

## 「教得其樂」具實證成效 樂與業界共享管教之道

本會與香港理工大學及香港大學共同研發的「教得其樂 - 家長管教技巧」課程，是首個以實證為本、專為本港家長設計，並針對特殊兒童需要的管教技巧課程。自今年初推出以來，無論是家長課程或導師培訓證書課程，均口碑載道。家長及同業認同課程有效，能提升管教技巧及改善親子關係，研究結果更被國際權威學術期刊肯定，為本會的家長工作打了強心針。



### 課程回應本地家長需要

目前本地採用的學前兒童家長管教課程，多從外國引入，內容未必切合本地情況，也非特別針對有特殊教育需要(SEN)子女的家長需求。「教得其樂」其中一位主要研發者—本會教育心理學家陳鑑忠表示：「起初跟兩間大學做關於兒童問題行為的研究，發現家長親職壓力與兒童行為息息相關，我們相信設計一套本地化，又能針對SEN兒童需求的管教技巧課程，除了可以提升家長管教能力，大大減輕他們的壓力外，最重要是給予這群新手爸媽一個重要訊息，就是任何困難都有解決方法，即使孩子的行為常常令他們感到挫敗，但透過學習家長絕對可以掌握當中技巧，重拾做父母的信心。『教得其樂』的出現就是回應這個需要，課程的名稱也代表著研發團隊對家長的祝願，期望家長在教養孩子時找到箇中樂趣。」



協康會  
教育心理學家陳鑑忠

家長課程共八節，主打20個管教技巧，對象是就讀主流幼稚園的SEN家長，課程的設計著重技巧演練，透過角色扮演、小組討論及家中實踐，家長逐步掌握技巧。陳氏指出：「課程雖針對SEN兒童，但當中八成的管教技巧亦適用於一般孩子身上，希望家長完成課程後能成功改善親子關係，管教起來也會更得心應手。」

### 研究論文獲國際權威期刊採用

課程經過為期兩年並採用嚴謹的隨機對照測試方法，在協康會轄下六間早期教育及訓練中心共邀請 120 位家長進行研究。研究數據顯示，課程有效減少子女的問題行為，同時紓減家長的親職壓力，從而提升家長管教技巧，改善親子關係。「教得其樂」課程的成效研究論文於本年 6 月獲得國際權威學術期刊《Research in Developmental Disabilities》接納，並於第 56 期 (2016) 刊登，肯定課程的實證成效和專業水平，並標誌本會家長支援服務邁進新里程。



擁抱



不开心



### 家長學員心聲

頌仁媽媽育有一對早產龍鳳胎，其中小兒子頌仁評為發展遲緩，言語能力弱，她對管教子女感到很大壓力；參加課程後，運用「ABC行為分析法」及「好孩子計劃」（提升好行為以減低負面行為），與子女的關係親密了，兒子亦多運用「圖卡」來表達情緒，例如兒子自發找出「抱抱」圖卡，希望得到媽媽的安慰及「擁抱」。她明白到良好的親子關係是有效管教的基石，透過幫助兒子建立好行為，實是預防行為問題最有效的方法，當然，最重要是她擁有了做媽媽的自信，也享受到管教的樂趣。



馬鞍山家長資源中心主任何蔚茵

### 開枝散葉 培訓更多認可導師

為讓更多家長學懂這套管教技巧，特設有導師培訓證書課程，適合社工、心理學家、學前幼兒教師等進修，讓學員完成課程後能成為「教得其樂—家長管教技巧」的認可導師，日後可獨立開授家長課程，帶領更多家長學習這套管教技巧。本會自年初起陸續開辦了40場家長課程及12場導師培訓證書課程，超過700名家長及業界同工已完成課程。

陳氏又補充：「導師學員完成課程後，並非以『專家』身份自居，反要欣賞每位家長的能力及長處，引導他們訂立合適自己的管教方案。」

本會馬鞍山家長資源中心主任何蔚茵姑娘已完成了導師課程，她表示課程有助重整已掌握的技巧，她表示：「參加的社工或幼兒工作者，本身已具備帶領家長小組的知識，經過『教得其樂』導師訓練後，能更有系統地掌握正面管教技巧，最重要是我們跟參加過『教得其樂』的家長溝通時，大家有一套共同語言。」

