



助展會 ©1993  
Potential Development Association

# 助展會通訊

## PDA Newsletter

### 2023年4月(第44期)

## 主題文章

識心療法，打開  
自閉「心」的人生

#### 霎時感動

特教導師 冼姑娘

#### 活動教學分享

資深特教導師 黃姑娘

#### 最新消息

最新服務介紹

#### 講座後記

認識自閉症學生中文寫作的引導技巧

「SEN 家長支援」證書課程

電話 : 2528 4096

WhatsApp : 5720 8321

電郵 : pda@pdachild.com.hk

Instagram : www.instagram.com/pdachild

網址 : www.pdachild.com.hk

Facebook : www.facebook.com/iPotentialDevelopmentAssociation

地址 : 香港灣仔軒尼詩道 258 號德士古大廈 3 樓



# 主題文章

## 識心療法: 打開自閉「心」的人生

小希是一位就讀於特殊學校的自閉症孩子，過去的他，只專注於自己的內心世界，與他人沒有眼神接觸，亦不懂得用說話言語表達自己的所思所想；經過一年半的訓練，小希改變了，開始用眼睛探索外面的世界、與人有自然的眼神接觸，並懂得用簡單說話配合身體語言與他人自然溝通，表達自己的情緒及想法。

### 只有「自己」的世界

一年半前，初次見到有自閉症並就讀於特殊學校的小希時，他正專注搓揉手中的泥膠，沒有理會坐在對面的導師，即使導師嘗試吸引他的注意力，他也只是抬頭望了一眼便繼續回到自己的內心世界。小希在語言方面的表達只有模仿聲音和音調，無法透過言語清楚表達自己的想法，時常透過尖叫或拍桌，甚至抓傷人來發洩及表達自己的情緒；課堂中，當小希稍微感受到自己被要求學跟導師做活動時，就立即情緒波動，因此無法進行長時間的專注學習，影響學習效果。

當時，小希的父母和導師們的訓練目標是：小希能自由地透過口語或身體語言表達自己的想法，並且能專注在課堂中學習。

### 提升感官意識，逐漸融化冰封的心

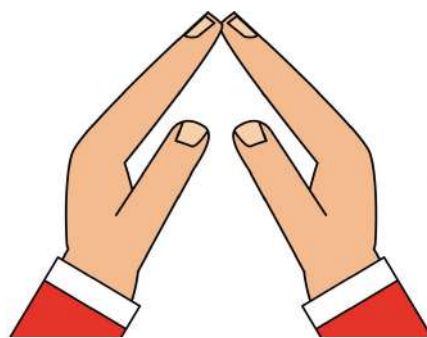
小希於是開始接受一週兩次的訓練，幫助小希融化冰封的內心，透過和小希進行大量的感官遊戲（Messy play）以及持續的靜觀手療（Healing Touch Therapy），讓小希能放鬆身心，進而意識到自己的感官體驗與外在的世界。



感官遊戲是令小希對外在世界產生興趣的一大助力。課堂中，導師準備許多不同的物料及食材，像是顏料、肥皂、泥膠、水果、零食等，配合「水」來進行活動。開始時，小希只專注於某一個物件或物料，只有興趣用重複的方式玩，很少留意到物料或食材過程中的變化，亦很少留意導師。幾堂課過後，小希開始對外在世界產生好奇，逐漸留意到導師的動作，對於顏色和物料/食材的變化也敏銳許多，總是會目不轉睛地盯著觀察水的流動和變化。小希也開始主動探索不同物料、物件，嘗試不同玩法，並模仿導師的動作。

小希的意識提升後，導師開始透過閱讀中文字和讀句子，教小希開口表達自我。導師將小希在課堂的活動拍攝下來，再配上文字，邀請小希一起閱讀，令小希知道文字可以表達某人做過或正在做的事情。每當導師和小希一起回看活動錄影時，小希總是很積極與專注，來回翻看自己當時正在做的活動，有時甚至會主動說出「希希搓泥膠」、「希希畫畫」、「希希同姑娘玩泡泡水」等句子。另外，導師也挑選出日常生活中小希熟悉的食物和物品名稱，從他感興趣且簡單的認讀開始，逐步增加難度，重新建立起小希對於學習中文字的自信心。

另一方面，導師持續在課堂中進行靜觀手療，幫助小希全身放鬆，提升他的發聲能力。導師在活動中配合發聲訓練，讓小希能自主操控喉嚨，發出不同大小音量及頻率的聲音，或用不同的聲音讀出字詞，控制自己的聲音。



在這段日子中，小希和媽媽之間的關係緊密了許多，這也成為小希打開封閉的內心的另一大助力，令他逐漸走向外面的世界。

### 開闊視野，走出自己的世界

經過密集的訓練，小希整體能力提升許多，最明顯的是小希和導師的眼神接觸自然、溫柔了許多，亦能有意識且流暢地轉移視線，懂得留意、觀察周遭發生的事情及環境

的變化。在語言表達方面，小希開始能將自己的心意透過眼神、言語和肢體動作表達出來，除了單詞外也開始能說出短句，和身邊的人交流和溝通。例如當小希很想要某個物品時，會說「希希要XX」，或是用手指著及用眼神示意導師。而小希也開始有了聯想，譬如小希知道要戴著口罩上課，但又忍不住想拿下來，因此被導師提醒時，會說「口罩、開、返屋企」來表達自己知道拿下口罩便不能繼續上課，只能回家。

