

樂爸爸分享會後感

「攜手同心」作者分享會：兩代 ASD 自閉譜系父子「成功脫障」的故事

日期：2024.6.20 6:30-7:30 pm. 參加人數：141

二〇二四年六月二十日晚，到「助展會」的分享會，回應家長提問，心中有感。

問題共二十七條，遠超我想像。有一條特長，共千字，寫滿一頁，令我感動。有不少問題，自己曾經歷，勾我回憶，當晚努力回應。

我留意到有一類問題，都是關於提升訓練效率。例如：孩子學習動機弱，訓練不見成效；孩子抗拒訓練，發脾氣，不合作；情緒爆發，「一秒狂怒」；一執筆，就發脾氣；怎提升專注力？目前祇五至十分鐘；重點訓練孩子甚麼，才有高成效？孩子對活動不感興趣，得不到成效；缺乏社交，唔參與，唔專注，唔集中，上羣體班，自己坐開，未與同伴「玩」，問：「怎樣可以事半功倍」？

相類的困難，我也經歷過，有些頗嚴重。我非常明白家長心情，想寫篇文章，綜合補充。

公園跑跳，鍛練大肌肉

一定要從我休假說起。我休假，就是因為幼子抗拒訓練，不肯拍皮球、接波波、獨足站等。內子要他練，不夠五分鐘，他就停，不專心，不願做。再迫他，他就跑開，躲進睡房的衣柜，關上柜門，拒絕現身。這是幼子的情緒渲泄，差未爆發。

我太太束手無策，流淚哭泣。我想起專家所教：「多帶孩子去盪鞦韆。」便決心休假，天天和幼子去公園，任幼子玩，玩他喜歡的，不是我喜歡的。幼子隨意跑跳、攀架、搖馬、鞦韆、滑梯、追逐、踢球，甚至最簡單的在大石跳上跳落。祇一個月，效果立現，幼子身手逐漸敏捷。我和內子再沒在家做訓練，全盤盡棄，因為在公園內的活動，是 90 分鐘的「身體感官肌能」訓練（簡稱：「大肌肉」訓練），幼子全情投入，十足專注，遠勝在家中十分鐘。

現在回答家長的提問：「怎有效訓練？怎令孩子合作、專注？」我的答案是，引導孩子做他喜歡的，就最專注；做他能力剛達的，就最高效。當然，要多謝專家教「去盪鞦韆」。

其實幼子很早已抗拒活動和訓練。大概四歲，我帶他去幼兒中心參加活動，八至十位小朋友一同玩，穿隧道，盪藤圈，傳波波，也有簡單的跳躍和伸展。別的孩子玩得興高采烈，幼子卻不參與，他或縮在一角，或坐我前面，莫說活動，連熱身也不做。若我抱他出去，他便大力踢腳，掙扎，我祇好放棄。活動三個月，他次次呆坐，我無法改變他。

類似幼子的掙扎，我實多見，更激烈的也有。在特殊教育中心的攀石訓練班，曾見一位父親鼓勵孩子攀石，孩子拒絕，後來父親把孩子抱上石牆，孩子大力掙扎，繼而叫嚷，甚至大哭，情緒失控，這位父親無奈，把孩子放下。他每堂都再試，但從未成功。

在社交訓練班，有孩子在門口大叫大喊，不願進入，是害怕陌生人、陌生地？

糾纏了十多分鐘，他的母親唯有帶孩子離開。一星期後，母親與孩子再來，他同樣大叫反抗，擾攘一番，又終離開。之後，這對母子再不出現。這是激烈的抗拒，情緒失控。

我在「攜手同心」寫過，如果幼子提早半年參加社交訓練班，他可能也祇呆坐，就如家長說：「唔投入，唔參與，唔集中，唔見效。」約早半年，我夫妻帶幼子去同學的生日會，在麥當勞內，十多、二十位同學拍手，玩樂，吃薯條漢堡，唱生日歌等，但幼子祇呆坐，離遠看著同學們玩，足足兩小時，不發一聲，無論我夫妻怎鼓勵他，全都無效，連去取食物也拒絕。那時，他約五歲，缺乏社交，弱於表達，對訓練不投入，不參與。

爆旋陀螺，學溝通社交

幸好我改變方法，天天去公園，任他玩，這是他能力所及，兼且喜歡。在家，我也改變訓練方法，日日和他玩「爆丸」（也稱「爆旋陀螺」）。幼子平日不說話，他的溝通和表達能力，落後很多。他喜歡看電視的卡通片，學來一些片語，「Shoot，爆丸，爆開」，「聖光戰虎，螃蟹獸，魔帝海德拉，神威鳳凰，藍海蜥蜴」等等。我就和他一同玩「爆丸」，是他最感興趣的玩意，也是最佳訓練，最大投入，最高效率。祇兩個月，幼子對話增多，例如：

