

新世代家長教育系列



協康會
HEEP HONG SOCIETY

(新版)

兒童行為解碼



- ★ 深入淺出講解自閉症兒童的常見問題和處理方法
- ★ 收錄30個真實個案
- ★ 同時適用於一般兒童



目錄

協康會簡介.....	4
協康會青蔥計劃.....	7
序言.....	8
概論.....	10
何謂自閉症及自閉症孩子的特徵	11
自閉症孩子的常見問題.....	14
處理孩子行為及情緒問題的有效策略	18
生活篇	
我要有嘢揸手呀！	30
憤怒的峰峰.....	33
快步神功	36
我真係有少少鍾意咗嘔嘔啦！	39
N德基的忠實顧客	42
蝸牛吃午餐.....	46
住在牙蟲村的康康	50
加大碼的手指公.....	54
依戀尿片的嘉嘉.....	57
怕水的謙謙.....	60
不午睡的跳跳虎.....	64
含羞草公主.....	68
言行一致	71

校園篇

我班有個惡管家.....	76
停！停！停不了！	79
醒神寫字貼.....	83
彤彤愛漫遊.....	86
玩具笨豬跳.....	90
神奇的橡筋繩	93
小心關門！	97
失控的偉仔.....	100
情緒管理 123	103

社區篇

電梯先生	108
轟炸機來了.....	111
「點解呀？」小姐.....	114
樹熊爬上樹.....	117
團團轉·菊花園.....	120
不准泊車！	123
爸爸為甚麼在這裡？	127
我個孫冇禮貌？	130

總結.....	133
參考資料.....	135

概論

協康會

HEEP HONG SOCIETY

何謂自閉症及自閉症孩子的特徵

一般相信自閉症是由大腦生理問題所產生的一種「廣泛性發展障礙」，但確實的成因仍有待進一步研究。除了環境因素有可能影響外，遺傳基因在大腦形成的過程中也可能產生影響，造成自閉症中各種感知和溝通的障礙。

近年有研究指出，如果把全部「泛自閉症障礙」（Autistic Spectrum Disorder）也計算在內，發病率可能上升至每166人，約1個個案（MRC,2001），原因可能與診斷準則改變及更清晰地辨別自閉症及相關個案有關。患有自閉症的男性比例較女性高於約四至五倍。患者一般早於3歲前已有徵兆，約兩成患者於出生後首一至兩年間，在發展方面沒有異樣，但其後溝通能力的發展似乎停滯，甚至倒退（APA, 2000）。直至目前，雖然醫學界仍未有根治自閉症的方法，但是有很多治療理論及訓練策略已獲證實能有效緩和孩子自閉症的徵狀，提升他們學習及適應群體生活的能力。

自閉症診斷定義

根據《美國精神障礙診斷統計手冊 - 第4版》（簡稱 DSM-IV）或者《世界衛生組織疾病分類系統 - 第10版》（簡稱ICD-10）的規定，患有自閉症的兒童須同時存在明顯的：

- 社交障礙
- 溝通障礙
- 重複、刻板式的行為、興趣或活動

社交障礙的徵狀包括：

- 與人交往時，不懂得使用或不明白對方的多種非語言表達方式（例如：眼神、面部表情、手勢動作等）
- 未能建立合乎發展年齡期望的朋輩關係
- 不懂得主動分享興趣、喜悅、成就（例如：遞上、展示、指著有趣的事物）
- 缺少社交或情感的交流與互動

溝通障礙的徵狀包括：

- 未有語言或語言發展遲緩（未能以其他方式幫助表達，如：手勢）
- 交談時未能打開話題或保持對話
- 以刻板或重複的方式說話
- 缺少合乎發展年齡期望，而具變化的自發性假想或社交模擬遊戲

