



如何协助「严重视障」的孩子 成长篇

如果孩子仍对光或颜色鲜艳的对象有反应，应如何保持或加强他的视觉能力？

先建立孩子的视觉专注。可以运用发光玩具、反光物件（如：镜子、金属器皿）、有强烈对比（如黑白分明）或颜色鲜艳的玩具，吸引孩子注意，然后发展他们的视觉追踪能力，例如把物件慢慢地从中线移到两旁，或从上方移到下方，鼓励孩子运用视觉追踪物件。若有进步，可以增快移动的速度。开始时可以用音乐去吸引孩子注意，但稍后便要除去声音，以确保孩子完全运用视力去追踪物件。

如果孩子害怕一些触觉或移动的感觉，可以怎样做呢？

部份严重视障的孩子可能不喜欢接触新的物件或某些质感的東西。他们也可能害怕突如其来的移动，所以宁愿坐着不动，不敢去探索四周的环境，因而影响他们的学习。

要改善以上问题，必须循序渐进，不可以强迫孩子立刻接受不同的感官刺激。家长应把不同质感的物件给婴儿探索，如将婴儿整只手放入盛载米的箱子内探索、玩手掌画、泥胶、毛冷球或毛娃娃等；另外，多触摸日常的物品如肥皂、泡泡液、饭、雪糕、啫喱等，都是很好的触觉活动。有一点很重要，就是在触摸前必须要预先告诉孩子他们将会触摸的物件的名称及特性，不要突然把物件放在孩子手上。此外，家长也可以用毛巾或不同质料的软刷去刷按或用润肤膏去按摩孩子不同的身体部份，以增强他们接受不同触觉刺激的能力，并可建立身体概念，例如认识手脚的位置。



若孩子害怕移动的感觉，应多给予他们这方面的体验，如抱他们时向不同方向轻轻摇动，或把他们放在大毛巾内，两个成人紧握毛巾四角，轻轻向前后或左右摇动。此外，多玩千秋或坐在大弹球上轻轻上下摇动也是很好的活动。

如何发展严重视障重孩子的小肌肉（手部运用技巧）？

对于严重视障的孩子，他们的一双手是很重要的。他们虽然不能用眼睛有效地学习，但透过用手触摸对象，他们能辨别对象的大小、重量、质感、形状等，以学习物件的特性。

• 婴儿时期

婴儿时期家长可摆不同的发声玩具在他们身旁，以鼓励他们伸手探索、触摸和把玩。此外，家长也可以引导孩子用不同的姿势如仰卧、俯卧、侧卧或坐着去摸索。当孩子开始发展手指活动时，便应鼓励他们使用前二指或三指拾取较细小的东西，如饼干、面包粒等。此外，入钱币、拼合乐高积木、插珠板等也是很好的训练活动。

• 学前阶段

除了继续发展孩子的精细手指活动能力外，亦应开始训练他们的触觉分辨能力，例如多给他们不同形状、质感、重量的物件辨别。如果能力许可，便可玩一些更精细的触觉分辨游戏，如在插珠板上用食指分辨不同的小珠摆放方式，这些活动能有效地为他们将来学习凸字作准备。

部份严重视障的孩子手握力较弱，可以怎样改善？

• 婴儿时期

应多鼓励孩子用上肢承托身体的重量，如爬行、伸直手臂支持上身等。此外，亦可鼓励他们推动一些较重的玩具。



- 学前阶段

鼓励孩子多玩衣夹、扭毛巾、泥胶等来增强手掌和手指握力。

严 重视障能孩子的体能动作发展是否会较慢？可以改善吗？

由于视障孩子缺乏视觉刺激来引发活动，也未能有效地运用视觉去模仿别人的动作，因此他们一般的体能动作发展会较同龄孩子慢。他们初期都需要成人的帮助去学习基本的体能动作，但过分保护的环境和照顾也往往会减低他们锻炼体能的机会。

由于缺少了视觉，孩子会较难掌握平衡能力和身体协调的技巧。部分视障孩子的肌肉张力较低，造成他们体能动作发展的障碍。但透过适当的照顾和训练，他们都可以学习和掌握到所需的体能动作。

如何帮助孩子体能动作的发展？

- 在婴儿时期，可多与孩子进行一些『身体游戏』，如按摩他们的手、脚和身躯，及重复练习身体及四肢各种基本动作，例如：转身；并配合口头描述，可让孩子较早建立身体概念，包括认识身体部份的名称及其相关的位置和功能。
- 参考一般孩子的体能发展进度，在适当的时间多练习合适的基本活动，可帮助孩子大肌肉的发展。在他们三至四个月大时开始诱发他们学习转身，在六个月左右时开始训练他们坐的能力，在九至十个月大时尝试扶着他们站立。个别孩子的发展会略有不同，有些孩子也可能有其他的弱能情况。



