



如何協助「視障」的孩子

行為篇

那些是視障孩子常見的行為問題？

年幼的視障孩子有時會做出一些社交上不合宜的行為，例如將手指在眼前晃動、按眼和擦眼，亦會不自覺地搖動身體；有些孩子喜歡用手觸摸別人或纏著別人；在聆聽或與人對話時忘記面向對方，時常垂頭或面上缺乏表情等，這些行為會使別人覺得滋擾和困惑。

有些孩子由於未能接受自己的視障問題，或因受到過多負面經驗打擊，以致對自己缺乏信心，逐漸顯得退縮、逃避與人接觸或拒絕嘗試新的活動，這會窒礙他們正常的身心發展。家長若強迫他們參與社交活動，可能會導致孩子出現情緒問題，有時更會影響家長與孩子的關係。

面對孩子的行為問題，應如何處理？

家長應該先留意自己的情緒反應，例如：因孩子這些不尋常表現而感到羞愧、髒怒等等的負面情緒。如有此等反應，可先冷靜自己，然後觀察及分析孩子行為背後的原因，再作針對性的處理。

孩子問題行為的背後可能有著不同的動機：

- 表達情緒或需要
- 需要對環境 / 事物作進一步的探索



- 取得一些感官上的刺激
- 逃避成人對他們的要求；或一些他們不喜歡的東西
- 取得一些實質的好處
- 不明白成人的指示或要求

假如孩子是為追求官能上的刺激或出於沉悶無聊而按眼的話，光是責備並不能解決問題。家長可以選擇替孩子戴上眼鏡以阻礙他按眼的動作，或讓孩子雙手進行其他活動，如請他幫忙拿東西或讓他投入別的有趣活動。亦可考慮限制孩子只能在指定的場合或時間進行自我刺激行為。

假如孩子的行為是出於社交技巧的不足，家長應嘗試提醒孩子基本社交禮儀，如面向聲音的來源、微笑、輕聲說話等。同時教導孩子以說話表達要求，並耐心等待回應。多描述甚至讓孩子觸摸你的面部表情及動作，有助提升孩子表達情緒的能力。家長也可與孩子進行一些角色扮演的遊戲，從中學習社交禮儀。

家長對視障孩子應採取一致的行為標準，避免過份保護孩子，或因孩子的視障問題而放鬆管教他們的行為。務必要自小教導孩子尊重家中各人的權利及喜好，勿只以視障孩子為整個家庭的軸心，令其他家庭成員感到被忽略，也令視障孩子變得過份自我中心。

那些是管教孩子的基本原則？

管教視障的孩子與管教一般的孩子一樣，以下是一些基本原則：

- 確保孩子有一個安全的環境，讓他可以自由探索。
- 父母必須緊密合作，並採取一致的管教方法。



- 指令必須清晰，並以堅定的態度執行。
- 用正面的態度去處理孩子的問題。例如：多留意孩子突發的好行為並給予具體讚賞；多與孩子溝通，一起解決困難，安排有趣的活動以維繫良好的親子關係。
- 對孩子應有合理的期望。
- 接納孩子不足的地方。
- 適時讓其他人照顧孩子，讓自己有休息的機會。

怎樣可以提升孩子的自尊及自信？

孩子的自尊及自信與他們接納自己的程度有關，而家長接納孩子有助孩子接納自己。因此，要提升孩子的自尊及自信，家長先要檢視自己有否未處理的負面情緒，並留意自己的態度與說話有否令孩子難受等。以下列舉了一些培育自尊及自信的基本方向：

- 不要只著眼於孩子的視障問題，應積極發掘並肯定他各方面的優點與才能，讓他知道除了視障以外，他仍有許多被欣賞及被看重的地方。
- 勿因孩子的視障問題，過份婉惜他所缺少的。可運用多感官的刺激，讓孩子的生活體驗豐富一些，例如帶孩子到沙灘，孩子雖不能看見蔚藍的天空與海，卻仍可用耳朵聽海浪聲、用鼻嗅海風及沙的味道、用皮膚感受太陽的熱度及海水的冰涼感等。
- 與孩子一起訂定合理的目標。過高的期望會帶來壓力及失敗感，過低的期望會缺乏挑戰性。合理的期望與目標會營造成就感，從而提升自尊感及自信心。若在途中遇上困難，可幫助孩子將難題分成細小及可獨立完成的部份，有需要時從旁協助。



- 避免將孩子與他人比較，應教導孩子與自己比較，以超越自己為榮。家長亦要學習並教導孩子重視努力的過程多於成果。畢竟，一個努力不懈的人總會成功。當稱讚他時也忌陳腔濫調，要明確說出他的好行為並給予口頭鼓勵。
- 照顧孩子情感上的需要及培養內在安全感。家長要成為好的聆聽者，每天花時間傾聽孩子生活上的喜怒哀樂，也要多解說你正在或將要做的事情，以增加彼此的溝通，讓孩子有安全感。
- 鼓勵孩子積極參與一些群體活動，以培養歸屬感。群體活動可由三五知己開始，尋找共同興趣，再向外擴展。有需要時，協助他向別人解釋自己視力上的限制。這樣不但可減少誤解，同時亦可加強他人以及孩子自己接納視障的問題。



衛生署兒童體能智力測驗服務
香港特別行政區政府

2021年7月版 © 版權所有

