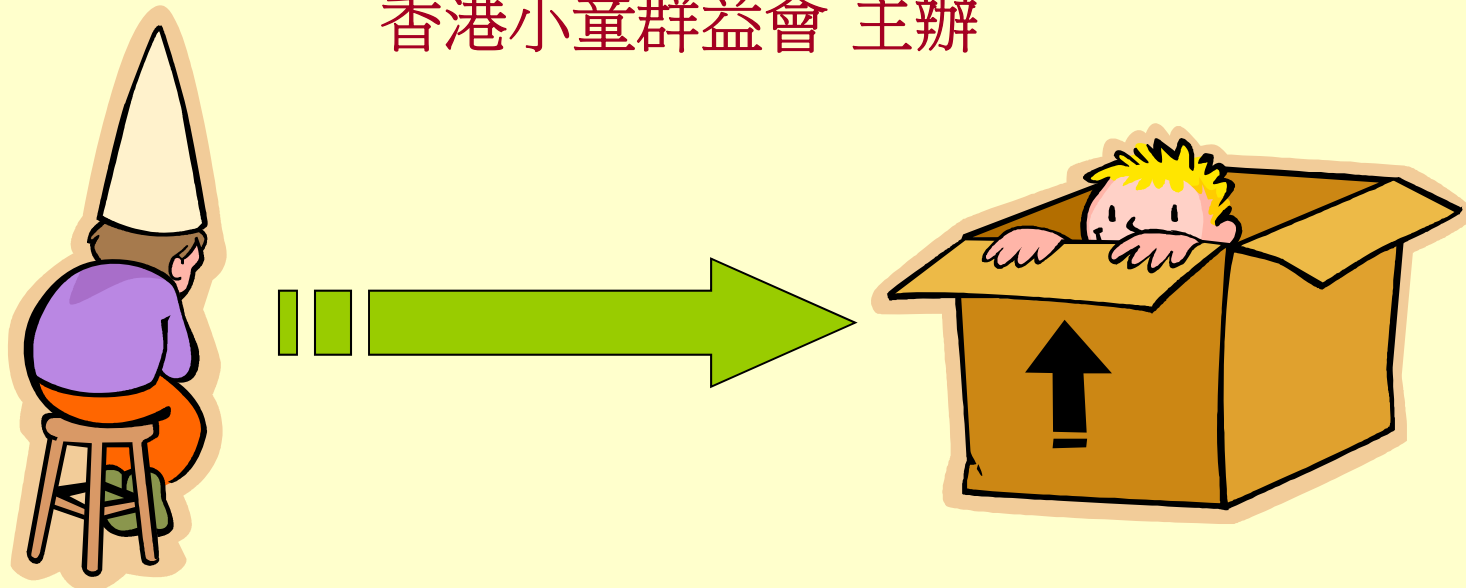


# 香港關顧自閉週2008

## 多元化介入模式輔助亞氏保加症兒童研討會

香港小童群益會 主辦



如何透過訓練『自我發展』和『意識能力』  
來協助亞氏保加症兒童(我心療法)