另一方面，小希和導師的互動也自然許多，有時會故意跟導師開玩笑，明知到不可以但故意觸碰導師的手，聽到導師故意說「希希！」，小希便偷偷地笑。或是有時希希故意快速拉下口罩，又快速戴回去，一邊觀察導師的反應，笑到眼睛眯成一條線，想看導師故意皺眉看著自己。還有一次，導師和小希在玩感官遊戲時，期間為了避免弄髒衣服因此需要穿圍裙。在幫小希戴上圍裙後，小希主動將圍裙套到導師身上，不過在過程中不小心弄掉了導師的眼鏡，而令人驚喜的是，小希居然與導師四目相交，再幫忙導師將眼鏡戴上。

小希整體意識提升後，開始能專注於課堂上的學習活動，能整堂課坐定定，跟隨導師的指示做事，眼耳協調，能辨認、記憶不同的中文字詞，知道什麼是「一字一音」，開始真正地「學習」，這些對一年半前的小希可說是相當困難的，甚至是不可能的任務。有時，導師會邀請媽媽一起參與課堂，或下課後和媽媽分享小希進展的情況，同時請小希示範認讀自己已學會的字詞，而小希也總是帶給我們驚喜。此外，媽媽經常會用手機紀錄下小希上課的表現，分享給親朋好友看，平時也會分享小希參與課外活動的相片或錄影，像是攀石、跳繩、打籃球、畫畫、彈鋼琴等，讓我們見到小希不同的一面。

見證小希這一年半的大幅度進步以及融洽的親子關係，我非常喜悅，每當聽到媽媽發自內心地讚美小希「叻！」、「進步喇！」，我也打從心底感到欣慰，很榮幸能參與到小希這段成長過程。而我也見證到原來內心如此封閉的自閉症小孩，也能在長期的訓練下逐漸走向外在世界。現在小希仍在朝著前方慢慢地前進，但我們都相信小希未來會變得越來越好，並持續進步！



# 霎時感動

我拿著瑤瑤的襪子喚她，她立即小步跳來，微彎的眼睛盯著我，笑靨如花。今天是瑤瑤的最後一課了，看著她由一個不笑、不看人、對聲音沒反應的女孩子，逐漸變成眼前這一個開心小孩，作為導師的我也覺得十分驚喜。

她來助展會的原因是父母認為情感冷淡、缺乏眼神接觸的瑤瑤是自閉兒。但短短兩個月的時間裏，導師透過提供不同前庭刺激，她便有了火箭式的進步，父母亦深感欣慰。

當她穿上鞋子，拖著父親的手準備離開的一刻，她突然停下轉頭環顧四周。似乎是感知到離別，她跑到導師面前緊緊的抱著我們哭了起來。她哭了好久，攬著我們不願下來，好像她知道---這或許是最後一次了。最後她是伏在她父親的肩膀上，流著淚被抱走的。

我是沒想到本來被認定「情感冷淡」的孩子，不但能在兩個月後多了各式各樣的情緒，更能感受到離別的氛围。謝謝她的不捨，讓我感受到她真的在這裏得著了很多快樂和美好。願她日後也繼續健健康康地成長！



特教導師 洗姑娘

# 活動教學分享

## 親子互動遊戲: 僕匿匿/捉迷藏

有一個親子的遊戲玩得很簡單，只需要用手遮住臉，然後露出來，孩子就會哈哈大笑，非常的開心。僕匿匿/捉迷藏，就是一個充滿歡樂、互動的遊戲，對孩子的成長是很有幫助的。

### 方法一：

用毛巾或手遮着臉，然後爸媽再打開手或毛巾，同時可以做出誇張的表情或叫着孩子的名字，吸引孩子的留意及觀察。

### 方法二：

先讓孩子看到自己，然後躲起來，如：躲在梳化旁邊，爸爸或媽媽的身體需要露出一部分，讓孩子看見，然後再出現，當孩熟練遊戲時，身體不用再露出，遊戲時孩子會期待爸媽再出現或是會主動行動走向爸媽躲藏的地方尋找。



### 方法三：

把孩子喜歡的玩具用毛巾遮着或是放在盒子內，讓孩子自己尋回。

對幼兒來說物件在視線範圍消失，就等於消失了，僕匿匿這遊戲，可讓孩子透過觀察、體驗理解恆存的概念，同時是練習與父母分離，減低孩子分離的焦慮的方法，爸爸媽媽突然不見了又會出現，這樣重複進行，孩子就會預測到遊戲中爸媽的消失，只是躲起來，並不是真的不見了。

