

自閉症不再是秘密



撰文：協康會教育心理學家團隊

家長要向人解釋孩子有自閉症的情況，有如自挖瘡疤，恐怕未能得到親友的支持之餘，還會惹來誤解或歧視。究竟家長應如何面對親友呢？

必須清楚自閉症的成因

家長向親友解釋時，首先必須清楚自閉症的成因是與家長疏忽或溺愛無關。自閉症的成因與腦部異常發展有關，故此影響了孩子的溝通能力、思考和行為模式，以及理解別人思想行為的能力。家長可列出大部分自閉症兒童的共同特徵，包括社交困難、頑固、焦慮、溝通困難、專注能力、活躍程度高低、非典型情緒反應、身體協調問題及不同的感官反應等。



留意最新資訊

此外，家長可盡量留意自閉症的最新資訊，例如「執行功能」、「中央統合」

和「心智解讀能力」等概念，一來可以令自己更容易明白子女的成長需要，當遇到親友有興趣了解更多，便可向他們深入解釋。當家長愈清楚自閉症，便愈容易讓親友認識孩子，或許一貫歧視的眼光，會因了解得更多而逐漸消失。家長知識上的裝備，能讓親友感到家長的積極和能力。

用具體形容詞形容孩子表現

另外，當家長形容孩子時，應用具體和正面的形容詞，例如記憶力強（而非「好記唔記」）、專注力弱（而非「心散」）、未能明白別人的要求（而非「不聽話、曳」）、重複相同的動作（而非「佢一定要……」）或跟著拍子點頭（而非「鍾意音樂」）等抽象的形容詞。讓親友們明白，孩子與其他兒童一樣，都是天真無邪的小朋友。



不過，解釋終歸解釋，家長面對孩子「天天新款」的行為時，或許寧願選擇把孩子（甚至自己）帶離敏感場合，減低對親友做成的干擾，但相對也減少了孩子對社會適應的機會。相反，家長可主動誘導親友以合適的方法與孩子相處。例如正面地說「你可以說慢一點」、「孩子對聲音非常敏感，不如我們說話輕聲一點吧」或是「對不起，我可否首先知道行程，給我的孩子有心理準備？」如果親友能做到，已經踏出了成功的一步。

親友的視野需要被拉闊，然而最重要的，是家長須持開放接受的態度，成為親友的榜樣。當家長自己也接受自閉症，還有誰可以說「不接受」呢？