



如何協助「嚴重視障」的孩子 成長篇

如果孩子仍對光或顏色鮮豔的物件有反應，應如何保持或加強他的視覺能力？

先建立孩子的視覺專注。可以運用發光玩具、反光物件（如：鏡子、金屬器皿）、有強烈對比（如黑白分明）或顏色鮮豔的玩具，吸引孩子注意，然後發展他們的視覺追蹤能力，例如把物件慢慢地從中線移到兩旁，或從上方移到下方，鼓勵孩子運用視覺追蹤物件。若有進步，可以增快移動的速度。開始時可以用音樂去吸引孩子注意，但稍後便要除去聲音，以確保孩子完全運用視力去追蹤物件。

如果孩子害怕一些觸覺或移動的感覺，可以怎樣做呢？

部份嚴重視障的孩子可能不喜歡接觸新的物件或某些質感的東西。他們也可能害怕突如其來的移動，所以寧願坐著不動，不敢去探索四周的環境，因而影響他們的學習。

要改善以上問題，必須循序漸進，不可以強迫孩子立刻接受不同的感官刺激。家長應把不同質感的物件給嬰兒探索，如將嬰兒整隻手放入盛載米的箱子內探索、玩手掌畫、泥膠、毛冷球或毛娃娃等；另外，多觸摸日常的物品如肥皂、泡泡視液、飯、雪糕、啫喱等，都是很好的觸覺活動。有一點很重要，就是在觸摸前必須要預先告訴孩子他們將會觸摸的物件的名稱及特性，不要突然把物件放在孩子手上。此外，家長也可以用毛巾或不同質料的軟刷去刷按或用潤膚膏去按摩孩子不同的身體部份，以增強他們接受不同觸覺刺激的能力，並可建立身體概念，例如認識手腳的位置。



若孩子害怕移動的感覺，應多給予他們這方面的體驗，如抱他們時向不同方向輕輕搖動，或把他們放在大毛巾內，兩個成人緊握毛巾四角，輕輕向前後或左右搖動。此外，多玩鞦韆或坐在大彈球上輕輕上下搖動也是很好的活動。

如何發展嚴重視障孩子的小肌肉（手部運用技巧）？

對於嚴重視障的孩子，他們的一雙手是很重要的。他們雖然不能用眼睛有效地學習，但透過用手觸摸物件，他們能辨別物件的大小、重量、質感、形狀等，以學習物件的特性。

• 嬰兒時期

嬰兒時期家長可擺不同的發聲玩具在他們身旁，以鼓勵他們伸手探索、觸摸和把玩。此外，家長也可以引導孩子用不同的姿勢如仰臥、俯臥、側臥或坐着去摸索。當孩子開始發展手指活動時，便應鼓勵他們用前二指或三指拾取較細小的東西，如餅乾、麵包粒等。此外，入錢幣、拼合樂高積木、插珠板等也是很好的訓練活動。

• 學前階段

除了繼續發展孩子的精細手指活動能力外，亦應開始訓練他們的觸覺分辨能力，例如多給他們不同形狀、質感、重量的物件辨別。如果能力許可，便可玩一些更精細的觸覺分辨遊戲，如在插珠板上用食指分辨不同的小珠擺放方式，這些活動能有效地為他們將來學習凸字作準備。

部份嚴重視障的孩子手握力較弱，可以怎樣改善？

• 嬰兒時期

應多鼓勵孩子用上肢承托身體的重量，如爬行、伸直手臂支持上身等。此外，亦可鼓勵他們推動一些較重的玩具。



- **學前階段**

鼓勵孩子多玩衣夾、扭毛巾、泥膠等來增強手掌和手指握力。

嚴重視障孩子的體能動作發展是否會較慢？可以改善嗎？

由於視障孩子缺乏視覺刺激來引發活動，也未能有效地運用視覺去模仿別人的動作，因此他們一般的體能動作發展會較同齡孩子慢。他們初期都需要成人的幫助去學習基本的體能動作，但過分保護的環境和照顧也往往會減低他們鍛練體能的機會。

由於缺少了視覺，孩子會較難掌握平衡能力和身體協調的技巧。部分視障孩子的肌肉張力較低，造成他們體能動作發展的障礙。但透過適當的照顧和訓練，他們都可以學習和掌握到所需的體能動作。

如何幫助孩子體能動作的發展？

- 在嬰兒時期，可多與孩子進行一些『身體遊戲』，如按摩他們的手、腳和身軀，及重覆練習身體及四肢各種基本動作，例如：轉身；並配合口頭描述，可讓孩子較早建立身體概念，包括認識身體部份的名稱及其相關的位置和功能。
- 參考一般孩子的體能發展進度，在適當的時間多練習合適的基本活動，可幫助孩子大肌肉的發展。在他們三至四個月大時開始誘發他們學習轉身，在六個月左右時開始訓練他們坐的能力，在九至十個月大時嘗試扶著他們站立。個別孩子的發展會略有不同，有些孩子也可能有其他的弱能情況。