### 三大管教技巧之首

課程著重先建立良好的親子關係。何姑娘指出：「家長們以往可能從不同渠道學會不少管教技巧，但有時或會過於集中在處理問題行為的方法而忽略有效的管教其實是建立在良好的『親子關係』，所以課程首兩節會先提出『與孩子談天』、『與孩子玩耍—開心搖搖板』及『ABC行為分析與行為記錄』，讓家長重拾與孩子『純玩』的親子時間，並學會分析孩子行為的前因後果。」



#### 與孩子談天

運用眼、耳、口、身體，一心一意與孩子談天



#### 與孩子玩耍—開心搖搖板

投入地與孩子玩耍，多描述孩子的行為，多欣賞，多模仿



#### ABC行為分析與行為記錄

透過觀察及記錄，分析問題行為的功用

### 鼓勵良好行為



### 我都做得到



「教得其樂」教材系列，由育有特殊需要孩子的插畫師阿高配上插畫，令內容更生動有趣。

協康會專業教育及發展學會將推出「教得其樂」的延伸課程：

#### 1. 「教得其樂—自閉症兒童家長管教技巧課程」(11節)

對象：學前自閉症幼兒的家長

日期：(第一期) 2016年10-12月、(第二期) 2017年2-4月

#### 2. 「教孫其樂」祖父母管教技巧課程(上)(5節)

對象：學前兒童的祖父母

日期：2017年3月

定期舉辦之課程：

#### 3. 「教得其樂—家長管教技巧課程」導師培訓證書課程(4節)

對象：有志成為「教得其樂」認可導師的業界同工

日期：2017年1月

課程查詢，可瀏覽 <http://aped.heephong.org> 電話：2784 7700





## 英專家來港分享PACT治療自閉症幼兒經驗

協康會專業教育及發展學會 (APED) 邀請了英國顧問言語治療師 Catherine Aldred 博士於 11 月 19 日來港主持一場研討會，介紹學前自閉症溝通治療計劃 (PACT) 及其研究成果。該試驗計劃研究了 158 個育有自閉症幼兒的家庭，結果發現參與 PACT 治療的家長能成功建立與孩子溝通的方式，兒童整體語言能力也有進步。研討會歡迎對自閉症兒童溝通治療有興趣的醫療、教育和社工專業人員及家長參加。

除此以外，兩位國際著名的治療師 Kimberly Barthel 及 Judy Ball 也將於 10 月及 12 月先後來港，為治療師及相關專業人士主持多場工作坊。最新一期 APED 課程共有 40 多個證書課程、工作坊和講座，將於 10 月陸續開課，當中包括 18 個新課程。有關章程及即時網上報名請瀏覽學會網頁 <http://aped.heephong.org>。



## 總幹事於首爾及南京會議分享本會經驗



本會總幹事曾蘭斯女士獲邀參與 7 月 4 至 8 日在首爾舉行的世界幼兒教育聯會 (OMEP) 第六十八屆工作會議和國際學術研討會議，與來自世界各地的頂尖幼兒教育工作者分享本會開創先河、服務學前有特殊需要兒童的經驗及成效研究結果。在會後的討論環節中，OMEP 日本分會會長贊同本會的先導計劃引領康復服務發展，值得其他地區參考。曾總幹事亦到訪一所幼兒中心，觀摩當地服務單位的運作模式，與幼兒教育工作者交流經驗和心得。

另外，曾女士應南京市婦幼保健院邀請，於 7 月 23 日至 24 日參與該院的 80 周年紀念活動暨婦幼健康學術論壇，並主講「特殊需要幼兒的早期識別及干預」，在場 250 位來自全國各省市婦幼保健院的醫生及醫務人員均對內容深感興趣。

