

## PACT 訓練課 錄影分析相處模式 玩遊戲學溝通 打開孩子心門

父母想跟小孩有正面的雙向溝通，有時都不容易，若小朋友患有社交溝通困難或自閉症譜系障礙，情況就更加困難。有社福機構近年便從英國引入實證為本的親子訓練課程，讓家長以遊戲作媒介，學習親子互動的竅門。研究發現，完成最少9節課後，兒童的溝通意願及社交沟通能力皆有顯著提升，爸媽亦能更了解子女的需要，大大改善親子關係。

文：沈雅詩

### 其樂融融

▶7歲有自閉症譜系障礙的亨亨(左)，從前抗拒與爸爸(右)溝通，參與課程後，他變得願意跟爸爸一起玩，更不時流露笑容。

(賴俊傑攝)



### 評估親子互動

▲導師在各個評估範疇，都會具體指出親子雙方的強弱項，讓家長有清晰參考。(賴俊傑攝)

### 回顧影片

◀家長平日與孩子溝通時，未必會留意到自己的口頭禪和態度，但透過回顧影片，就一目了然，知所改進。(賴俊傑攝)

周六早上，黎先生和7歲、患有自閉症譜系障礙的兒子亨亨，又展開一段親子遊戲時間，兩父子先盤膝對坐，爸爸把玩具置於他們的中間。在眾多玩具之中，亨亨選擇了「汽水機」，他把玩着時，黎先生從旁描述，「亨亨入錢錢，然後擰掣囉」。亨亨默默重複多次投幣及按掣的玩法後，突然吐出「橙汁」二字，黎先生馬上回應：「我聽到你講橙汁啊！」當亨亨拿起「橙汁」時，他便提議兒子「你飲呀！」亨亨聽罷亦乖乖配合扮飲汽水，而爸爸則輔以「咕啾咕啾」的暢飲聲效，增添歡樂氣氛。



黎先生  
(賴俊傑攝)

就熟地令兒子跟自己有眼神接觸，並作簡單的語言和肢體溝通，其實兩父子都已經是幾何級的進步了！

第一節課零交流  
兒子不理 爸爸不解

這個奇妙的轉變，始於兩年多前，當時亨亨在協康會轄下的特殊幼兒中心讀K2，黎先生經學校參加了該會舉辦的「『親·子·遊』PACT 社交溝通親子訓練課程」(下稱PACT)，「那時我仍是新手照顧者，剛剛接手主力去湊亨亨，因為困困的語言發展比較慢，他很少言語上的表達，其實當時我們是太溝通得到的，所以我想學習怎樣去教他、怎樣和他相處。」

PACT (Paediatric Autism Communication



蘇鎧盈  
(賴俊傑攝)

Therapy) 是一個一對一的親子訓練課程，專門協助2至10歲有社交溝通困難或患有自閉症譜系障礙的兒童及其家長，讓他們在遊戲中學習如何互動及溝通。每次導師都會請家長與孩子在課堂上自由玩10至20分鐘，並即時錄影。黎先生猶記得上第一節課時，亨亨全程請他「食檸檬」，二人非但零溝通，兒子甚至刻意背向他，場面尷尬。「當時我都有問導師，為什麼兒子常用背脊對着我，不願意跟我玩呢？」

協康會特殊幼兒教師暨 PACT 認可導師蘇鎧盈表示，這正正是課堂需要錄影遊戲環節的原因，「我相信，平日家長很少會留意自己的口頭禪，但透過回顧影片，他們就可以從一個第三者的角度聽到自己的說話，並觀察到自己的態度、微表情，是怎樣跟小朋友溝通的。」

不再「治療師上身」 代入孩子思維

於是，在第一節課上，蘇鎧盈便引導黎先生從錄影片段中找尋線索，「當我和黎先生細心回看每一個鏡頭時，他留意到，或許是因為自己經常向亨亨提問，所以困困不想理睬他，更用背脊向着他，爸爸認為，困困是在發出『你很煩』的信息」。

黎先生承認，以前自己是經常「治療師上身」般，因為很想兒子多說話，所以跟他一起玩耍的時候，亦會有很多提問、很多教導，「但原來這樣會令孩子感到很大壓力，困困可能會覺得：『爸爸，我跟你玩唔，點解你要考我顏色、考我數字，又要我講出來。』於是他選擇躲開我，不跟我有眼神接觸。」