重複、刻板式的行為、興趣或活動包括：

- 過分沉迷及喜好狹窄（例如：沉迷於觀看轉動的物件、把玩玩具火車）
- 執著於一些無實際作用的特定程序或習慣
- 刻板或重複的身體動作（例如：擺動身體）
- 過分專注物件的部分（例如：車軌、坑渠邊等）

直至目前，尚未有醫學上的測試診斷自閉症；要分辨自閉症孩子，須由專業人士（如：兒科醫生、精神科醫生或心理學家）透過行為觀察及根據醫療報告、兒童發展的背景資料及行為量表數據等作出診斷。

在患有自閉症的孩子身上，除了發現上述的主要行為徵狀外，他們也有可能出現下列的問題；這些問題不是自閉症孩子獨有的徵狀，在患有其他發展障礙（如：智力障礙、感知障礙、言語障礙、發展遲緩等）的孩子身上也可能會出現。

學習方面

- 漫無目的
- 學習動機低
- 容易分心、專注力弱
- 學習緩慢
- 理解抽象概念困難
- 透過觀察學習能力弱
- 辨別重要及次要訊息困難

情緒方面

- 情緒不穩（如：莫名其妙的大笑、大叫）
- 容易發脾氣
- 脾氣剛烈

行為方面

- 表現反覆，難以預測
- 沉醉於自我刺激行為
- 過分活躍或被動
- 行為衝動
- 違反環境規範
- 滋擾或攻擊行為
- 過分纏繞、依賴
- 偏食

其他方面

- 睡眠失調
- 癲癇

自閉症孩子的常見問題

自閉症是一種複雜的發展障礙，對患者構成廣泛的影響。至今，教育及醫學界對自閉症仍有很多不明白的地方。孩子的自閉症表徵、能力表現及治療進度與其生理及腦神經問題的嚴重程度，似乎有著莫大的關連。不專注、不懂分享、行為衝動等等，只是我們憑眼睛可以觀察到的外顯問題。要真正能夠對症下藥，改善孩子的表現，我們需要先理解這些問題背後的原因。大家可以循以下幾方面思考孩子的能力，想一想孩子在這些方面的不足與自閉症的外顯問題的關係。

Q&A 為甚麼孩子喜歡物件多於人？

與建立親密感及互動能力不足有關

根據DIR®模式，孩子是否享受與父母一起的親密感覺、能夠來回與人保持情感上的交流與聯繫、有目的地運用發展中的語言及象徵能力，是自閉症的三大核心問題（Greenspan & Wieder, 2006）。當孩子未能理解互動關係的變化時，他自然無法作出反應並享受當中的樂趣。相反，操控物件時所產生的效果，能帶給孩子滿足感，有些玩意更為孩子帶來強烈的感官刺激。對孩子而言，當中的樂趣可能遠勝與人相處。

Q&A 為甚麼孩子難以專注？無法一氣呵成完成指令？

與感覺統合及動作計劃困難有關

構成專注力不足的原因可以很複雜。在日常的生活環境中，孩子需要不停接收及處理大量的感覺訊息（例如：聽見聲音，思想聲音的意思並作出反應）。當孩子的感覺訊息處理過程有困難、無法承受訊息泛濫的環境或無法抗拒外來的感官刺激時，他便難以集中精神於重要的事情上，以致表現分心。

此外，要一氣呵成完成指令，孩子需要明白目標，記憶指令的內容，並計劃及串連步驟；組織能力弱的孩子往往難以獨立完成幾項連續的指令。

與認知能力有關

要孩子留意及持續專注目標，孩子需要對目標產生興趣並明白其內容及意義。孩子的專注力表現與他的認知、語言能力等有很大的關係。一般患自閉症的孩子對具體的事情較容易掌握。有部分開始發展符號概念的孩子愛閱讀、排列英文字母、文字或阿拉伯數字。相反，未有符號概念的孩子便難以對文字、數字等產生興趣，因此在學習的過程中表現游離。

