



目 錄

序言	04
編者的話	10
第一部分:DIR理念簡介	12
概論	13
功能性情緒發展階段	23
個別差異	34
關係為本	42
地板時間 🥻 🎅	44
半結構活動	58
第二部分: DIR活動建議	61
使用指引	62
DIR功能性情緒發展觀察表 活動範例	66
階段一、二活動	78
階段三、四活動	103
階段五、六活動	125
附錄:DIR功能性情緒發展觀察表(空	白表格) 156
參考資料	162
協康會服務簡介	163
協康會重點出版書籍及光碟	164

活動目錄

階段一、二的活動目標:促進注意力、對環境的興趣和親密感

活動名稱	頁碼	活動名稱	頁碼	
地板時間活動				
搔搔癢	79	繽紛彩傘	86	
我在這裡	80	上樓梯	87	
寶貝捉迷藏	81	黑夜追蹤	88	
大飛碟	82	過山洞	89	
通粉尋寶箱	83	高速跑車	90	
我有一雙手	84	温 古古 置 同同	91	
膏膏樂	85			
半結構活動				
下雨了	92	滑冰樂	98	
吹個大波波	93	大蕃薯	99	
神秘禮物	94	泡泡樂	100	
找找看	95	麵粉糰	101	
絲巾表演	96	— 杯中寶	102	
涼風吹	97	[]		

階段三、四的活動目標:雙向和有目的的溝通

活動名稱	真碼	活動名稱	頁碼		
地板時間活動					
玩具大搜查	104	大畫家	107		
起樓先鋒	105	罐子保齡	109		
捉迷藏	106	開心廚房	110		
半結構活動					
Hello彩傘	111	吹波大賽	118		
捲香腸	112	家務小助手	119		
水袋世界	113	為食怪獸	120		
拋紙球	114	齊來坐纜車	121		
凍檸蜜	115	骨頭在哪裡?	122		
交通一日遊	116	音樂舞會	123		
猴子朋友	117	障礙賽	124		

階段五、六的活動目標:表達感受、使用意念和建立邏輯思維

頁碼	活動名稱	頁碼			
地板時間活動					
126	化妝舞會	130			
127	世界之最	132			
128	笑笑手偶	133			
半結構活動					
134	鱷魚來了	146			
135	火車遊記	148			
137	森林探險記	149			
139	走火警	150			
140	釣魚比賽	152			
142	游泳記	154			
143	三隻小豬	155			
145					
	地板時 126 127 128 半結構 134 135 137 139 140 142 143	地板時間活動 126 化妝舞會 127 世界之最 128 笑笑手偶 半結構活動 134 鱷魚來了 135 火車遊記 137 森林探險記 139 走火警 140 釣魚比賽 142 游泳記 143 三隻小豬			

序言一

回顧「DIR地板時間」治療模式在協康會的發展,可追溯到二零零四年底。那年,協康會於四十周年學術會議上,邀請了「DIR地板時間」(DIR/Floortime)治療模式的其中一位創辦人——葦德博士(Serena Wieder, Ph.D.)親臨香港,教授這一套著重孩子情感互動發展的治療模式。「DIR地板時間」源自美國,並於歐、美國家日漸盛行。這治療模式能夠吸引廣泛的注意,為家人帶來莫大希望,因為它對有發展困難孩子的核心問題作出了精闢及獨特的見解,道出孩子互動及行為反應與腦神經發展及生理性發展差異的關連;並指導家人如何透過緊密的互動連繫,提升孩子對人的親密感覺,藉以改善孩子生理發展方面的不足和缺損。

為了更深入學習這治療模式,我們組成五人研究工作小組,派出包括臨床心理學家、言語治療師、職業治療師和物理治療師的專業團隊前往美國修讀「DIR地板時間」證書課程。隨後,我們在協康會轄下的中心進行有關訓練試驗計劃。在葦德博士和資深DIR導師格伯博士(Sima Gerber, Ph.D.)親自指導下,我們開展了孩子的個別及小組地板時間治療,同時努力進行員工及家長培訓,讓DIR的治療策略能夠滲透並應用於孩子的學習和日常生活中。我們舉辦多次講座、工作坊和大型研討會,並邀請著名導師來港提供專業培訓。每次都吸引了更多家長及專業同工對「DIR地板時間」的興趣,而我們亦鼓勵他們嘗試開始使用這套策略。

