

## 2019-2020年度 有特殊教育需要學生的家長錦囊（適用於停課期間參考）

敬啟者：由於新冠肺炎疫情持續，生活模式或社交互動大受影響，可能會為學生帶來不安或不適應的情況，教育局於是匯集了一些網上資源，製作了一系列的家長錦囊，協助學生應對疫情及為日後復課作出準備，以下資料特別適用於專注力不足過度活躍症及自閉症學生，現臚列如下供家長參考及應用。

## 1. 支援有自閉症的學童適應停課及復課安排之《抗疫小錦囊》

支援策略	相關資源
<p>1. 善用社交敘事/情景解讀故事、情景解讀漫畫和影片示範的材料，解說為何要戴口罩和洗手。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 以情景解讀故事 / 漫畫協助子女了解何謂新型冠狀病毒、採取防疫措施的重要性及如何洗手和戴口罩。</li> <li>- 以小步子為基本原則，透過影片示範來教導子女何時及何地應佩戴口罩、如何正確地佩戴口罩和洗手、如何處理口罩和午膳時的恰當社交禮儀等。</li> </ul> <p>註：</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 對較年幼的子女宜簡要、清晰和具體地解說重點。</li> <li>- 避免太負面或災難化的內容，以免引起子女過度的焦慮情緒。</li> </ul>	<p>1. <a href="#">什麼是新型冠狀病毒</a></p> <p>2. <a href="#">如果我生病了，我可以怎樣做？</a></p> <p>3. <a href="#">如果我的家人生病了，我應該怎樣做？</a></p> <p>4. <a href="#">我可以如何在學校防疫</a></p> <p>5. <a href="#">為什麼我要保持雙手清潔？</a></p> <p>6. <a href="#">為什麼我要戴口罩出街或上學？</a></p> <p>7. <a href="#">停課時我可以做甚麼？</a></p> <p>8. <a href="#">當別人不戴口罩時，我可以怎樣處理？</a></p> <p>9. <a href="#">當我戴口罩感到不舒服時，我可以怎麼辦？</a></p> <p>10. <a href="#">當街上有人不戴口罩時，我可以怎樣處理？</a></p> <p>11. <a href="#">戴口罩六步曲 親子工作紙</a></p> <p>12. <a href="#">脫口罩五步曲 親子工作紙</a></p> <p>13. <a href="#">為甚麼我要被隔離？</a></p> <p>14. <a href="#">醫院管理局：正確佩戴和處理口罩</a></p> <p>15. <a href="#">衛生署衛生防護中心：正確洗手示範</a></p> <p>16. <a href="#">衛生署衛生防護中心：使用酒精搓手液潔手</a></p> <p>17. <a href="#">耀能：社交故事—怎樣戴口罩</a></p> <p>18. <a href="#">我的電子社交故事：為什麼要戴口罩</a></p> <p>19. <a href="#">東華三院：抗疫我最叻—社交故事系列 勤洗手</a></p>