「要買爆丸」，

「去邊間舖買」，

「我鐘意〈XXXX〉，唔要〈ZZZZ〉」，

「哥哥鐘意呢款，我鐘意嗰款...」，

「這一款爆丸好，襟玩；那一款唔好，易壞。」，

「家中已有這款爆丸，唔好再買，買另一款，新出的。」

請家長留意，上述不祇是簡單片語，是有層次的表達，一層比一層高，涉及個人喜好、物品優劣、哥哥鐘愛、購物選擇和因由，且和父母清楚溝通，是社交，進步很大。

我曾寫過，每星期帶幼子去語言訓練班，導師用玩具引導幼子說話，他無精打采，一句一句「跟」著說。某天，我特意帶爆丸去中心，突然之間，幼子和同學「搶」著說話，連珠爆發，十多分鐘，說個不停，直至導師勸止。那十多分鐘，對話比平日多幾倍，是最有效的訓練，訓練兩個「亞氏保加」孩子對話、溝通、社交。

沒有誇張，短短幾個月，幼子的溝通和表達，進步非凡。對於幼子，日日玩爆丸，買爆丸，是玩樂，他高興，非常投入。對於我，卻是訓練，超級有效的訓練。

不過，我要指出，幼子的溝通、社交，集中「爆丸」和他喜歡的事物，很是狹窄，持續多年。我家繼續訓練，他在家內、校內點滴學習，一路成長，要到高小，才得擴闊。我認為「亞氏保加」孩子的天賦特別，對某些事物，極度偏愛，十足專注，學得飛快；對不感興趣的，則不瞅不睬，棄如敝屣，仿佛未見。

摺紙填色，訓練小肌肉

幼子小時，長期不專注、不合作一項訓練，就是學中文。我夫妻讀中文「湯馬士小火車」給他聽，他專注最多五分鐘，聽一遍便要停，若我夫妻堅持，他便拒絕，不理睬，索性跑開。奇怪的是，幼子偏好英文「湯馬士」，主動拿來，不

停要我夫妻讀，讀完再讀。如果我夫妻沒空，就勞煩菲傭姐姐。幼子超級專注，只聽得十遍八遍，就記得每一個字。我夫妻皺眉擔心，因為他平日不說話，讀中文故事給他聽，是希望他聽後有回應，多講粵語。但這訓練失敗，幼子只聽英文，不聽中文，聽完走開，從不說話，毫無進步。他這「壞」習慣，持續好幾年。到小學，要作句，要考試，我們才知道他的英文水準，遠超同齡。在小學二年級，他已能夠用英文，寫了本恐龍書。

幼童學習憑經歷，透過他們喜愛的事物來教，事半功倍。強迫無效，惹來抗拒。我曾一次強迫幼子，他劇烈掙扎，面紅如血，勢若瘋虎，卻不發出半點聲音。那時他祇三、四歲，但我和家傭兩個成年人，都未能制止他，他激烈反抗，過了十多分鐘，我愈來愈害怕，終於隨他。他立刻安靜下來，默默做自己喜歡的事，混沒瞧我們一眼，像沒發生過任何鬥爭。自此以後，我家再不敢強迫他。家長問：「怎處理情緒失控？」我祇能重覆專家所教：「先處理心情，後處理事情。」

某家長問：「小手肌弱...如何訓練？」另有問：「一執筆寫字，就發脾氣。」寫字有困難，可能是讀寫障礙，這方面我沒經驗，也可能是小肌肉發展問題。幼子的小肌肉發展也曾落後，但從未執筆發脾氣，事實上，我從未訓練他寫字。幼子第一次學寫字，是在幼稚園高班，循校所教，沒遇問題。之前，他做過大量的小肌肉訓練，主力是玩泥膠、迷宮、填色，是專家建議的；另外我自創的是塗鴉和摺紙。幼子五項俱喜，樂於參與。泥膠需用質素高的，因為耐用、乾淨、不黏手，我們全家一同玩。幼子既搓泥膠，也砌圖案和物品，他喜歡做小手工，很用心砌，慢慢掌握技巧，砌出的小動物很精細，曾是我家擺設。幼子也喜玩迷宮和填色，這兩項訓練都比執筆寫字易，又有趣，幼子喜歡。迷宮和填色簿易買，任何書局有售。塗鴉更易，給幼子廢紙和鉛筆，他就隨便亂劃，