當孩子玩玩具的時間很短暫時，我們可以觀察孩子把玩玩具的方法。欠缺玩具操控技巧與意念的孩子，玩玩具的方式可能是重重複複的或很快便對玩具失去好奇，不知道如何發掘玩具的真正樂趣。要幫助這類問題的孩子，我們要處理的不是單純延長專注的問題，而是提升孩子的基礎認知能力，想一想有甚麼物品或玩具能吸引孩子的？按孩子目前的能力，給他示範一些新的玩法，觀察一下孩子的反應，看看他是否感到雀躍、能否模仿。透過新奇的物品或玩法吸引孩子，由此逐步延長孩子專注的時間。

我要有嘢揸手呀！



鄰居B室強媽不悅地說：「嘩！阿大雄媽，乜阿大雄又瞓地呀？吓，又要有嘢揸手才肯返學？唉，你地點教佢㗎？我地阿小強都唔會咁嘅？好心你就俾多啲心機教吓佢啦！」此時大雄正躺在地上大聲尖叫、雙手亂揮及雙腳亂踢，另外一面則是一個已經黝得面如黑炭的大雄媽，因為大雄今天又是要拿一條繩子在手才肯返學。大雄媽很想幫大雄戒掉拿著無謂東西上學的習慣。可是沒有繩子在手，大雄怎樣也不肯出門。再加上阿強媽在旁火上加油，令大雄媽七孔生煙。她不知怎樣做才可使兒子安靜下來，唯有讓大雄拿著繩子上學。幸好每當大雄回到幼兒中心後，他也願意把繩子交給老師，在放學時才取回，中心於是成為大雄媽的好幫手。

背景資料

大雄現時三歲半，診斷為有自閉症及發展遲緩。他的語言理解及表達有明顯的限制，未能夠用說話表達自己。在學習方面，大雄的專注力及學習動機亦不足。大雄總是很喜歡手裡拿著一些長形的東西。最近，他便迷上了繩子。大雄的父親在內地工作，日常生活主要是由媽媽照顧，因此壓力很大。大雄在幼兒中心內的自理表現不錯，能掉垃圾及在餐後收拾食具，並願意跟從老師一些簡單的指令。

問題分析

1. 兒童喜歡繩子的原因是不容易為一般人明白的；有可能是兒童對它產生了一些獨特「生活程式」的聯想；保留固定的「生活程式」讓兒童對環境感覺安全及放心。因此，即時要兒童改變「生活程式」會令他焦躁不安。
2. 由於兒童仍未能用言語表達自己不安的情緒，以致他只能用哭鬧等原始行為來表達要求。
3. 在有規律的幼兒中心環境下，大雄的情緒穩定而且有不俗的自理及聽從指示的表現。由此可見，恰當的學習環境有助兒童發揮他的能力。
4. 由於媽媽不懂得如何處理大雄激烈的情緒反應，也害怕別人歧視的目光和批評，故此往往未能冷靜地協助大雄改善行為。

處理策略

- ✓ 處理繩子問題是按照逐步減退的原則，讓兒童慢慢適應不明顯的改變。
- ✓ 詳細的步驟如下：
 - 開始時家長每隔一星期把原先20厘米長的繩子剪去2厘米，使孩子不易發覺繩子短了。
 - 當繩子剪至只剩下約10厘米後，便要減少要剪去的長度，每隔一星期只能剪去1厘米。
 - 透過慢慢剪短繩的長度，減低兒童對繩子的興趣及需要。
 - 成人/家長可同時配合獎勵計劃，鼓勵兒童先把繩子交出，然後給予兒童喜歡的小吃或玩具時間。
- ✓ 處理繩子問題過程中，成人最重要是保持冷靜及耐性。避免一次過把繩子剪得太多。
- ✓ 同時逐步培養兒童對不同玩具的興趣。透過示範，逐漸增強他們玩簡單玩具的技巧。

