

## 小組活動特色

### 1. 運用想法解讀(mind reading)，循序漸進，由淺入深

要協助自閉症青少年融入主流學校的生活，首先要了解他們的困難所在。大部分自閉症青少年難於分辨別人的面部表情及情緒表現，障礙了他們的社交發展，所以我們為他們舉辦了三個不同層次、循序漸進的小組，以提升他們在這方面的認知能力及社交技巧：

小組運用了「想法解讀」的方法：

- 1) 先認識4種基本情緒---開心、憤怒、不開心、害怕，先弄清表情與情緒的關係，然後協助自閉症青少年理解自己或別人的情緒表現。
- 2) 學習從不同的角度去看待一件事情，當自閉症青少年明白到同一件事情可以有不同的想法或行為出現時，就可提升他們了解別人想法的能力，有助改善社交關係。
- 3) 透過假想活動，將日常生活可能發生的情境預演，當日後發生同樣情境時，就有足夠的心理準備和技巧去處理。

#### 認知發展

##### EQ 全接觸

- 認識（開心、害怕、不開心及憤怒）的表情
- 認識四種情緒所引發的行為

#### 情緒處理

##### 處理方法多面睇

- 認識每種情緒有不同程度的表現
- 分析不同程度表現所產生的行為及後果
- 學習多種不同的處理方法

#### 社交成長

##### 誰是好同學

- 認識正面或負面行為對個人形象(好/壞同學)的影響
- 學習與人相處的技巧，促進自閉症青少年在人際關係的發展

### 2. 運用視覺策略

一般自閉症青少年的專注力較弱，影響訊息的接收及表達。

自閉症青少年強於圖像記憶及視覺空間，小組運用視覺策略，使內容更形象化及具體化，以「處理方法多面睇」為例，工作人員以簡單易明的句子咭，清楚列出課堂的要點，令青少年更易掌握課堂的內容。此外，自閉症青少年缺乏想像力，工作人員運用圖咭，例如「EQ 全接觸」的情境圖咭（詳見「此情此境」活動），幫助他們理解不同的情境，工作人員更攝錄了參加者進行角色扮演的片段，在小組內播放及討論，令活動更為有趣、生動。

### 3. 社交故事 (Social Story)

小組活動的設計，例如情境學習，採用了「社交故事」的理念及技巧，以自閉症青少年的角度出發，用正面及簡易的詞彙描述校園生活的某些情境，將一般人習以為常的社交行為重新解釋，讓參加者逐步理解，學習恰當的社交行為及處理情緒的方法。

此外，小組的筆記也嘗試採用社交故事的模式，例如：

#### 故事名稱：當我不開心的時候

哭可以即時抒發我不開心的情緒，但有時我也想告訴別人，有關我的不開心。

我可以在哭完之後，用冷靜和溫和的語氣，找一個當時願意聽我傾訴的人，那個人可以是朋友、老師、姑娘或家人。

我可以向他傾訴不開心的事，甚至向他請教解決方法。

故事以簡短為主，從第一身的角度撰述，以描述的句子為多，指示的句子則較少，及盡量用正面的詞語，鼓勵參加者學習正面的行為。

### 4. 角色扮演

經驗學習法是教導自閉症青少年的有效方法，而角色扮演更能補足生活經驗的不足。三個小組中都會運用角色扮演的的方法，引導參加者從別人或自己的角度去理解事情，並且豐富他們處理問題的經驗。