## 本會參與2016香港自閉症研討會：支援學習與發展

本會專業團隊與多間大專院校積極合作進行研究，五篇論文獲得由「賽馬會喜伴同行計劃」主辦、7 月 7 日舉行的 2016 香港自閉症研討會：支援學習與發展接納，其中本會三位教育心理學家更獲邀於研討會上主講校本小組訓練的成功要素及介紹「教得其樂—家長管教技巧」課程。





## 英國SCERTS模式專家到訪 與本會專業團隊交流

推行 SCERTS 自閉症綜合教學模式的其中一位先驅、英國 Columbia Grange School 副校長 Rosey Walker 女士五月到訪本會秦石中心、大窩口中心及長沙灣中心。考察過三所中心推行的 SCERTS 教學模式後，她高度評價本會的訓練有效改善自閉症兒童的社交溝通及情緒調節，並對本會研發的「知情解意」應用程式深感興趣，期望能增加英語版本，惠及以英語學習的學童。Walker 女士並向本會 SCERTS 及心理學家團隊介紹如何透過 PIVATS 系統評估學生的表現，對中心的評估工作甚具參考價值。



## 「聽說讀寫小奇兵」系列講授幼兒語文學習策略

在香港賽馬會慈善信託基金的支持下，本會將於 11 月至明年 2 月期間舉行一系列「聽說讀寫小奇兵」幼兒語文學習家長講座，由教育心理學家、言語治療師及職業治療師講解幼兒的語文發展及學習策略。出席的家長可免費獲贈本會出版的《聽說讀寫百寶箱幼兒 - 語文學習家長手冊》。講座現正接受報名，詳情請瀏覽本會網頁。



## 「成長導航」課後支援計劃延至九龍區

由攜手扶弱基金贊助、為期三年的「成長導航」課後功課輔導及支援服務計劃於去年展開，為 240 位就讀主流小學一、二年級的有特殊教育需要學童提供每星期四天的功課輔導及社交訓練小組，屢獲家長好評。踏入第二年，計劃新增兩個九龍區的服務地點，歡迎小一至小二、有特殊學習需要的學生報名參加，詳情請瀏覽本會網頁。



## 「童途有您」巡迴展覽

本會於 6 月起於各大商場展開「童途有您」巡迴展覽，裝置設計以本港地標為主題，現場展示本會學童創作的手工藝品，參觀人士可即場體驗多個用於訓練兒童的教育和遊戲應用程式 (apps)。協康會「2016-2017 自閉症人士職前訓練及體驗計劃」的自閉症青少年也將擔任活動大使，為公眾提供導賞服務，歡迎到場參觀。

下期展覽：  
日期：10 月 15-16 日（六及日）  
地點：悅來坊商場（荃灣荃華街 3 號）





# 心繫協康 小店成籌款平台



在元朗又新街某商場內，一售賣童裝的店子在收銀處擺放了協康會籌款箱，店主June是水邊圍中心的舊生家長，兒子珈綸已畢業了三年，她仍心繫協康，不但將部份收益捐贈中心，更以店子作為平台，希望街坊認識協康會。

## 由受助到助人

回想當年兒子被評為自閉症，語調輕鬆的June自言當時感到極度徬徨，一時間手足無措，哭得死去活來，後來得知協康會水邊圍中心，便哭著致電查詢，接電話的主任安慰她，並邀請她到中心參觀。June起初不認識特殊幼兒中心，以為是一個充滿愁容的地方，及後見到職員和家長都笑容滿面，孩子們的情況亦不如她想像中嚴重。聽完主任耐心解答後，June最後決定為兒子報讀。



兩姐弟化身「籌款大使」，向親屬及街坊募捐，幫助有特殊需要孩子。

隨著兒子珈綸在協康會一天天進步，June也察覺自己性格改變了。「我以前是完美主義者，比較固執，凡事都要在掌握之內；自從兒子入了協康會，我們得到很多幫助和支持，卸下很多重擔。不少人說我豁達了，的確我現在遇到困難，也會樂觀面對，遇到相同經歷的家長，我會借他們看協康會出版的《點亮希望 開展色彩人生》，這本書曾幫我度過了難過的日子，給我很大安慰。」