憤怒的峰峰



峰峰是家中的幼子，他的父母早年離異，因此，媽媽須獨力照顧就讀小學的長子和峰峰二人。除了照顧兒子的起居生活，還有家中的大小事情，均只由她一人獨力承擔。因此，她常以體罰來處理他們的不恰當行為，未能付上較多的時間教導兒子。

峰峰和哥哥很相似。他們兩兄弟的個性也很急躁、衝動和固執，故常常打架。峰峰為人富正義感，可是他的表達方式卻與別不同。當同學做出他認為不恰當的事情時（如：爭玩具、追逐喧鬧），他必定即時插手干預；如大聲喝止對方，有時還會「出手」。有一次，峰峰一手拉扯著在追逐中的孩子的校服，令該孩子失去平衡，有如滾地葫蘆般跌倒在地上。又有一次，峰峰「出手」制止在爭玩具的孩子，老師便上前阻止峰峰。峰峰卻勃然大怒，大叫老師不公平，甚至連老師也照樣「懲罰」！

怕水的謙謙



謙謙自小也很抗拒洗頭。每日洗頭都需要媽媽出馬，她會坐在矮凳上，讓謙謙橫臥在膝上，然後先用毛巾洗濕髮尾，才慢慢淋濕其他頭髮。過程中媽媽也小心翼翼，因為稍有水花濺到謙謙的小臉兒上，他也会呱呱大叫。日子一天一天地過去，謙謙長得越來越高大，媽媽抱起謙謙洗頭時也感到十分吃力。媽媽心想謙謙已經是個大孩子了，應該要習慣用花灑洗頭。在週末的晚上，媽媽嘗試叫謙謙站在浴缸內以花灑幫他清潔頭髮，想不到他的反應如此大！他即時大叫大哭，不停掙扎，最後還離開浴室不肯再返回去洗頭。媽媽情急下把他拉回浴室，又罵又哄才簡單完成了洗頭的程序。

背景資料

四歲的謙謙有自閉症及輕度發展遲緩。謙謙的感知系統出現對觸覺反應過敏情況。生活上，他常常出現焦慮反應，例如：謙謙不喜歡游水，他最怕水花濺到他的臉龐上；平時謙謙也不喜歡戴帽，亦抗拒被別人觸摸他的頭部；此外，他亦害怕乾手機及吸塵器的聲音。

問題分析

1. 謙謙洗頭時出現強烈的情緒反應，可能與他的感知系統過度敏感有關。
2. 謙謙習慣了橫臥的姿勢洗髮，一方面這可以大大避免水花濺到面上；另一方面，臥在媽媽大腿上，使謙謙感到很安全。當媽媽要求他改為站立洗髮時，他在毫無心理準備下便感到十分不安。
3. 謙謙沒有使用花灑洗頭的經驗，用花灑洗頭時帶來的強烈感官刺激（例如：花灑的水像針般刺在他的皮膚上、花灑噴水聲活像一副鑽地機器在他的耳邊開動著）令謙謙產生恐懼反應。

處理策略

✓ 應用與感覺調節有關的策略，由於孩子的個別需要不同，家長應向職業治療師查詢適合的處理方法。

✓ 可諮詢職業治療師的建議，平日多與謙謙進行針對洗頭過程的減敏活動。（注意：這些活動必須循序漸進及在愉快的氣氛下進行）

例如：

- 讓兒童塗潤膚膏或用濕毛巾在面上及頭皮按摩；
- 用噴水壺把水噴往頭和面部，然後用毛巾抹乾；
- 用冷、熱風風筒吹頭等。

✓ 循序漸進地嘗試與改變，讓謙謙逐漸適應以花灑洗頭的程序。

- 開始洗頭時，先輕輕用濕毛巾弄濕及輕輕按摩頭皮，待兒童能夠接受後，才慢慢接近面部附近；
- 用花灑慢慢沖洗頭髮上的肥皂泡時，注意調校水溫及水速等，並避免水花濺到兒童的五官；
- 預備乾毛巾，在需要時替他抹乾眼睛附近的洗頭水或水，減輕不適的感覺；
- 如果兒童仍出現抗拒的反應，開始時可以只粗略地洗頭，例：只用清水而不用洗頭液；或用濕毛巾代替花灑等；並根據兒童的反應及接受程度慢慢延長洗頭的時間。