看到自身盲點後，他嘗試卸下「治療師」身分，更學習從兒子的角度出發，投入他的遊

戲世界，反而出奇地擦出火花！「導師提醒我，在遊戲中，不要用大人的思維，而是要把自己當成小孩子一樣，去融入小朋友的玩法。誰說車仔一定要從滑梯上面滑下去，不能從滑梯下面爬上去呢？牛也不一定是在農場裏出現，牛可以飛到天上！當我不斷去實踐時，我注意到亨亨眼神的改變，『噢，呢個人好似明白我做緊乜嘢』。自從他對我的信任度提高後，大家的關係就完全不同了。」

描述互動、適時讚賞 增強溝通信心

蘇鎧盈補充，「進入孩子的世界」是親子溝通的不二法門，「當黎先生很努力進入亨亨的世界，很多從前想不通的問題，例如兒子為什麼很難忍受分離，為什麼會出現固執行為等，他便有一個新的角度去理解。當家長明白孩子更多，而小朋友亦知道，自己是

被明白、被理解、被尊重時，他跟父母的合作，包括在學習、做功課、溫習方面，都會表現得更好」。

不過，雖說遊戲的內容和形式應由兒童主導，但父母參與其中，也並非袖手旁觀、無所作為，相反很需要高度集中。蘇鎧盈說：「PACT 鼓勵家長在遊戲過程中，一邊玩，一邊描述大家的一舉一動，這樣既可自然地輸入一些詞彙、短句給小朋友，也可以讓孩子知道，原來我不懂得表達自己在做的事情，家長是可以幫我表達出來的。」另外，適時讚賞也十分重要，她續稱：「只要小朋友發出溝通的信息，無論是語言上或眼神上，甚至乎只是一些聲音，家長都應該表達欣賞，『我聽到你嘅聲音呀』、『嘩，你望我嘅眼睛』。這少少的一句話，對孩子來說，其實是很大的鼓勵，可以增強他們跟別人溝通的信心。」

## 不肯與熟悉親友互動 或有「社交溝通困難」

不少孩子都比較內向、怕生，也不善社交，但如何分辨他們是否有「社交溝通困難」呢？協康會教育心理學家顏璋林指出，假如小朋友只是在特定的環境，才有害羞、不願意跟別人互動的情況，但跟父母或常見面的親友，是可以溝通到、玩到的話，這個其實問題不大，「又或者一般小朋友，當他們的語言能力未發展得很好，但如果他們仍然會落力用身體語言、用『外星話』及用不同的聲音，去跟別人互動，家長都毋須太擔心」。



顏璋林  
(受訪者提供)

往是連家長、熟悉的親友，都未必可以執行到溝通及社交功能，他說：「這類小朋友，不管是否有語言能力，他們不論在任何環境，即使跟父母或很熟悉的人在一起，就算多落力去逗他們玩，都會表現得不願意或不感興趣，沒什麼反應，他們寧願獨自玩。」

自閉症者有重複行爲 情緒波動大

那「社交溝通困難」又與自閉症譜系障礙有什麼不同呢？顏璋林解釋，兩者最重要的分別，在於是否有重複行爲。「自閉症譜系障礙

的其中一個確診條件，是要有重複行爲。以遊戲為例，這類小朋友只喜歡玩自己的東西，而玩的方式，亦很特定，可能只是玩玩具的某一部分，最常見的，是只玩車仔的車輪、只玩巴士的門等。」

在語言運用上，自閉症譜系障礙患者，就算已經有語言能力，都不能夠正常運用，他舉例：「比較活躍的自閉症譜系障礙小朋友，或許經常聽到家長提醒他們『安靜啲』、『唔好郁來郁去』，孩子接收了，卻會在不適當的時候和場合，無端端自己不斷重複說出來。」

此外，自閉症譜系障礙兒童的情緒波動也



### 自閉兒特徵

▲有自閉症譜系障礙的孩子，對於玩具往往有偏執的玩法。(Jatuporn Tansirimas@iStockphoto)

特別大，顏璋林稱，一般小朋友發脾氣，基本上，5至10分鐘是可以慢慢調節到的，但自閉症譜系障礙患者則不同，他們的脾氣很難控制，隨時可僵持30分鐘，甚至1小時。

知多些

## 理大研究： 完成至少9堂 孩子溝通更主動

協康會在2017年從英國引入PACT，是目前本港首個及唯一一個獲英國授權培訓課程導師的機構，至今培訓超過200名認可導師，服務逾350個家庭。

香港理工大學研究發現，在完成至少9節PACT的家庭中，親子雙方

都有明顯改變，包括兒童主動溝通的次數有顯著進步，亦有機會減少重複行爲；家長則更能與兒童同步溝通及互動，而在照顧兒童的主觀感覺上，亦變得更正面。課程全年招生，詳情可瀏覽協康會網頁：[shorturl.at/fsgJV](http://shorturl.at/fsgJV)