范畴

尝试利用其他事物代替真实事物作游戏，我们可以把一件东西当作第二件东西。就算把一件东西当作第二件东西，这件东西可没有变。人可以凭空想象一些东西、事件、/情景。第一级是指感官上面。第二级指功能性；第三级是功能性定型；第四级是假想性初期、假装和真实区别；第五级是假想性的定型。

发展性个别差异、关系本位模式（DIR）、地板时间（Floor Time）

这个模式是以国际知名儿童精神科医生史丹利·格林斯潘医生的理论为基础，他倡导人与间人之间的互动和关爱是孩子情感与智力发展的重要基础，这与基督教的理念是一致的。因而DIR的理念是建基于以下三方面的基础：

1. 发展取向：观察及建立孩子六个阶段的功能性情绪技能为学习基础。
2. 个别差异：强调了解个别孩子的独特需要。
3. 关系为本：强调与孩子建立关系及情绪互动。

以上的三方面，正是与早前所介绍的社交互动训练——例如社交故事、想法解读理念相近，都是以针对自闭症孩子的限制，发展其社交互动能力。

在此，提一下 DIR 的信念是什么：

1. 孩子的生理性发展差异会影响与人互动的能力，这概念与自闭症儿的文化互相呼应，他们因脑神经的运作，使他们出现对外界的独特回应方式，所以当我们与孩子互动时，一定要记住孩子是一台慢回应的机器，因为他要时间处理很多的信息。
2. 家庭与父母的重要角色，尤其是于幼儿阶段，父母如能透过细心的观察，寻找合适的方法，便是孩子最贴心的专家。
3. 格林斯潘医生以学习树的概念比喻学习。他提到植物需要土壤，那就是温暖、健康、接纳的互动关系，有了良好的土壤，才能生长出树根建立生理系统，生理系统就是孩子接收及处理环境中接收到的讯息，并且懂得计划行动。有健康的树根，才能长出良好的树干，象征为孩子功能性情绪健康发展的六个阶段，当孩子的这阶段的发展良好，才能长出树枝，就是建立较高层次的学习技巧。
4. 情感是驱使孩子学习及与人互动的动力。所以，如果要帮助自闭症幼儿的发展，其中一项治疗方向就是家居训练，以“地板时间”、半结构的解难活动、体能/感知及视觉空间活动，帮助发展孩子的能力。“地板时间”是指透过跟随孩子的步伐进行活动，鼓励孩子的自发性及有目的的行动，帮助孩子可以与人互动。

以上就是初步探讨各种训练方法，盼大家有所得益。由今天起，让我们确立以下思想的基础：

1. 家庭是孩子情感互动的基石，能启发孩子由情感牵引下发展出各方面的能力。
2. 家庭是孩子成长的基础，在这基础之下，学校教育才能延伸下去。
3. 家庭教育是品格教育的平台，父母以言教身教影响他们的人生态度、价值观。
4. 家庭是孕育孩子自我概念的场地。
5. 家庭教育先确立孩子的基础价值观，孩子才不会被世界的价值观牵着走。
6. 家庭中有无条件的爱，是孩子一生的避风港，有别于世界所抱持的是有条件的爱。

确立了家庭教育的重要性之后，最后，我盼望以几个教育残疾孩子的方法，帮助大家进一步考虑日常怎样教导孩子：

1. 明白及发展合乎年龄的行为。
2. 天天及有耐性地提升合乎社交场合的行为。
3. 谨记确立合乎性别的社交行为。
4. 当孩子做不到，需要以接纳的态度，耐心等待、陪伴，在孩子平静时，可以予以示范。
5. 当孩子做到部份，我们就看着他做，轻轻地给予确认鼓励，并继续下一部的指导。
6. 当孩子掌握有关生活的技能，就观察他做，以轻轻地、坚定地给予确认鼓励、以巩固孩子的发展。

主的工作是永不止息的，今天，我们邀请了另一名同路人小迪，与我们分享他的个人见证，他会分享孩子的状况、个人的心路历程及心得，他是怎样以基督的爱跨过重重障碍。请留心聆听她的见证，盼望她的经历都能成为大家鼓励。

同路人小迪的分享

1. 孩子的自闭症特征是怎样的？

孩子的孤独离群，不会与人建立正常的联系。从婴儿时期就不会与人亲近，既使对父母也有疏离感，没有眼神交流，对父母的呼唤没有反应、逗也不会笑。对食物欲望低、挑剔不愿尝试新的食物，偏食严重，入睡困难。

2. 这些障碍怎样影响他的发展？

智力发育落后，刻板怪异行为、言语发育迟缓，不能与人沟通，生活不能自理。缺乏社交技巧，不和其他孩子一起玩，很多时候都是自己在玩，我行我素。言语障碍非常突出，用哭闹和刻板的操作表达想要的。

3. 你是怎样进行家居训练？训练的内容是什么？

透过教会介绍，我找到一些机构，通过学习相关的知识和训练，帮助我很多。让我知道需要更多的关爱孩子，扩大我对孩子的接纳度，更多的观察他，聆听他的困扰。

因为自闭症的孩子是完全倚赖家长的，家居训练方法以图卡为主，他需要一个时间表，放学回来进门教他怎样放好书包，脱鞋和袜子、去洗手间、怎样脱衣服等日常生活上的自理能力。我会给他一个流程图，利用沟通板，帮助他表达内心想要的，例如想玩玩具、想吃饭，因为他不会讲，图卡有效成为我们沟通的工具。

“地板时间”：每天最好 6-8 次每次用 20-30 分钟，就是孩子独自在玩耍时，家长顺着孩子不要打断他，要尊重他，家长参与在他的游戏当中，用方法吸引孩子的注意力，然后适当地稍为改变游戏的方式，目的是引导孩子与人双向沟通，同时也挑战孩子适应改变的能力，让他慢慢学会接受转变，也透过这些游戏帮助他与人有互动，同时培养亲子关系。

4. 每日持之以恒的心得是什么？

靠着神每日加给的力量，当软弱的时候有圣灵对我说话，无论顺境逆境都仰望神，与神建立亲密的关系。永不放弃的理由是我们在天上的父，不论我在任何环境中他都与我同在，让我在逆境中得到成长，得胜、结出果子！

5. 信仰对你有什么具体的帮助？

当我软弱的时候读经、祷告、灵修；靠着教会弟兄姊妹的关怀，扩大自己的接纳线，给孩子爱的土壤，把咒诅变为祝福。神常常会用经文对我说话。诗篇 127:3 “儿女是耶和华所赐的产业；所怀的胎是他所给的赏赐。”神是掌管者，我是管家，孩子是上帝赐给我的产业，神把他的产业托管给我，那我就好好享受孩子在我身边的时刻。是的，所有的苦难都会过去。所有的遭遇都在神的手中，感谢神照着他的方式来带领我，我常常数算神的恩典，把一切的忧虑卸给神。