女兒用鞋盒自製糖果販賣機來籌款，甚具創意。

## 全家合力自發義賣籌款

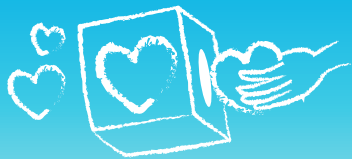
得到中心的幫助，June一直很想回報。去年她開設童裝店，初嘗創業滋味：「不奢望賺大錢，只望做到收支平衡，最重要是時間夠彈性，方便照顧子女。」June坦言經營不易，但堅持每售出一件貨品，捐五元給協康會；她對水邊圍中心有深厚的感情：「這個地方充滿溫暖，只有愛，沒有歧視，職工們很親切，對小朋友就似自己家人一樣；很感恩兒子能在這裡成長和學習。」

除了在店舖擺放籌款箱外，June又購買協康會慈善獎券送給客人，順道向他們介紹機構服務；想不到她十歲大的女兒珈嘉也受她感染，當起小小「籌款大使」，自發向親屬及街坊募捐。她說：「女兒去年用鞋盒自製了一個糖果販賣機，向親戚朋友募捐，著他們投入錢幣，便可得到一罐汽水糖；早前她更將一些剩下的迷你風扇紀念品拿去店舖義賣，並很努力跟客人解釋是捐給協康會的。」June乘機教導女兒善用金錢，將零用錢分為「需要」、「想要」和「幫助」，定期從「幫助」中撥錢做善事。



珈綸在中心度過了三年愉快學習，尤其喜愛儒哥哥（圖右）。

兒子珈綸現於區內一間主流小學就讀三年級，很喜歡上學，同學老師很照顧他，學校也為他安排了友伴。June笑言對成績要求不高，平均分合格便好。雖然離開中心已三年，珈綸仍惦記著協康會的人和事：「他很喜欢職業治療助理儒哥哥，試過在街上碰見，開心不已，還嚷著要親哥哥一下！」June的店子搬遷在即，她希望繼續善舉，使更多人認識和捐助協康會。



## 協康會6.18賣旗日 感謝各界支持

協康會於6月18日(六)在港島區順利舉行賣旗日，逾3,500名義工鼎力支持，共襄善舉。

今年的旗紙設計選用了本會學童的畫作，色彩繽紛，充滿童真，吸引不少熱心善長整張購買。本會兩位自閉症青年也協助準備3,000個旗袋及過萬張旗紙，充份發揮他們仔細、有耐性及盡忠職守的優點。

雖然當日陰晴不定，但街頭籌募的金額仍能打破以往紀錄，本會衷心感謝各商業機構、學校、團體、家長、學童、員工及其他義工熱心參與，以及各位善長慷慨解囊，令是次賣旗活動成功籌得超過港幣100萬元，善款將撥作本會家長資源中心的營運經費，為更多有特殊需要兒童及家長提供全面的專業教育、治療及家庭支援服務。



長期合作夥伴港島香格里拉大酒店的義工隊在出發前合影。



Ajitora小虎亞吉和協康會學童一同參與賣旗日。

## 高偉紳律師行 與孩子結伴同行

高偉紳律師行 Clifford Chance 自 2012 年起一直毫無間斷地支持本會多所中心，送贈本會一系列訓練器材，包括平板電腦及互動電子白板、感覺統合教材，並資助藝術治療服務等，過程中更與灣仔中心結下不解緣。

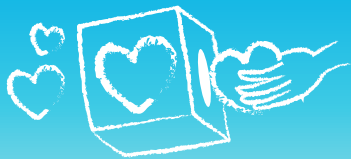
幾年以來，一群律師義工風雨不改，每星期兩天，提早出門趕到灣仔中心，為中心的學童說英文故事，然後趕回辦公室上班。每逢節日更會準備小禮物，為學童送上節日祝福。無論工作多忙碌，義工都特別抽空出席畢業禮，看到熟識的學童畢業離開中心，不能每星期與他們分享小故事，都有點依依不捨。