✓ 注意環境的安排：

- 如有需要，可安排椅子及扶手，避免因平衡不佳或其他協調問題而增加兒童的不安；

- 可在浴室安裝一面鏡子，加強兒童的身體認知意識，同時亦可協助他完成自理程序。

✓ 利用程序圖卡、社交故事等講解使用花灑洗頭的程序，幫助兒童理解洗頭的情況。家長亦可使用假想玩具，讓謙謙輕鬆地接觸洗頭用的物品，模擬洗頭過程。

洗頭程序圖卡



✓ 開始洗頭前以口頭及洗頭程序圖卡作預告，讓兒童有心理準備。

✓ 著兒童坐在浴缸的暖水裡，放入一些玩具（如：玩具鴨子），分散兒童對洗頭過程的注意。

✓ 過程中盡量保持輕鬆的氣氛；可唱一些兒歌分散兒童的注意力。

✓ 洗頭的過程中，預告及提示洗頭的步驟。

✓ 完成洗頭後，正面讚賞兒童，如說：「謙謙安靜地洗頭，做得好好啊！」、「謙謙洗完頭，真是清潔啊！」、「謙謙坐在浴缸洗頭，很合作啊！」。

彤彤愛漫遊



彤彤是位好奇心很大的女孩子，在學校上課或進行訓練時經常出現未能安坐、專注力短暫等問題，每當課堂需要轉換玩具或轉堂時她會離開座位，到課室範圍走一圈及觸摸其他物件，最後需要老師或嬸嬸拖帶，才會返回座位。

背景資料

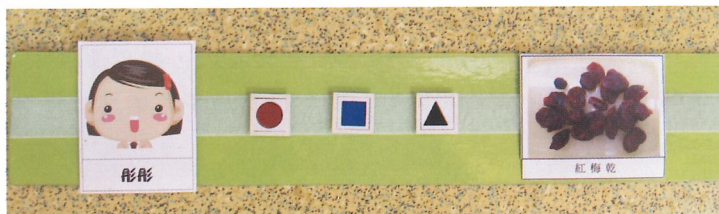
彤彤現時三歲半，是一名患有自閉症的女孩。彤彤的整體發展均有遲緩情況，認知和語言理解能力頗弱。她未能明白成人日常的口頭指示，需要成人提供動作上的協助或提示。她只懂少量的單字，在表達需要上有困難。她使用玩具的技巧較粗略，只能掌握簡單的操作，如：按、拍打或推玩具，而維持專注的時間也很短暫。

問題分析

1. 彤彤整體發展上的限制較大，她不理解身邊發生的事情，認知能力不足，以致難以投入一般的課堂活動。
2. 彤彤的專注力較為短暫，容易被其他物件或聲音吸引。
3. 彤彤仍未了解課室的常規，故不知道於活動轉接期間，成人對她的期望；也未能預計需要等待的時間及接下來的課堂活動。
4. 在活動轉接期間，兒童需要靜靜地等待；對較活躍及抑制衝動意念能力弱的兒童較為困難。
5. 從彤彤愛「漫遊」及四處觸摸物件的表現，她似乎並沒有清晰的活動意圖，還未可以有目的、計劃及步驟地進行探索。