與孩子展開「DIR地板時間」後,很多家長和同工都不約而同地表示觀察到孩子的明顯轉變:他們能夠更主動地與人接觸、擁抱及對人微笑,大大增加了孩子與人之間的親密感覺和互動聯繫。一位爸爸感激地説:「女兒接受訓練後,會主動找我玩,對著我笑,讓我能真實地感受到當爸爸的樂趣,我高興極了!

為了進一步讓更多家長及同工受惠,我們在二零零八年首次出版有關結合治療理論及本地實踐經驗的《樂在地板時間:實用手冊》。轉眼間,協康會引入「DIR地板時間」已踏入第七個年頭。經過多年的策劃、編寫及製作,我們今年終於出版《樂在地板時間:社交互動訓練指南》。這套指南著重理念與實用的結合。我們透過改編自真實個案的故事、輕鬆的插圖,以及孩子的活動錄影片段,介紹「DIR地板時間」治療模式。另外,我們設計了大量遊戲範例供讀者參考,並嘗試加入一些調適,為不同需要的孩子展開地板時間或半結構活動。我們深信,更多孩子及家庭將會受惠於這套能夠切合孩子個別需要,改善他們互動反應及情感發展的治療工具,讓他們和其他孩子一樣,擁有繽紛愉快的童年。

協康會總幹事 **曾蘭斯** 二零一一年十月

序言二

協康會編撰和出版《樂在地板時間:社交互動訓練指南》,實在教我非常高興!因為這套書將會幫助到許多香港和中國內地的自閉症孩子。這套書闡述協康會的臨床專家如何採用DIR治療模式來培訓老師、治療師,尤其是家長與自閉症的孩子聯繫與互動,讓他們得到更好的發展。協康會初次接觸到這套治療模式,是在二零零三年派了兩位臨床專家參加「發展及學習障礙跨專業議會」(ICDL)國際會議,並於翌年邀請我在協康會的四十周年紀念活動上發表專題演講和主持有關工作坊。

自閉症是一種複雜的發展障礙,沒有兩個孩子的狀況是完全一樣的,所以必須因應他們的個別需要來制定合適的治療計劃。一般人認為自閉症兒童冷漠、欠缺情感,但我們發現他們其實很渴望和別人有情感上的接觸,只是找不到方法表達;當家長能夠幫助孩子表達希望與人交往的心願,孩子將會很感激呢!這套訓練指南的目的是闡述如何用不同方法來誘導孩子參與互動,從而和他人建立愉快的關係,並發展出同理心、情感交流、辨別真偽、控制衝動行為、創意思維,以及良好的朋輩關係。

一套能夠結合發展原則和理論的模式對於引導有效的治療是十分重要的。由於自閉症孩子的個別差異,我們需要一套能針對孩子的不同需要、具彈性和循序漸進的治療模式。雖然還未知道自閉症的成因,但通過臨床研究和實證,我們掌握到能夠幫助這些孩子發展的模式(詳情可瀏覽www.icdl.com和 www.Profectum.org)。鑑於自閉症如此普遍和具迫切的需要,我們必須致力去了解每個孩子的學習能力,從而讓他們獲得最合適的治療,而這套模式正好能發揮指導作用。

DIR治療模式著重孩子的自然情感與興趣,這是促進孩子學習互動的基本要素。通過互動,孩子腦部不同的部分得以接軌和聯繫;從而建立更高層次的社交、情感和認知能力。地板時間既是理念,也是具體策略;照顧者跟隨孩子的自然情感與興趣,透過切合其獨特的動作和感覺訊息處理系統的有趣互動,製造愉快的時刻,同時加強聯繫他們的感官、情感和動作三方面的能力。除地板時間外,全面的DIR治療模式還包括半結構的解難與社交活動、友伴遊戲時間、語言、知覺運動、體