義工更時常記掛協康會兒童的需要，每年均與投資銀行聯合舉辦慈善足球比賽，將部份收益捐給本會並邀請本會學童與其他兒童隊伍來一場友誼賽，共度歡樂時光。



高偉紳律師行代表說：「我們非常重視與協康會的合作，樂見同事主動參與義工活動，親身了解和幫助協康會有特殊需要的兒童，與他們打成一片。希望能夠繼續和協康會攜手合作，讓更多兒童受惠。」



## 蜻蜓牌及蒙氏貿易有限公司主辦 「Love My Community 童」心繪社區」工作坊

蜻蜓牌及蒙氏貿易有限公司連續第三年聯同瑞士畫室，到本會轄下 5 間中心舉辦繪畫工作坊教授兒童繪畫及使用畫具技巧。今年的主題是「夏日樂 FUN 享」，導師除了教導學童繪畫蜻蜓外，更鼓勵他們運用創意，以繪畫方式留住他們夏天難忘的回憶。學童的作品更可參加「蜻蜓牌 LMC 繪畫比賽 2016」。蜻蜓牌早前亦送出「小一迎新祝福包」予本會 1,200 多位畢業生，鼓勵他們在新學年再接再厲，再創佳績！



## 感謝企業夥伴 為學童締造難忘畢業禮

每年 7、8 月都是協康會中心學童畢業的大日子，每間中心都用盡心思，希望令學童和家長留下美好回憶。今年，有爸爸粉墨登場，與子女裝扮成美國隊長、超人、老虎等，以親子檔於台上行 Catwalk，更有一位長期住院的學童在醫院的特別安排下終能出席畢業禮，父母見證兒子踏入新里程，感動得熱淚盈眶，在場的賓客亦為之動容。

特此感謝港島香格里拉大酒店、香港君悅酒店、香港沙田凱悅酒店、香港萬麗海景酒店、馬哥孛羅香港酒店、拉斐特贊助畢業禮場地和餐飲，讓本會學童經歷一個不一樣的畢業禮。



鳴謝下列善長於 2016 年 4 月至 7 月慷慨捐款 10,000 港元或以上（排名不分先後）：

### 企業

太子珠寶鐘錶愛心慈善基金有限公司  
三井住友海上火災保險（香港）有限公司  
上海總會  
中國光大控股慈善基金有限公司  
太平山扶輪社  
牛奶有限公司 - 惠康  
年利達律師事務所  
利希慎基金  
宏基資本有限公司  
沙田社區基金  
威靈頓管理公司  
星勻（控股）集團有限公司  
香港公益金  
香港信樂婦女會  
香港商歷峯亞太有限公司 - 卡地亞

香港域多利獅子會  
香港賽馬會慈善信託基金  
陳楊福和基金有限公司  
港城西北扶輪社  
港島香格里拉大酒店  
意贈慈善基金有限公司  
溢豐閣羽絨寢品有限公司  
輝域電機亞洲（香港）有限公司  
寶力機械有限公司  
The Fung Yuet Ngor Charitable Foundation  
The Mabs Mardulyn Charitable Foundation

### 個人

何慶蘭醫生  
鄭淑萍女士  
Mr. Chan Kwok Ying  
Mr. Chan Lee Wang  
Ms. Chan Wai Yi Janet  
Ms. Cheung Shui Yu Fanny and Mr. Chan Chee Tseng Christopher  
Ms. Ginny Kan Yuet Ying  
Ms. Keung Mei  
Ms. Lee To Wong  
Mr. Leung Kam Cheung  
Mrs. Li Kwan Yin Chong  
Mr. Sit Wing Hang  
Mr. Witherington Philip James  
Ms. Wong Pui Chu  
Ms. Wong Wai Wah Helen