處理策略

- ✓ 老師須調校課堂活動的難度，宜教授具體且生活化的內容。
- ✓ 給予任何指令前，先取得彤彤的注意，如：叫她的名字、輕拍她的肩膀等。
- ✓ 盡量利用視覺提示，例如：先取得彤彤的注意，然後用手指指向想彤彤留意的地方，以實物示範，再配合簡單、具體的語言，幫助彤彤明白日常的指令及教學內容。
- ✓ 透過重複練習簡單的物件使用步驟，以提升彤彤獨立並安定地使用物件工作的能力，減少其漫無目的之行為。
- ✓ 建立彤彤的個人工作系統。利用環境視覺提示及獎賞法，幫助彤彤明白活動的數量 and 次序，加強她完成工作的動機，以提升她個別工作的能力。詳情如下：
 - 與家長商討，了解彤彤的喜好，以選取合適的獎勵物。據觀察發現彤彤每次為了取吃喜愛的小食（紅莓乾）也會非常合作，因此選擇了紅莓乾作為獎勵物，並暫定獎勵的數量、時間及次數；
 - 實行初期，教導彤彤使用「個人工作程序卡」。「個人工作程序卡」是由左至右顯示工作的項目及完成最後一項工作後將獲的獎賞；



個人工作程序卡

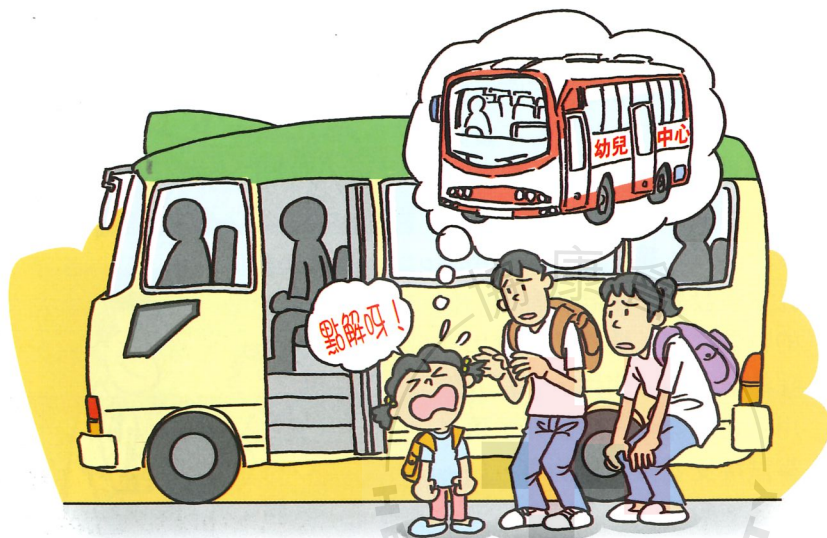
- 先建立彤彤「完成工作」的概念。當彤彤完成一項簡單的工作，並把完成品放在就近指定的「完成籃」後，可立即獲得紅莓乾數粒及口頭讚賞作為獎勵。如彤彤中途嘗試離開座位，可以口頭提示或用動作拖帶她返回座位工作，直至她完成工作後，方可獲得獎勵及離開座位；
- 彤彤理解「完成工作」概念後，可嘗試增加她的工作項目至兩項。把工作項目依次地「由上而下」放在層架的工作籃上；彤彤由左至右取桌上的程序卡，配對工作籃旁的圖咭，取相同的籃至工作桌。透過反覆練習，建立有系統及獨立完成的工作習慣；
- 實行後期，如兒童的表現穩定，可逐步增加工作項目或延長獎賞的安排；如完成三項工作後才獲得紅莓乾及口頭讚賞；
- 如發現彤彤的工作動機轉弱，須檢視工作的難度或轉變獎賞物。



彤彤完成程序卡的活動，獲獎紅莓乾。

- ✓ 家長也可以在彤彤玩玩具的時間，把揀選了的玩具放置在層架上，訓練她安定地玩玩具及簡單的收拾（如：把玩具先放回盛盤內再放到空置的層架上）。
- 有關本篇在處理策略提及的「環境視覺提示」教學，可參考本書「處理孩子行為及情緒問題的有效策略」中的「TEACCH」部分。