僕匿匿/捉迷藏是個不受時間、地方、人數限制，變化多多的遊戲，家長就多與孩子玩玩吧！



資深特教導師 黃姑娘

# 最新消息



## 2023 年最新服務



發展會  
Potential Development Association

### 證書課程

1. 實戰.實踐「SEN 訓練技巧」證書課程(第三期)  
(五月開課)



2. 「SEN 專題技巧」證書課程 (系列 1) - 專題內容：專注、認知及記憶 (六月開課)



### Good @study 網上講座

1. 脊骨健康你要知



2. 5 月份幼兒中文認字證書課程



### Good @study 新網課

1. Positkids 正向親職課程

由註冊心理學家 Victor Ching 主講



2. 心身腦全引導：孩子主動做功課



# 講座後記

## 2.2023 認識引導自閉症學生學中文寫作的方法

對於自閉症學生來說，中文寫作是困難的。在進行中文寫作時，自閉症學生常常出現離題、不能解讀文章主題、文章內容不到位、不願意寫虛構的情節等，這些都是家長經常提及自閉症學生在學中文寫作的常見問題。今次講座，本會有幸邀請麥姑娘於講座中分享一些實用的引導自閉症學生中文寫作的方法，幫助家長解決對引導自閉症學生的中文寫作的困難。

在講座中，麥姑娘先解釋了自閉症學生進行中文寫作困難的背後原因——自閉症學生的腦與常人不同。他們在記住個人經驗的情節時較困難、自閉症學生非常注意部分細節，因此他們會經常忽略整體的意義，在寫作時亦然。另一方面，他們對於自己喜歡的項目就會記得異常清晰。如：普遍的自閉症學生都很喜歡交通工具，因此被問到喜歡的交通工具時，他們說出個人經驗的情節就會比較清晰。

自閉症學生傾向圖像等視覺訊息去學習，容易忽略眼神和聽覺訊息。由於他們解讀能力有限，因此在想像故事時節時未能代入角色，較難易地而處。

此外，麥姑娘在講座中分享了教導自閉症學生學中文寫作時的方法，以下是其中的二個方法：

### 角色扮演

家長可以多跟孩子先進行角色扮演，讓學生能從扮演角色中了解文章中人物的心情、角色在過程中的變化，學習易地而處，減少文章內容缺少情感的情況。

### 情緒事件簿

在日常生活中，家長可以讓孩子記錄下他的生活經驗，可以把這個情緒記事簿作為他的靈感來源。



最後，麥姑娘建議家長除了運用講座中提及的技巧於中文寫作外，家長保持著一顆理解、包容的心也十分重要。家長如有需要，歡迎家長尋求本會專業人士的協助。



# 「SEN家長支援」證書課程

【活學活用「家居訓練技巧」親子實踐篇】已經圓滿結束！

兒童發展培訓導師陳姑娘分享：家長們上課都很認真，上課時帶來很多問題問導師，導師都日日盡量回答，並因應小朋友的情況提供不同的訓練意見，幫助家長可以在家為小朋友進行訓練！

首個在助展會舉行的「活學活用家居訓練技巧」的家長親子課程，對我來說很具挑戰！

因為過往在不同機構舉行家長或親子訓練，大多數的家長之前是認識的！所以對家長及幼兒情況也有一定的掌握！

但今次課程的參與者，未必是之前認識的家長，所以第一節開鑼時，才真正認識他們！

因為參加我的親子課程的家長，都需要動身動手動腦，而每節課堂都需要回家「做功課」，由於家長本身已經很忙，所以在沒有太大期望的情況下，也希望家長都能交少少功課回來分享！以免「嚇怕」他們！哈哈！

但意外地，他們每次都有交足功課，除了帶來教學用具作分享，有些更攝錄片段回來，讓我更掌握幼兒的實況，以致更能提供切合的建議去改善訓練技巧！



## 分享一些家長學員的回饋：

Helen 家長：更了解 SEN 小朋友都學習需要，如何令他們有興趣地學習，令家長可以掌握多一些教技巧，可以在家中進行多方面的訓練。

David 媽媽：對年幼的有特殊學習需要的孩子有更深而有系統的認識，明白大小肌訓練的重要性。

Alex 媽咪：會根據小朋友的實際情況而提供意見。

# 講座工作坊推介

(2023年5-7月)

## 5月

4/5 (四) 讀寫障礙 中文默書 (免費 zoom)

7/5 (日) 幼兒認字證書課程 (實體課)

18/5 (四) 脊骨健康你要知 (免費 zoom)

## 6月

8/6 (四) 飲食和運動提升孩子活力以適應小一 (zoom)

20/6 (二) ASD 孩子自然自在地社交答問會 (免費 zoom)

## 7月

6/7 (四) 讀好書的「心·身·腦」發展基礎 (免費 zoom)

20/7 (四) 幼兒小手肌發展 (zoom)

25/7 (二) AD/HD 如何分辨孩子是好動，還是過動答問會 (免費 zoom)

報名請到