- 在活动时帮助孩子建立方位概念，运用适当的触体提示（轻触孩子正在活动的身体部位以作提示），配合口头描述，使孩子认识及分辨上、下、左、右、远、近、旁边、里面、外面、前面、后面等不同的方位。
- 帮助孩子建立空间概念：他们在初学走路时都会扶着家具走动，可以告诉他们所触摸到的家具是甚么，例如：「这是爸爸的椅子」、「这是饭桌」、「你现在站在电视机旁」等。
- 孩子是需要鼓励和诱导才能较容易发展新的动作技巧，例如：孩子三至四个月大时仍未开始转身，可尝试把他放于俯卧位置后利用声音、音乐、触觉等提示诱导他翻转至仰卧，然后再诱导他转回俯卧位置。你需要为他们选择有意义和容易成功的活动，也要给他们适当的引导和更正。
- 教导孩子自行活动时，你要给他们多次重复的练习，使他们熟习动作和四周环境，以增强他们的信心；另一方面，安全是非常重要的。如果家具或对象的位置改变了，便要告知刚学会走路的孩子，也要教导他们落楼梯的安全措施，以免发生意外。

严重视障能会怎样影响孩子的沟通和语言发展？

在没有正常视力下，视障孩子看不清别人的脸部表情和身体语言，他们不能像平常孩子般模仿别人运用身体语言表达意思，社交沟通也可能表现得被动畏缩，较为自我。语言方面，孩子学习词汇会较困难，尤其那些需要视力帮助掌握的概念（例如：位置词「上」和「下」、代名词「你」和「我」），孩子需要较长时间或特别方法才能学习得到。理解能力有困难的孩子，可能会重复背诵别人的说话或说话容易离题。至于发音方面，一般都没有大问题。



当孩子看不清楚又未能讲话时，可如何与他们建立良好的沟通呢？

视障孩子因看不清周围环境，容易表现不安，沟通亦比较被动，但家长勿误以为孩子不喜欢与人相处。家长宜多跟孩子说话，描述四周环境的事物，同时利用他们不同的感官，帮助他们理解，建立安全感。家长亦可细心观察他们的需要，多鼓励他们发声，以表示需要。家长亦不妨多主动牵着孩子的手，提示他们运用身体语言（例如：推开或摇手以表示「不要」、张开手掌以表示「想要」）。家长还可留意以下技巧：

- 安排固定的照顾者及建立每日稳定的生活流程，习惯在日常活动中跟孩子说话。
- 多善用不同感官刺激。家长可让孩子摸摸沟通者的脸部特征来辨识沟通者；让他们摸摸奶瓶，使他们知道进食时间快到；播放一首熟悉的安眠曲以提示他们睡眠时间；还可让他们嗅嗅沐浴露的香味，为洗澡作准备。
- 多跟孩子说话或主动发出一些有趣的声音以引发他们模仿。家长也可以模仿孩子的发声，以刺激他们发声。
- 握着孩子的小手，带动他们一面哼唱意思浅白的儿歌或童谣（例如：「点虫虫」），一面做动作，这有助他们发声及提升他们的语言理解和互动沟通能力。
- 选择合适的玩具，能鼓励互动沟通。实物比塑料玩具更能吸引孩子探索物件，因为实物的不同质感能带来更多感官刺激。家长可为孩子预备一个篮子，里面装着各种常用物品（例如：不同胶樽、盒子、餐具、牙刷、毛巾……等）。当孩子在探索时，家长可描述物件的质感、用途和特征。



如孩子的语言能力比同龄孩子弱，可以做甚么？

视障孩子一般需要更长时间重复聆听和学习表达，才能建立良好的沟通技巧。家长可注意以下沟通技巧：

- 孩子说话时，宜先叫唤他们的名字，以取其专注力。
- 多鼓励孩子从小发声、运用动作和语言表达自己的基本需要。
- 语言概念不能透过听电视、儿歌和故事光盘而获得。视障孩子比一般孩子更需要透过体验来学习语言。家长不妨多让孩子参与不同自理活动及游戏，以丰富他们的生活体验。
- 在活动当中，家长可一面做，一面清楚简洁地描述孩子感兴趣的事情和他们的反应，不要只是介绍对象名称。
- 耐心等候孩子响应，有需要时，可用其他感官或牵着孩子的手来透过探索活动来帮助他们理解事物。
- 示范恰当的表达方式，例如：张开他们的手掌以表示要求物件。
- 当孩子的表达未成熟时，家长可更正及扩张孩子的说话内容和句式，例如：
孩子：「波波」
妈妈：「踢波波」或「大波波」
孩子：「妈妈波波」
妈妈：「妈妈踢波波」或「妈妈抛波波」



卫生署儿童体能智力测验服务
香港特别行政区政府

2021年7月版 © 版权所有