# 雙A兒童：自閉症兒童患上焦慮症

每個人在人生某段時期都會經歷一些焦慮情緒，適量的焦慮有助我們準備迎接挑戰，但過度焦慮卻會令我們的身心飽受煎熬。研究指出，超過四成的自閉症 (Autism Spectrum Disorder) 兒童及青少年被診斷同時患有焦慮症 (Anxiety Disorder)，又因兩者的症狀有重疊，以致情況被忽略。

## 逾四成自閉兒患焦慮症

焦慮是指神經緊張和自主神經覺醒，往往伴有辛苦的感覺；持續六個月或以上，以及導致功能障礙的焦慮則有可能是焦慮症。最常診斷的焦慮症類別如下：

- 一般恐懼 (Simple phobia)
- 廣泛性焦慮症 (Generalized Anxiety Disorder, GAD)
- 分離焦慮症 (Separation anxiety)
- 強迫症 (Obsessive Compulsive Disorder, OCD)
- 社交恐懼 (Social phobia)

美國兒童精神科醫生 Kanner 指出部份典型自閉症患者有明顯的焦慮問題。近年的研究更發現，55% 的自閉症兒童及青少年的症狀符合多於一種焦慮症，42% 被診斷患有焦慮症。自閉症兒童患焦慮症的嚴重程度亦和一些因素掛勾：智商愈高或社交障礙愈嚴重，愈容易出現焦慮問題；高功能自閉症兒童，以及六至十二歲的自閉症兒童亦較常出現焦慮。

## 自閉症還是焦慮症？

自閉症兒童的社交溝通和情緒調節能力較弱，當他們感到焦慮時，難以表達情緒，會引發行為問題，部份症狀與自閉症人士本身的症狀重疊，令家長和老師難以察覺自閉症兒童的焦慮問題。

## 自我刺激行為

一般在焦慮情況下，亦會作出一些自我刺激行為，以紓緩焦慮情緒。自閉症兒童經歷焦慮時，自我刺激行為會增加。

## 強迫症行為

典型自閉症兒童均會有刻板式或固執的行為，而焦慮症患者亦會出現重複性行為。當自閉症兒童感到焦慮時，會對一些規律或儀式更執著，以求減輕焦慮情緒。

## 挑戰性行為

自閉症兒童日常也有一些在家長和老師眼中屬於挑戰性的行為，當他們感到焦慮時，也可能用類似的行為來掩飾或紓緩自己的情緒。

自閉症人士患有焦慮症很常見。雖然兩者症狀不完全相同，但亦有部份重疊。如果家長和老師察覺自閉症兒童的行為和身體症狀有轉變，或與焦慮症有關，應及早找精神科醫生或心理學家作出評估，尋求合適的治療方案。



## 雙A兒童常見症狀：

- 對常規和千篇一律的習慣更為堅持
- 對程序更執著
- 崩潰或發脾氣
- 逃避或退離社交場合
- 自我刺激行為，例如搖晃、旋轉或拍打
- 自我傷害行為，例如撞頭、搔抓皮膚或咬手
- 發展、行為或學習表現倒退
- 不能解釋的身體症狀，例如頭痛、肚痛
- 有更多睡眠問題
- 偏食、胃部不適

參考資料：  
Kanner, L. (1943). Autistic disturbances of affective contact. *Nervous Child*, 2, 217-250.  
White, S.W., Mazefsky, C.A., Dichter, G.S., Chiu, P.H., Richey, J.A., Ollendick, T.H. (2014). Social-cognitive, physiological, and neural mechanisms underlying emotion regulation impairments: understanding anxiety in autism spectrum disorder. *Int J Dev Neurosci*, 39, 22-36.  
White, S.W., Oswald, D., Ollendick, T., Scahill, L. (2009, April). Anxiety in children and adolescents with autism spectrum disorders. *Clin Psychol Rev.*, 29(3), 216-229.

鳴謝：協康會專業教育及發展學會榮譽顧問  
兒童體智及行為發展科專科醫生 林蕙芬醫生