能、感知及視覺空間的治療和活動;此外,還有教育活動、家庭支援、輔助和生理醫學的介入。隨著孩子不斷成長和進步,他們的DIR功能性情緒表現決定了所需的個別化治療方案。DIR既著重早期識別與介入,也是指導著孩子整個生命週期發展的基礎模式。對自閉症孩子最有效的幫助,是當發現問題時盡早介入,而「DIR地板時間」可以應用於不同年齡的孩子,加強他們在不同人際關係中的各項能力。

這套訓練指南除闡釋DIR治療模式和地板時間外,還提供六十多項地板時間和半結構活動供家長和老師參考和使用,更附有錄像短片介紹地板時間訓練。錄像短片首先舉出多個例子,説明孩子在不同階段應具備的功能性情緒技能;然後再舉例説明與孩子進行遊戲互動時的原則和策略,以幫助他們與人建立親密聯繫、解決問題、運用幻想力,進而可作象徵性和抽象的思考。

在此我要感謝參與拍攝錄像片段的香港家庭,他們的慷慨支持讓DIR治療模式得以翻譯為中文版,走進華人社區,發揮更大效用。

同時,我們也很感謝協康會派出一支充滿熱誠的臨床專家隊伍到美國來受訓,並編寫此套指南和製作錄像。感謝張媚、簡艷梅、賴秀瓊、梁秀華及李麗清,她們現在已成為了DIR的領導和導師,並會在這專業上繼續發展。也感謝我的同工Sima Gerber、Beth Osten、Sherri Cawn、Lorraine Ehlers-Flint,她們有機會和協康會一起工作和學習。幫助孩子發展的工作是持續向前的,當協康會與不同機構和人士分享DIR模式時,我們期待著跟進協康會在這領域上的新進展。最後,我想特別向協康會總幹事曾蘭斯女士致謝,在她的支持下,DIR得以進入香港和中國內地,幫助更多有需要的孩子和家庭。

莎麗娜·葦德博士 (Serena Wieder, Ph.D.) Clinical Director, Profectum Foundation Founder, Interdisciplinary Council on Developmental and Learning Disorders and the DIR Institute



編者的話

為什麼要選擇DIR?

在孩子的成長過程中,很多父母會關心子女的發展狀況是否合符年齡的進展。部分孩子在成長過程中,浮現了不同種類的問題,例如:注意力不集中、欠缺模仿動機及能力、過份活躍、退縮、自我沉迷、缺乏社交反應等,令到他們的父母十分擔心及困惑,不知應該怎樣做。即使他們與孩子朝夕相對,仍然找不著影響孩子成長的核心困難所在。

傳統醫學上的「診斷標籤」(diagnostic labels) 嘗試按孩子的行為特徵,把他們分類(例如:自閉症、智力障礙、學習障礙、過度活躍障礙等)。這方法假設擁有同一「診斷標籤」的孩子有著相似的問題。以自閉症孩子為例,他們多數同時有語言發展遲緩、社交障礙及固執或重複的行為表現。然而,臨床觀察及經驗卻顯示即使在同一「診斷標籤」下,孩子之間仍然存在很大的差異。例如:自閉症孩子之間便可以有著很不同的行為及社交表現;有些自閉症孩子表現十分活躍,常常無意識地走來走去,欠缺社交反應。可是,有些孩子卻異常文靜,能夠十分專注(重複把玩)眼前的玩具。他們的社交反應雖然被動,但間中會回應別人的呼喚。「診斷標籤」方法似乎無法進一步指出孩子問題產生的過程及原因,而且未能反映孩子獨特的優點或所面對的生理限制與挑戰。

DIR突破「診斷標籤」的限制,它並非針對表面的問題行為(徵狀),而是直接檢視孩子個別的生理系統;透過了解孩子的發展現況、生理系統的差異、他們如何與世界聯繫等,指出孩子的生理缺損如何與環境因素互相影響,引起目前的行為和情緒表現。DIR強調以「情感關係」為基礎,主張增強孩子與人的親密感覺及捕捉孩子的情感需要,增加孩子與人互動的動機;提升孩子與人的互動能力,幫助孩子發展認知、語言、思維及社交等能力。