- 在活動時幫助孩子建立方位概念，運用適當的觸體提示（輕觸孩子正在活動的身體部位以作提示），配合口頭描述，使孩子認識及分辨上、下、左、右、遠、近、旁邊、裡面、外面、前面、後面等不同的方位。
- 幫助孩子建立空間概念：他們在初學走路時都會扶著傢俱走動，可以告訴他們所觸摸到的傢俱是甚麼，例如：「這是爸爸的椅子」、「這是飯桌」、「你現在站在電視機旁」等。
- 孩子是需要鼓勵和誘導才能較容易發展新的動作技巧，例如：孩子三至四個月大時仍未開始轉身，可嘗試把他放於俯臥位置後利用聲音、音樂、觸覺等提示誘導他翻轉至仰臥，然後再誘導他轉回俯臥位置。你需要為他們選擇有意義和容易成功的活動，也要給他們適當的引導和更正。
- 教導孩子自行活動時，你要給他們多次重覆的練習，使他們熟習動作和四周環境，以增強他們的信心；另一方面，安全是非常重要的。如果傢俱或物件的位置改變了，便要告知剛學會走路的孩子，也要教導他們落樓梯的安全措施，以免發生意外。

嚴重視障會怎樣影響孩子的溝通和語言發展？

在沒有正常視力下，視障孩子看不清別人的臉部表情和身體語言，他們不能像平常孩子般模仿別人運用身體語言表達意思，社交溝通也可能表現得被動畏縮，較為自我。語言方面，孩子學習詞彙會較困難，尤其那些需要視力幫助掌握的概念（例如：位置詞「上」和「下」、代名詞「你」和「我」），孩子需要較長時間或特別方法才能學習得到。理解能力有困難的孩子，可能會重覆背誦別人的說話或說話容易離題。至於發音方面，一般都沒有大問題。



當孩子看不清楚又未能講話時，可如何與他們建立良好的溝通呢？

視障孩子因看不清周圍環境，容易表現不安，溝通亦比較被動，但家長勿誤以為孩子不喜歡與人相處。家長宜多跟孩子說話，描述四周環境的事物，同時利用他們不同的感官，幫助他們理解，建立安全感。家長亦可細心觀察他們的需要，多鼓勵他們發聲，以表示需要。家長亦不妨多主動牽着孩子的手，提示他們運用身體語言（例如：推開或搖手以表示「不要」、張開手掌以表示「想要」）。家長還可留意以下技巧：

- 安排固定的照顧者及建立每日穩定的生活流程，習慣在日常活動中跟孩子說話。
- 多善用不同感官刺激。家長可讓孩子摸摸溝通者的臉部特徵來辨識溝通者；讓他們摸摸奶瓶，使他們知道進食時間快到；播放一首熟悉的安眠曲以提示他們睡眠時間；還可讓他們嗅嗅沐浴露的香味，為洗澡作準備。
- 多跟孩子說話或主動發出一些有趣的聲音以引發他們模仿。家長也可以模仿孩子的發聲，以刺激他們發聲。
- 握著孩子的小手，帶動他們一面哼唱意思淺白的兒歌或童謠（例如：「點蟲蟲」），一面做動作，這有助他們發聲及提升他們的語言理解和互動溝通能力。
- 選擇合適的玩具，能鼓勵互動溝通。實物比塑膠玩具更能吸引孩子探索物件，因為實物的不同質感能帶來更多感官刺激。家長可為孩子預備一個籃子，裏面裝著各種常用物品（例如：不同膠樽、盒子、食具、牙刷、毛巾……等）。當孩子在探索時，家長可描述物件的質感、用途和特徵。



如孩子的語言能力比同齡孩子弱，可以做甚麼？

- 視障孩子一般需要更長時間重覆聆聽和學習表達，才能建立良好的溝通技巧。家長可注意以下溝通技巧：
- 孩子說話時，宜先叫喚他們的名字，以取其專注力。
- 多鼓勵孩子從小發聲、運用動作和語言表達自己的基本需要。
- 語言概念不能透過聽電視、兒歌和故事光碟而獲得。視障孩子比一般孩子更需要透過體驗來學習語言。家長不妨多讓孩子參與不同自理活動及遊戲，以豐富他們的生活體驗。
- 在活動當中，家長可一面做，一面清楚簡潔地描述孩子感興趣的事情和他們的反應，不要只是介紹物件名稱。
- 耐心等候孩子回應，有需要時，可用其他感官或牽着孩子的手來透過探索活動來幫助他們理解事物。
- 示範恰當的表達方式，例如：張開他們的手掌以表示要求物件。
- 當孩子的表達未成熟時，家長可更正及擴張孩子的說話內容和句式，例如：
孩子：「波波」
媽媽：「踢波波」或「大波波」
孩子：「媽媽波波」
媽媽：「媽媽踢波波」或「媽媽拋波波」



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