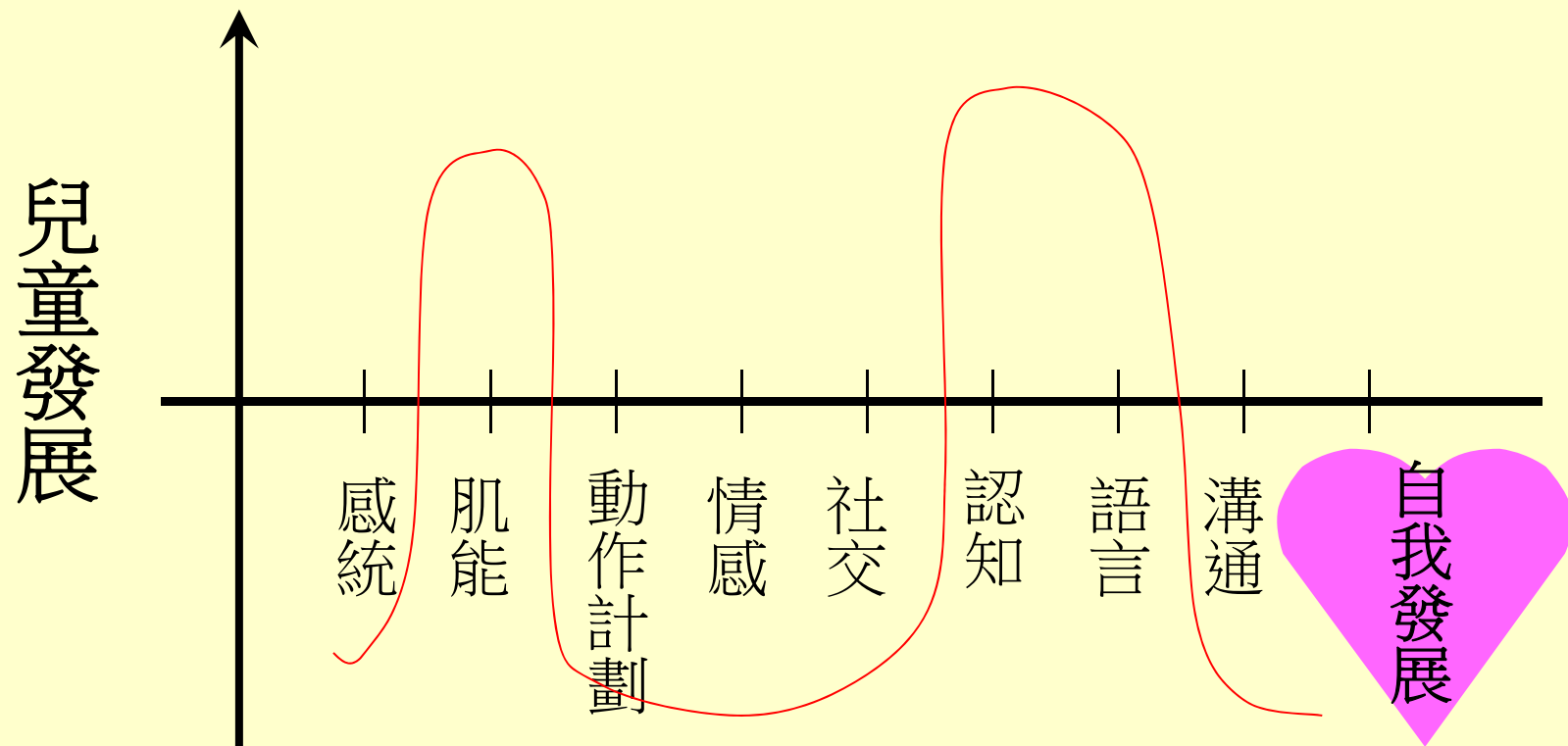
2008.3.29

陳玉珍女士

助展會兒童發展治療顧問

## 從人本發展的角度看

原來我們還遺漏了瞭解孩子的...



一般人



自閉兒



# 亞氏保加症兒童/青少年的自我發展

一般停留在**0-4**歲間

自我意識 → 自主 → 自創 → 自我計劃 → 自控

0

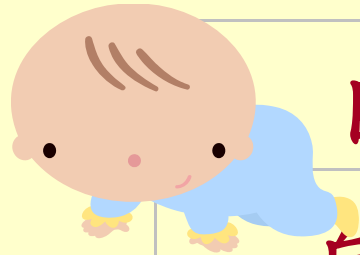
1 1/2

擁有權 → 話事感 → 能力感 → 自我概念

1-2

4-5

# 自我發展的根基和層次



自控 (停-開動. 專注. 速度)