編寫內容

本訓練指南包含了一本訓練手冊及一片訓練光碟。訓練手冊簡介DIR的理念,並提供活動建議。「DIR理念簡介」簡述孩子六個「功能性情緒發展階段」及影響每個階段發展的因素,並介紹「地板時間」及相關的訓練策略。「DIR活動建議」按孩子於不同「功能性情緒發展階段」的需要設計了超過六十個「地板時間活動」和「半結構活動」範例。當中介紹了活動步驟、調節及變化,以及注意事項等,使用者可按孩子的能力與需要來選取活動,以進行「地板時間活動」或「半結構活動」。為讓使用者能具體地掌握DIR的理念和實踐方法,訓練光碟內載錄了多條片段,除介紹DIR模式的六個「功能性情緒發展階段」外,還示範了部分「地板時間」策略。透過這套教材,期望能為使用者提供合適的資料,讓有需要的孩子得到更大的裨益。

使用對象

協康會多年來把DIR理念應用於治療有特殊需要兒童,以及培訓老師和家長。本教 材綜合了前線專業人員的臨床經驗,並參考有關的文獻資料編寫而成。它適合希望 改善與孩子的互動模式,幫助孩子發展認知、語言、思維及社交等能力之家長、 教育工作者及治療師使用。

什麼是DIR?

DIR模式(Developmental, Individual Difference, Relationship-based Model)有系統地檢視孩子於獨一無二的生理狀況、家庭關係及互動方式下的發展和能力,幫助我們識別及綜合孩子與其家庭的需要。這治療模式包含以下三個要素:



發展取向 (Developmental)

DIR的治療理念是建基於孩子的發展需要。孩子於六個不同的階段順序發展「功能性情緒技能」(functional emotional skills),它們是成長及學習的重要基礎。一般孩子要建立這些技能並不困難,但對有特殊需要的孩子來說則是一項挑戰。他們生理上的發展差異,使學習的過程變得困難重重。然而,這並不表示有特殊需要的孩子不可能建立「功能性情緒技能」,只是他們花的時間可能比一般孩子長。我們會在後文詳細介紹六項「功能性情緒技能」和相關的發展階段。

個別差異 (Individual Difference)

每名孩子的腦神經系統發展也存在差異。他們在接收和處理訊息、計劃動作步驟等方面的能力都不盡相同。DIR強調了解個別孩子的獨特需要,包括生理上的困難,以及這些困難如何影響孩子與人互動和發展「功能性情緒技能」,給孩子針對性的治療方案;一方面調節外在的環境,另一方面藉著訓練改善孩子的生理系統,再配合地板時間策略(floortime strategy),把孩子帶返健康的互動關係裡。

關係為本(Relationship-based)

DIR理念強調與孩子建立關係及情感互動 (relationship & affective interaction)的重要性。孩子的情感猶如樂隊的指揮,它幫助協調和驅使孩子運用各範疇的能力。跟從孩子的喜好,以愉快和彼此配合的互動方式吸引孩子對世界事物產生興趣,將改善孩子的「功能性情緒技能」,並擴闊孩子的學習經驗。因此,照顧者及家人須注意與孩子相處時的反應和情感的表現,通過有效的互動模式,扶助孩子發展與成長。

DIR模式應用於所有孩子的訓練及治療,對於有發展障礙的孩子 (例如:自閉症及相關障礙、智力障礙、學習障礙、唐氏症候群、發展遲緩、感覺統合障礙、注意力不足/過動症或大腦麻痺等)更特別受用。

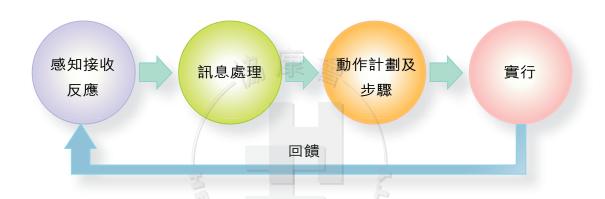


個別差異

(Individual Difference)

