

## 自閉症 – 怎樣幫助和了解您的孩子 Autism – How to help and understand your child

這張資料單張是新南威爾士州多元文化保健通訊服務(NSW Multicultural Health Communication Service)與新南威爾士州自閉症協會(Autism Association of NSW)聯合編寫的。

### 甚麼是自閉症？

自閉症又名‘孤獨症’，是一種發育障礙，能影響有這種病症的人處理資料的方法。這會影響您的孩子在下列方面的能力：

- 了解語言和用語言與別人溝通
- 與別人交往
- 了解環境中的活動和事物，並且作出反應
- 對於感覺的刺激作出反應，例如：該孩子可能對於吵鬧的聲音會感到害怕或只吃某些食物和只穿某些衣服
- 學習方面

### 自閉症是怎樣導致的？

自閉症是由於腦部某些部分不正常發育所致。有時，這是由於潛在的遺傳病所導致。往往找不到導致腦部不正常發育的原因。自閉症並不是您撫養孩子的方法所導致。您也不可以做任何事來預防這種疾病。如果有任何適當的檢驗可以找出您的孩子患自閉症的原因，兒科醫生可以告訴您。

### 有甚麼治療自閉症的方法？

目前沒有治愈自閉症的醫科或行為療法。有一種有條理的教育計劃，對所有自閉兒都有好處。這種治療著重發展溝通和社交的技能，包括社交玩耍的技能。<sup>1</sup> 應該在五歲以前就提供這種計劃。

---

<sup>1</sup> (Janzen, 1999)

## 怎樣了解我的自閉兒？

了解您的自閉兒怎樣與別人溝通和學習是很重要的。(因為這是與您其他孩子的溝通和學習方法不一樣)。可以幫助您了解您的孩子的人包括：您的孩子的早期干預老師(early intervention teacher)或言語病理學家(speech pathologist)。

他們會幫助您了解為甚麼您的孩子會有某些行為的表現和幫助您選擇一個對您的孩子有幫助的策略。

例如,自閉兒:

- 是靠視力學習的人 - 如果要他們了解資料,給他們看東西比告訴他們好<sup>2</sup>
- 很難明白長的句子和冗長的指示
- 能夠學習規矩和例行程序,並且作出回應,尤其是如果能夠給他們看的
- 可能有好的記憶力,尤其是對於他們曾經重複地看過或聽過的事物。他們有時能夠記得他們所喜愛的錄像帶內的整段對話或某書本內的故事或記得怎樣去學前學校的路線。由於用這種方法所學到的技能往往是他們並不了解的,您需要用各種不同的方法來核實您的孩子是否真的已經學會和明白所學到的新技能或資料。

## 怎樣使用可以看得見的事物來幫助孩子學習和溝通？

有四種可以看得見的事物可以用來幫助孩子學習和溝通。下面列出這些事物,有容易明白的(整件實物)以至較難明白的事物(線條畫)。

(容易明白的)



(較難明白的)

1. 整件實物 (例如：一個果汁紙盒)
2. 物品的部件 (例如：果汁紙盒上的標籤)
3. 照片 (例如：果汁紙盒的照片)
4. 線條畫 (例如：一個紙盒的簡單繪圖)

目的是教您的孩子逐漸了解較難明白的可以看得見的事物。這會改善您的孩子的溝通能力。然而,如果使用對您的孩子太抽象的可見事物,就不會幫助他們明白語言。所以必須首先用整件實物,然後逐漸用照片,最後才用線條畫。

---

<sup>2</sup> (Hodgdon, 1995)