「點解呀？」小姐



時間：假期早上

地點：家裡

人物：小琪/小琪媽

- 「點解呀？」（小琪），「因為今日放假，不用上學，所以不用拿書包！」（母耐心地）
- 「點解呀？」（小琪），「因為今日放假，不用著校服！」（母仍然耐心地）
- 「點解呀？」（小琪帶著哭音），「因為冇維他奶，所以飲牛奶！」（母少少不耐煩）
- 「點解呀？」（小琪哭叫），「今日我地不用上學，唔搭校巴！我地要搭小巴去長洲玩！！！」（母失去耐性大聲鎮壓）
- 「嗚哇！點解呀！」（兒童行動升級，躺在地上大喊大叫）

背景資料

小琪約四歲半，有自閉症傾向。她的認知與語言能力屬一般，但她對於地方環境和生活流程有良好的記憶力，她能用簡單短句表達意願和與人溝通。她的自理能力相當好，一般日常的生活程序，如：進食、如廁、穿簡單衣物等都可自行完成。只是她有頗為固執的行為傾向，如：穿慣的衣物就是破舊了亦不肯更換、天氣涼了也不肯穿長袖衣服等。小琪是家中獨女，除父母外，尚與祖父母、叔叔和姑姐同住。由於家中只有她一個小孩，所有家庭成員對她都十分遷就。

問題分析

1. 自閉症的患者不容易明白在周遭環境中不斷改變的互動與相處法則、人們背後的社交意圖；他們嘗試記憶事物發生的次序，尋找一些事件的規律，好讓自己能夠適應及預測下一步將會發生的事。然而，當規律出現突如其來的轉變時，便容易引發焦躁不安的情緒。由於小琪的語言表達能力有限，透過簡單的提問「點解呀？」，一方面可能表達她真的想知道發生甚麼事，為甚麼生活程序改變了；但另一方面，也可能是反映她對轉變的不安，只是她沒有足夠的詞彙和合適的句式表達複雜的內心感受，唯有用簡單的問句代替。
2. 當小琪未能完全明白媽媽的說話，或她的內心依然感到不安時，便可能出現重複發問的情形。如果媽媽不理解小琪重複發問背後的原因，僅僅嘗試透過重複解說去回應她，可能會發覺這方法未必有效。
3. 媽媽因小琪重複發問而變得煩躁，進一步牽動了小琪不安的感覺，形成了雙方之間逐步惡化的情緒。

處理策略

- ✓ 明白小琪在面對多樣生活改變的難處，回應她的發問時須保持冷靜，以免造成情緒上的惡性循環。
- ✓ 嘗試以較簡單和淺白的說話解答兒童的問題，當發現兒童不明白時，可嘗試利用環境中的實物輔助解說。
- ✓ 以溫和的聲線、表情和態度回應兒童發問背後情緒的需要，也可吸引兒童留意其他事物，以分散她的注意。
- ✓ 針對小琪適應轉變的困難，建議按小琪的能力，用簡單語言配合以實物、相片、圖畫或文字製作的「日常程序表」，預告生活流程及任何的轉變；也可以在月曆上標示上學及放假的日子，讓兒童明白及作出恰當行為。
- ✓ 如有需要可製作「外出程序表」，包括外出的程序和地點，讓兒童有足夠的心理準備。



樹熊爬上樹



一哭二鬧三「瞓地」，這套有固定情節的「悲鬧劇」總是定期上演，場景包括大小商場、馬路邊、隨時隨處，角色有無奈的媽媽，已失去耐性的爸爸，還有連哄帶呵的祖父和祖母，主角嘛，當然就是那已經四歲半，卻經常喜歡扮演「樹熊」的光仔了。只要外出走在路上，不消一會兒，光仔就會自動變身「樹熊」，手腳並用往家人身上「爬」，若不得逞「悲鬧劇」便會即時公演。