每名孩子的生理狀態都存在獨特性,形成了他們在發展上的「個別差異」。孩子的生理性發展差異影響著他們的互動反應及發展。在這部分,我們將簡單介紹孩子腦神經內「感覺系統」、「訊息處理系統」及「動作系統」的功能以及它們如何影響孩子的人際互動能力。

孩子感覺、認識及回應外界的回饋循環



孩子從身上的感覺器官接收各種來自外界的訊息。大腦的中樞神經會對接收到的 訊息進行處理及解釋,然後計劃如何反應及把計劃實行。經過這個過程,孩子得 以感覺、認識及回應外界的刺激。順利運作的生理系統能產生一個連續性的回饋 循環,使孩子能不斷又自如地應付外界的各種訊息和刺激,順利地與外界互動。

例子:



爸爸伸出雙手,對著孩子 微笑,示意想擁抱男孩。



男孩接收到不同的感覺訊 息後嘗試解讀及處理這些 訊息。



解讀了爸爸的訊息後,男孩計劃及實行一連串的身體動作,包括:站起來,走上前並用雙手環抱爸爸,作出回應。

活動範例

階段一、二活動

「功能性情緒發展階段一、二」的目標在於引發孩子對環境的興趣和享受與人相處的喜悅。孩子在接收各種感覺訊息的同時,還要調節自己的情緒反應,與人建立聯繫。成人要了解孩子的感覺需要找出合適的方法,讓他能應付這充滿刺激的環境,保持冷靜和專注,並且扶助他與人建立更密切和信任的關係,提升學習動機。



地板時間活動

「階段一和二」的地板時間活動著重於幫助孩子調節情緒反應,引起孩子對環境及人的興趣。要吸引孩子的注意,我們需要多抓住他喜愛的感覺。透過觀察孩子的選擇和活動,了解他的喜好。我們可以給孩子提供他喜歡的物品,加入他喜愛的活動,以孩子喜歡的方式接近他,展開簡單的一來一往互動。過程中,我們可以運用不同的地板時間策略,以情感豐富的表情和聲線,誇張和有趣的動作,令孩子感到舒適的互動節奏,幫助孩子注意及喜歡我們,再慢慢學習回應和主動溝通。為了幫助孩子專注、冷靜和投入互動活動,我們需要預備簡潔而不受干擾的環境。移除或遮蓋會分散孩子注意的東西,按孩子的情況決定提供物品及玩具的環境。移除或遮蓋會分散孩子注意的東西,按孩子的情況決定提供物品及玩具的數量。有時候,太多玩具令孩子無法安定下來專注地遊戲;然而,太少玩具選擇可能無法吸引孩子的興趣。因此,我們需要一邊觀察孩子的反應,一邊調節我們的技巧及環境安排。

半結構活動

「階段一和二」的半結構活動中,我們按照孩子的能力及喜好設計了一些簡單的互動遊戲。目的是令孩子更有目標地參與活動,運用已有的技能進行簡單的解難及社交互動練習。「階段一和二」的半結構活動程序簡單,而且運用了大部分孩子也喜歡的感知物料,目的是引起孩子的好奇及興趣,鼓勵他們主動參與。同時,配合一些地板時間策略,例如:調校合適的互動節奏,運用活潑的表情、聲線及動作等,幫助延長孩子與我們之間的互動。活動過程中,我們要根據孩子的反應,靈活調整活動內容或步驟,以回應孩子的需要。



階段三、四:地板時間活動

個別 🗸

活動名稱:開心廚房

重點 ● 使用不同玩具,與成人一起進行有多個步驟的簡單假想遊戲

- 明白成人的説話或動作的意圖,作出回應維持雙向溝通圈
- 計劃和結合不同動作,完成簡單任務或解決困難

物料 ● 家家酒玩具、玩具隧道、其他玩具或物品

活動程序

- 1. 展示家家酒玩具,吸引孩子的興趣。預先把部分家家酒玩具(例如:煲、蓋、刀、碗、匙羹、毛巾)及數件沒有關係的玩具或物品藏起來,放在玩具隧道的中央。
- 2. 投入地與孩子一起假裝煮食物。