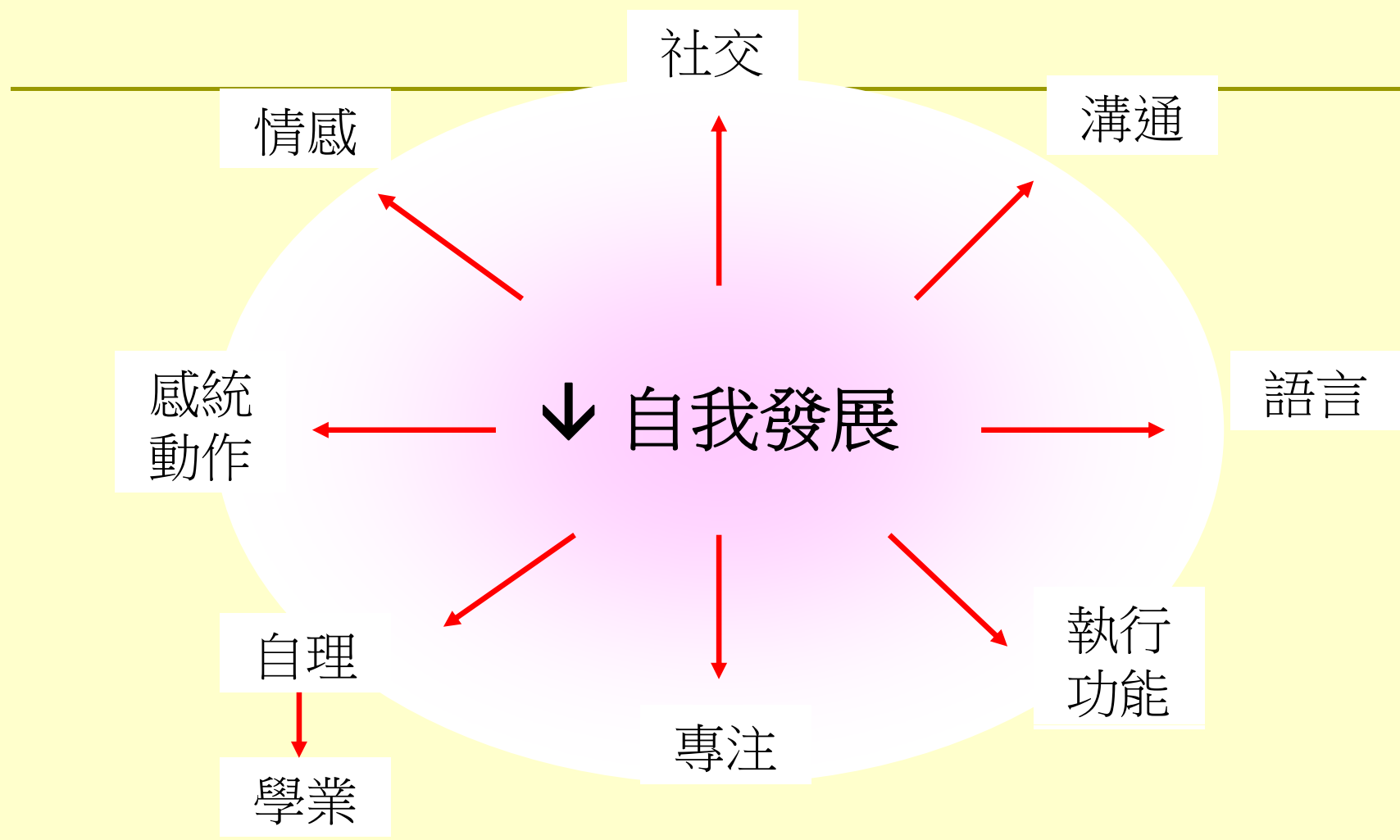
自我計劃 (目的-方法-檢視)

自創 (變化. 擴散)

自主 (主-客. 因果關係)

自覺 (生理、感官、感受、意欲、思考、  
行動、所處身的環境)







# 【我心療法】

- 開展自我意識為根基
  - 引導孩子與別人的心連心的互動
  - 對外在環境的操控感

事情

與自己

與別人

我

與時空

與物件

事情





• 重心 / 空間

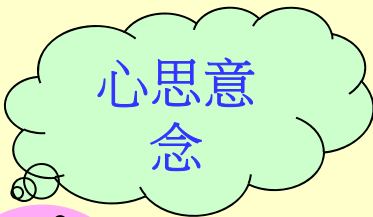
• 肢體活動

• 感官      

• 說話  

靈活運用

意識



情感



# 自我意識訓練活動

---

- 意識自己身心存在的活動
- 意識自己肢體感覺的活動
- 自主操控身心的活動
- 意識自己在空間位置的活動
- 意識別人的活動
- 自主操控物件及經過創造的活動