如果您不清楚怎樣開始使用可以看得見的事物來在家裡幫助孩子學習和溝通,與孩子的老師或言語病理學家聯繫吧。

### **我應該怎樣處理問題行為呢?**

在處理行為方面的問題時,有一件事您要謹記的是:問題行為可能是孩子與您溝通的一種方法。當您嘗試處理您的孩子的行為時,必須明白他的行為可能正在表達的信息。

- 您的孩子可能正在嘗試表達他們的感受,例如:恐懼、焦慮、沮喪、生病或疲倦。
- 這些行為可能是因為您的孩子需要被激動。這包括重複性的行為,例如:旋轉、搖晃、以頭撞牆或把物件排成一個行列。
- 然而,不一定每次都能夠找出每種問題行為的起因。

處理或改變您的孩子的問題行為的策略可能包括:

- 改變環境,使他更明白。例如:在家裡做有組織的玩耍活動和例程序
- 教導您的孩子新的溝通技能,以致您的孩子能夠表達他們的需要和感受。這通常包括上述的方法,用可以看得見的事物來幫助他們與別人溝通。
- 如果有任何內科的毛病,就要延醫診治。
- 教導您的孩子怎樣鬆弛的方法,使他冷靜,例如:搖擺、聽音樂、看電視/錄像帶,和讓他有一個獨處、而不要求他做甚麼的時間。
- 對於習慣性的例程序的任何改變,使用策略幫助他適應
- 某些藥物可能對焦慮和重複性的行為有幫助。

### **我可以與誰聯繫來取得更多資料呢?**

父母們覺得出席有關自閉症的諮詢講座或課程,和與其他有自閉兒的父母談論有幫助。下面的一些機構或服務可能能夠幫助您:

- 新南威爾士州自閉症協會 (Autism Association of NSW)  
[\[www.autismnsw.com.au\]](http://www.autismnsw.com.au)
- 自閉症諮詢線 (Autism Information Line)
- 幼兒期干預諮詢線 (Early Intervention Info Line)

查看悉尼的白頁電話簿,就可以找到聯繫上列服務的詳情。

請醫生轉介你們去：

- 你們區內的早期干預支持組 (The Early Intervention Support Team) (老人、殘疾和家內照顧部) (Department of Aging, Disability & Home Care) (如果您的孩子有中度的弱智)。
- 您當地的社區保健中心 (Community Health Centre)
- 兒科醫生

如果你需要別人幫助你用英文打電話，請打電話給翻譯及口譯服務 [Translating and Interpreting Service (TIS)],電話: 131 450。

你可以在多元文化通信 (Multicultural Communication) 的網站上找到更多有關健康方面的中文資料: <http://mhcs.health.nsw.gov.au>

在這篇文章出版時,上述的電話號碼是對的,但沒有不斷地更新。你可能要查看電話簿上所列出的電話號碼。

### **Suggested Readings**

Dodd, Susan: Managing Problem Behaviours. MacLennan & Petty, Sydney, (1994)

Hodgdon, Linda: Visual Strategies for Improving Communication. Quirk Roberts Publishing, Michigan, (1995)

Howlin, Pat: Treating Children with Autism and Asperger Syndrome. A Guide for Parents and Professionals. Chichester: Wiley (1998)

Janzen, Janice E.: Autism: facts and strategies for Parents. Therapy Skill Builders, USA, (1999)

Sussman, Fern: More Than Words. A Hanen Centre Publication, Toronto, (1999)

You can find more multilingual information on autism at the following websites:

- Autism: An introduction for parents and carers (National Autistic Society)  
**<http://www.nas.org.uk/nas/jsp/polopoly.jsp?d=121&a=2192>**  
(Available in English, Bengali, Gujarati, Hindi, Punjabi, Urdu)
- What is Autism? (Autism Association of NSW)  
**<http://www.autismnsw.com.au>**  
(Available in English, additional languages coming)
- Visual strategies for improving communication – for purchase  
**<http://www.usevisualstrategies.com/products.html>**  
(Available in English and Spanish)
- Overview of autism (Centre for the Study of Autism)  
**<http://www.autism.com/ari/index.html>**  
(Available in English, Chinese, Italian, Japanese, Korean and Spanish)