策略 讓孩子帶領進行活動,例如:決定煮什麼、告訴成人想怎樣擺放爐具等。

3. 成人假裝要刀切西瓜,請孩子幫手拿玩具刀。

策略 盡量等待孩子自行發現有些用具不見了。

策略 以稍誇張的聲線説:「噢,沒有刀不能切西瓜啊!」鼓勵孩子想辦法及四處搜尋失物。

4. 孩子走進了隧道找東西,然後交給成人。這時,成人可以請孩子連續取數件東西,以保持 溝通互動,例如説:「還需要什麼呢?」「我還想多要一個碗,有沒有呢?」等。

策略 若孩子忘記找東西或找了不合用的東西,成人便要裝作不明白或不滿意,例如説: 「這襪子用來作什麼呢?」「牛排已煮好,用什麼來裝呢?」期望他能再找一找。

調節及變化

- 用具可以放在房間的不同角落,使孩子更需要運用視覺空間的能力去尋找或主動找成人協助。
- 提供較大件及仿真的煮食玩具,以及與煮 食較相關的物件,幫助孩子有明確的焦點 和更容易明白要找什麼。
- 若孩子只顧自己玩煮食物,成人要尊重他 當時的興趣,慢慢再加入他的遊戲。



專業推介

繼《樂在地板時間:實用手冊》,協康會的專業團隊再將多年的實踐與經驗,滙集成一本理論與實踐兼備的《樂在地板時間:社交互動訓練指南》。「DIR地板時間」有別於行為改造訓練方式,直接針對社交溝通障礙核心的功能缺失,着重理解孩子的個別差異,從而與孩子建立親密的關係,以改善孩子的社交互動、溝通及思考能力。教材以生活化的例子、有趣的故事和真實的片段講解DIR理念與地板時間策略;另提供了大量活動範例以作參考。《樂在地板時間:社交互動訓練指南》適合家長、導師及對兒童工作有興趣的人士參考,是一套值得推介的實用入門教材。

劉健真醫生

資深兒科醫生

有些人或會認為,親子之間的互動和溝通本為人性間自然不過的過程,但對一些家庭及有發展或情緒障礙的孩子而言,這可能是非常費勁和困難的事。DIR介入模式的推出,相信能為這些家庭帶來一線希望和出路。本人十分認同這套訓練模式以「發展為基礎」(D);強調「個別差異」(I);及以「關係為本」(R)的理念。它不單讓我們有系統地觀察和認識每一位孩子的「獨特性」和「可塑性」,也肯定了家長和照顧者參與的重要性。

協康會同工總結多年運用該介入模式的臨床經驗,及與家長同行的寶貴心得,精心結集成這本理論與實踐並重的地板時間訓練指南,實在令人欣喜!當中許多循序漸進及多變的活動建議,對同業非常受用。期待日後,業界能進一步推出更多有關「DIR地板時間」的本地成效研究。展望每位家長與孩子「樂在地板時間」的同時,藉著潤澤家庭關係,繼而提升孩子各方面的能力!

林琳博士

衛生署兒童智力體能測驗服務 臨床心理學家

在從事特殊教育工作的歷程中,我很高興認識到DIR的教學理念。它提倡尊重兒童的個別差異,這讓我深深體會到真心對待孩子較超凡的教學技巧更重要。當我與孩子建立了親密關係後,他不單在「地板時間」中主動親近我,更會自發地參與大家的遊戲,甚至自己想出新的遊戲方法來,這不正是我所期待孩子應有的反應嗎?因此,DIR是真正打開孩子溝通之門的好方法。

楊冬青老師 資深特殊幼兒導師

「地板時間」是我兒子非常期待的活動。每次活動時,我看到孩子愉快地玩耍,放心地探索,流露出他純真的一面,讓 我感到很欣慰和滿足。孩子有時候能夠作出適當的回應,有時卻表現得退縮,這正反映出他不同的內心世界和狀態,而

「地板時間」對孩子來說是沒有壓力的;也讓我們明白到遊戲應以孩子為中心,順應著他的行為反應,適時作出調節及引導,這對於親子關係及孩子發展皆有好處!



鳴謝:

BULL CAPITAL PARTNERS 雄 牛 資 本

我正學習了解和接納。







9 789627 884606