

如何教導及訓練自閉症孩子

軒仔今年四歲尚未能說話，他對家人的反應冷漠，常迴避目光接觸，也沒興趣跟其他孩子玩耍，只愛重複把玩鉛筆或筷子等長形的東西。他上學時堅持走同一路線，要是生活流程有絲毫改變，就哭鬧個不停。

軒仔的情況，正好反映患有自閉症孩子在社交、溝通、固執及狹隘行為的三大核心障礙。有不少社會人士對患有自閉症的孩子有些誤解，以為他們不喜歡與人交往、自我孤立，而且愛無故發脾氣和鬧情緒。但深入了解之後，會發現其實他們都渴望建立友誼，只是欠缺適當的社交技巧。而他們發脾氣的原因往往是由於不明白環境的要求，缺乏溝通能力及難以適應變化，引起焦慮所致。

不過，每個患有自閉症的孩子，其表現都不一樣。因此家長要先了解自己孩子的特性，然後針對其困難作出重點介入，方能有效協助孩子。以下為一些加強孩子的社交及溝通能力，改善孩子行為的訓練要點，供家長參考：

- **走入孩子的世界：**家長應先放下自己的目標和期望，了解孩子的喜惡和能力，讓孩子作主導，跟隨孩子感興趣的活動與他玩，並且給予正面的回應。家長然後可按孩子實際的能力，慢慢鼓勵他們嘗試不同的玩法，擴闊他們的興趣。切忌勉強孩子進行不感興趣或能力不及的活動，引起抗拒和不安的情緒。
- **提高溝通意欲：**在孩子未學會說話前，家長可以運用視覺策略如手勢、圖片等教孩子與人溝通。當孩子開始懂得說話之後，家長應給予足夠時間讓孩子自己表達，不要在孩子還沒有說完便立即回應，或急著代他們把話說完，例如孩子想得到心愛的食物及玩具時，家長可鼓勵他們以說話或動作來表達需要。
- **加強目光接觸：**在訓練及增強孩子的目光接觸時，家長應多利用孩子感興趣的東西

來吸引他們的注意，若他們望過來便立刻給予讚賞，這樣能有效加強他們的主動性。家長應避免強行轉動孩子的頭，這樣會令孩子抗拒。

- **增強非語言溝通**：即使孩子已能用說話與人溝通，但他們往往不擅留意別人以非語言表達的訊息，例如身體語言、面部表情、聲調及語氣等。所以當與患有自閉症的孩子溝通時，需要展示明確及清晰的面部表情，讓他們理解說話者的情緒。

- **建立適當社交行為**：患有自閉症的孩子，難以察覺別人的感受或環境場合的情況，往往有不恰當的說話或行為出現。家長可以透過一些社交故事圖片來幫助孩子理解不同的社交情境。家長亦可以引導孩子在日常生活中，嘗試留意及易地而處去了解別人的情緒及行為，建立同理心，從而學習適當的社交技巧。

- **建立常規、穩定情緒**：孩子可能較難適應環境或生活流程的變化。為孩子建立一個有系統及穩定的生活常規，使他們的情緒較為穩定，減少發脾氣的情況。家長可自製圖咭，將日常流程順序貼在當眼處，利用視覺提示讓孩子更容易明白及掌握環境或學習的要求。家長亦可預先告訴孩子將會發生的轉變，以減少他們因焦慮不安而引起的不恰當行為。

- **適當運用孩子感興趣的活動**：孩子的興趣往往比較狹隘，例如只喜歡玩玩具車。家長可有限度地利用孩子感興趣的活動，來作為他們表現良好行為的獎勵，於完成訓練後讓他們玩一會兒玩具車。另外，家長亦可把握孩子的興趣，來教導新事物和行為，例如用玩具車作為教材，教導孩子顏色及數量概念。

縱使現今還沒有根治自閉症的方法，但合適的訓練，加上家長的愛心、體諒和堅持，就是教導和培育患有自閉症孩子的最佳妙策！