劃出來的都亂糟糟，看不明白，但我任他，他常一口氣劃十幾張，對於我，這是練習使用手指和手腕。最後是摺紙，我全家都喜歡，常和兩子一同玩，這是小手指和手腕的好訓練。我們最喜摺飛機，摺完後便玩「擲飛機」，是大肌肉訓練，又好玩，孩子專注，開心摺，開心擲，十足投入。我見兩子善歡，便去圖書館借摺紙書，學各式摺紙，全家同玩。

選他喜歡的，能力剛達的

重提舊事，是想和家長分享，為孩子安排訓練，請選孩子喜歡的，孩子會投入，專注，持久，進步快。把訓練融入生活中，成效更佳。例如我和幼子天天去公園，日日玩「爆丸」，常常摺飛機，都是成效高的訓練，而且全家參與，集語言、溝通、禮貌、社交一爐共冶。至於訓練的先後次序，應集中孩子能力剛及的，見進步的。

「助展會」提醒我，為幼子安排訓練時，在認知、語言、感統、社交等，把幼子視為比真實年齡小兩歲；在讀書、記誦，則視他大兩歲。對於我幼子，這判斷正確，我為他安排的訓練，自創的活動，全部遵照。

對於其他的孩子，則要勞煩專家和家長去評估，去嘗試。當年帶幼子去公園，因為公園設備多，適合不同年齡，任幼子試，他喜歡的，能力剛及的，就是最適合，最有效的訓練。天天去，容易見進度，起初他玩滑梯，祇玩低矮的，小心滑下。兩個月後，他轉玩最高的滑梯，絕不遲疑。四個月後，滑梯再不吸引，他在公園的鐵架攀上攀落，扭動身體，穿來插去。六個月，我見他敏捷多了，便帶他去中心學攀石，一試成功，以後不去公園。攀石四個月後，又轉去學滾軸溜冰，完成初班、中班、高班，他穿著溜冰鞋，在場內飛馳，左穿右

插，矯捷靈活。

家長問，怎訓練才有效，怎令孩子專注、投入？先後次序？帶幼子去公園給我們啟發：

- 強迫訓練沒有用。
- 孩子沒興趣，做不來的，請不要勉強。
- 帶孩子做喜歡的，做到的，他才學得快，才有效。
- 訓練可以千變萬化，不必拘泥。我真的任由幼子在大石跳上跳落；亂塗鴉，「鬼劃符」；也曾跪在地上和他胡言亂語，玩爆丸。
- 見效、成功，請不吝讚孩子，他就添自信，也信任家長、中心、導師。
- 不斷提升訓練，選孩子能力剛達的。選得對，孩子可以進步神速。
- 訓練和生活分不開，永遠把說話、溝通、社交訓練，共同進行。

「亞氏」孩子的學習能力非常強大，但也非常偏側。家長請多嘗試，多發掘，找到孩子興趣所在，他們會突然起飛，學得很多，快得驚人。

二〇二四年八月

附錄：讀寫障礙的小故事

關於讀寫障礙，我沒有經驗，但想說說小故事。

我認識一位青年，有中度讀寫障礙，他小時在香港讀小學，成績欠佳，無奈留級。他母親心憂，為他安排訓練；但他父親不著緊，原來父親也有讀寫障礙，許多年前讀書不成，到外國半工讀，回港後創業，拿著小許本錢，大膽開廠，產品銷得，生意頗佳。該位父親認為兒子將來可以做生意，無用擔心讀寫，何必奔波訓練？

這孩子小時喜歡素描，我見過，聊聊幾筆，描得出色。他母親有見及此，送孩子去中文大學資優兒童學院做評估（註），結果中大收他入學，要求孩子帶同電腦，到中大上課，學電腦繪圖設計。母子高興，笑逐顏開，孩子潛能終獲賞識。（註：中大的評估，不純是學能、推理、智商 IQ test，也包括中英作文、繪畫、外語，多方面評估孩子才能。）

這孩子小學考試不佳，唯有轉校，之後完成小學。在港升中，不選文法中學，選職業先修中學，然而，學業仍有困難。中四後離港，在外地求學，成績持逐上升，完成中學後，用外國大學入學試 SAT 的成績，報讀香港的大學，一矢中的，回港升學，修讀設計，正是他志向強項，順利完成。如今從事設計已幾年。

天生我才必有用，每個孩子都不同。