2. 透過角色扮演和遊戲去鞏固學習，提升學習及執行動機	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- 透過遊戲去減低子女抗拒戴口罩的情況，例如玩「點指兵兵戴／除口罩」或玩「老師話」遊戲時加入戴口罩和洗手的相關指令等。</li> <li>- 透過角色扮演去預演學校將會加入的戴口罩或洗手流程，幫助子女練習如何處理可能出現的困難，例如預演當他們戴上口罩後感到不舒服／不安時，可舉手告訴老師。</li> <li>- 面對子女抗拒戴口罩，可嘗試令他們逐漸接受佩戴口罩的不適感。例如初次在家佩戴時，宜只讓他們戴上數分鐘，並與其觀看喜歡的卡通或聆聽歌曲，以分散其注意力；待子女適應後，才慢慢延長戴口罩的時間，並每日進行練習，適時給予獎勵。</li> <li>- 透過角色扮演，教導子女在疫情下與人保持適當的社交距離和打招呼的方法等。</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. <a href="#">協康會：孩子不肯戴口罩怎麼辦？</a></li> <li>2. <a href="#">《至FIT男女》節目重溫：如何令有自閉症的學童戴口罩</a></li> <li>3. <a href="#">防疫主題的桌上遊戲—全民防疫(適合8歲以上學生)</a></li> </ol>
3. 運用預告、視覺支援和提示去增加訓練效能	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- 向子女預告環境的轉變和程序上的調動，例如何時需要佩戴口罩或洗手等，使他們能較平靜地面對改變。</li> <li>- 善用視覺提示（例如洗手流程圖、正確佩戴口罩提示卡）、手勢、動作、金句和歌謠來提示相關防疫措施的原因、重要性和正確的步驟，以促進子女內化相關的知識及技巧。</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 星星孩子洗手歌： <ol style="list-style-type: none"> <li>(i) <a href="#">歌譜</a></li> <li>(ii) <a href="#">歌曲示範</a></li> </ol> </li> <li>2. <a href="#">嘉芙姐姐音樂小教室：我都識戴口罩歌</a></li> <li>3. <a href="#">《抗疫小夥伴》小冊子</a></li> <li>4. <a href="#">《口罩小衛兵》林孜育 Mia</a></li> </ol>
4. 利用情景解讀框架、功能行為分析和處理感官事宜，提升訓練成效	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- 透過情景解讀框架，幫助子女掌握不同社交情境中的非期望行為，可能引致的不良後果，例如拒絕戴口罩、洗手，當眾指摘他人不戴口罩等，藉此引導子女作出別人期望的社交行為，以至如何做才能使別人感到舒服，留下好印象。</li> <li>- 儘量選用物料舒適或低敏的口罩，舒緩子女對口罩的過敏反應，亦可嘗試自行改裝口罩，例如在口罩內加上一張質地柔軟和無香味的紙巾或手巾，並定時更換。家長也可適當調節口罩的橡筋圈的鬆緊度，或考慮把耳掛式口罩的橡筋圈改裝成套頭式的橡筋圈。</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 東華三院：抗疫我最叻 <ol style="list-style-type: none"> <li>(i) <a href="#">社交資源套</a></li> <li>(ii) <a href="#">參考答案</a></li> </ol> </li> <li>2. <a href="#">如何處理感覺反應過敏</a></li> <li>3. <a href="#">深層按摩減口罩致觸覺過敏</a></li> <li>4. <a href="#">小改裝舒緩口罩不適</a></li> </ol>

5. 強化學生情緒調控的能力	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- 部份子女在疫情下或會感到焦慮，家長可運用繪本教導子女認識及如何恰當地表達自己的情緒，並協助子女掌握有效的方法去調控情緒。</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. <a href="#">抗疫時的心情日記</a></li> <li>2. <a href="#">香港教育大學：抗疫同行</a></li> <li>3. <a href="#">衛生署兒童體能智力測驗服務：身心抗疫小勇士(親子活動篇)</a></li> </ol>
6. 以自然介入及增強法 / 獎勵來增加相關行為的出現率及促進內化過程	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- 以代幣制形式推行獎勵計劃，加強子女表現出目標行為的動機，如飯前洗手、午膳時專注進食及不交談、飯後洗手及戴回口罩等。</li> <li>- 於自然的情況下安排及引導子女練習目標行為，並讓子女於成功做到行為後得到自然的回饋，例如如何安全地除下弄污的口罩及放入專門收集口罩的垃圾筒，完成後獲得《衛生戰士》能量貼。</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. <a href="#">抗疫獎勵計劃</a></li> </ol>

2. **AD/HD 之家長錦囊 — 停課篇：網上功課好頭痛**

<https://www.parent.edu.hk/article/ad-hd%E4%B9%8B%E5%AE%B6%E9%95%B7%E9%8C%A6%E5%9B%8A-%E5%81%9C%E8%AA%B2%E7%AF%87-%E7%B6%B2%E4%B8%8A%E5%8A%9F%E8%AA%B2%E5%A5%BD%E9%A0%AD%E7%97%9B>

3. **AD/HD 之家長錦囊 — 停課篇：生活作息亂晒籠**

<https://www.parent.edu.hk/article/ad-hd%E4%B9%8B%E5%AE%B6%E9%95%B7%E9%8C%A6%E5%9B%8A-%E5%81%9C%E8%AA%B2%E7%AF%87-%E7%94%9F%E6%B4%BB%E4%BD%9C%E6%81%AF%E4%BA%82%E5%93%82%E7%B1%A0>

4. **AD/HD 之家長錦囊 — 停課篇：呆在家中無得放電**

<https://www.parent.edu.hk/article/ad-hd%E4%B9%8B%E5%AE%B6%E9%95%B7%E9%8C%A6%E5%9B%8A-%E5%81%9C%E8%AA%B2%E7%AF%87-%E5%91%86%E5%9C%A8%E5%AE%B6%E4%B8%AD%E7%84%A1%E5%BE%97%E6%94%BE%E9%9B%BB>

此致  
貴家長

聖公會馬鞍山主風小學校長  
劉凱芝 謹啟

二零二零年三月十六日