# 【我心療法】 ~ 言語訓練

## 1. ↑ 理解語言所表達的意思

---

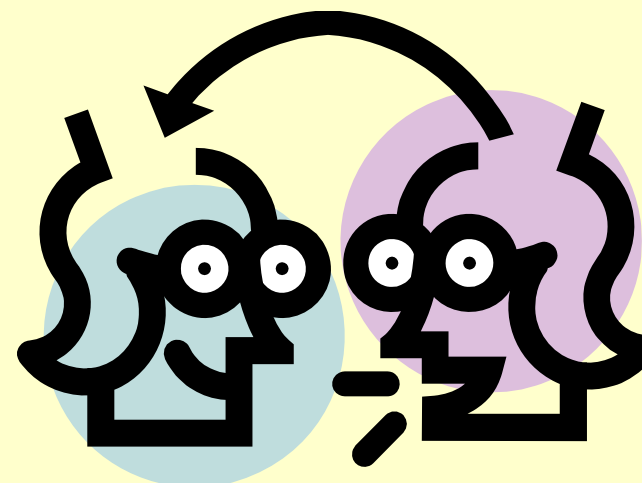
- 將孩子的經驗語言化
- 詞彙（動詞、情感詞及心意詞）

## 2. ↑ 接收及思考語言訊息

- 有意識地聆聽
- 分析說話內容

## 3. ↑ 靈活運用語言來思考及表達自己的心意

- 把玩聲音
- 表達心意、描述經驗
- 口肌 + 運氣



# 有助提升自我發展的日常活動：

## 身體意識活動，例：

- 按摩
- 瑜珈 – 伸展活動、留意呼吸的靜心活動
- 刺激的機動遊戲，例：過山車、海盜船、滑浪飛船  
(孩子必須沒驚恐及顯示喜愛下，才可鼓勵他們玩。)
- 跳自創舞(必須在全身鏡前跳)
- 體操 – 跳彈床、平衡姿勢
- 自拍像



# 有助提升自我發展的日常活動：

自主、自創和自我計畫的成功經驗，例：

- 讓孩子經驗到肚餓、肚餓、熱...等生理感覺，等待孩子主動表達其感受和需要
- 每星期最少有一天半天的自由時間、鼓勵孩子自我計劃其生活。
- 玩沙、水、自由塗鴉、音樂創作、自由舞
- 下廚：食材選擇、處理方法選擇
- 用說話引領孩子的心路歷程：意欲→行動(思)→留意環境結果→歸納為自己的成功

# 有助提升孩子自我發展的溝通技巧：

---

## 宜：

- 引導孩子留意自身的動作、情感和心思意念，旁述孩子的情況
- 多向孩子清楚描述自己的身心狀況和行動決定的前因後果
- 運用主體經驗語句：我/你/xx覺得、看到、聽到、摸到、說、知道、感受到、想要/想做(意欲)、鐘意/唔鐘意、lum(思考到)、記得、估 ....
- 容許時間讓孩子感受/思考自己的心意
- 解釋清清楚楚規矩的身份和情境的應用

# 當想瞭解孩子時.....

---

- **忌...**重覆地問一些開放性身心分析的問題, 例: 點解你...? 你究竟想點?
- **宜...**先用填充/**what, when, who, where, yes/no**問題形式查探情況, 逐層查探孩子的意欲、感官接收到的資訊、思考過的事情、做過的行動...等, 可用繪圖方式輔助, 再幫助他歸納總結。

...先向其他途徑獲取有關資料

# 當想教導孩子易地而處時....

---

- **忌...** 要求孩子直接透過想像代入別人的角色, 問他「如果你係佢....., 你想想你會怎樣?」
- **宜...** 直接告訴他別人對事情反應的因由, 後用比較方法告訴孩子別人跟他有在身心和想法有相同及可能不同之處。