

自閉症覺醒：若能重新來過，我會...

以則媽媽



二年半前，當我得知兒子得了自閉症，我只是茫然。上網找資料、看書和醫生談，都得到相同的一個結果：這是一個不治之症。

然而，也沒人可以告訴我，參加早療課最終的目標是將孩子帶到哪個成長方向？

只知道自閉症是一個會讓孩子孤獨一生的病；我難過無助，不知又能多想什麼，只能麻木又無頭緒地帶著孩子，參加一個又一個的治療課。

倒底還能為他做什麼呢？老實說，我真的不知道。直到參加了瑾心老師的 ABA 行為分析、及進階課程設計的空中教學後，這一切才得到改變；我感謝老天爺讓我遇見了她，為我的孩子帶來了一線甦醒的曙光。

參加了瑾心老師在第一社福中心，所辦的遠距離 ABA 行為分析初階課，我開始明白如何去讀懂孩子問題行為的溝通動機，並懂得如何去處理孩子的問題行為，還明白了自閉兒

的問題癥結所在，更明白該怎麼去選治療師來為自己的孩子上課。

再繼續上了瑾心老師的空中教學進階課，我開始學到了每個遊戲的背後真正要教孩子的是什麼；也懂得怎麼調整教學材料來引導孩子進入學習狀況。最重要的是，她讓我們看到一個範例~她的兒子，康康。瑾心讓我們明白，只要我們做父母的盡心改變自己的慣性反應，孩子是可以擺脫自閉症這個框架的。這是一個有實體見証的希望，我不再是盲目追隨看不到結果的奮鬥目標。

有一名孩子和我的兒子同班，那孩子在課堂上有很多的問題行為，學校老師和那孩子的媽媽都用心理學角度去解釋他的行為，卻無具體改變孩子問題行為的方針和作法。同在第一社福中心上課的時候，這位媽媽和我一樣也知道有瑾心老師的課可以上，但她選擇不去上；因為瑾心老師要求父母要做功課繳作業，而這位媽媽竟然說她沒時間。我不禁在想，很多人不了解瑾心老師要我們做功課的用意，她也可以像別的講師一樣，講完就算了。但是她明白，若家長沒有實際操作過所學的，是無法捉到行為介入的重點，也學不

會 ABC 的分析和替代，所以瑾心老師耐心地帶領著我們這群笨手笨腳的父母前進。感謝這樣的教學，讓我們被初步地裝備起來，面臨到孩子的問題行為，不再只是頭痛，而不知如何處理。我同情那位以則的同學，他可能無法得到相同的幫忙；雖然我鼓勵這位媽媽該多吸收這樣的課程知識，但是若遇到像瑾心姐一樣的老師，想真正被她裝備起來是不容易的，畢竟大部分的人自我挑戰的決心沒有那麼強。

令我感觸很深的另一次經歷，是當我去附近各家公立特教班做拜訪時，我發現不管是發展中心或公立特教班的特教老師，在台灣的特教系統教育下並不真的了解自閉症，也幫不了我們的孩子；他們仍是深信這是一個不能治療的病，有些甚至更誇張地要我順著自閉症的天性走，讓他們安全地躲在自閉症的世界嗎??? 若我們的自閉症孩子只靠著他們教，那他們這輩子絕對沒有走出自閉症框架的機會。

瑾心姐的呼籲和這些特教老師的態度讓我深刻地明白，我們作父母的，才是我們自閉症孩子最佳的治療師。只有我們認識自己的孩子；只有我們願花全部的心力，為他們量身訂

作適合孩子認知方式的教學計劃！

謝謝瑾心姐在進階課中教我們怎麼設計 ABA 課程，讓我們這些在台灣得不到最好的 ABA 課程設計指導的父母們，能有機會帶著我們的自閉兒一步一步地進步！

唯一遺憾的是，没能早些上到這樣的課。若能夠再重來一次，我一定會好好地幫孩子規劃他的學習課程，能夠一步一步地按照他現有的程度，幫他設計他所應學的項目，幫他打好認知的基礎。現他 4 歲了，在上了瑾心老師課之後的 4 個月來，我才幫助兒子補上了 18 個月大正常孩子應有的認知。想想過去這三年自己倒底在做什麼呢？但是，現在的覺醒至少給了我信心，讓我看到孩子是在進步，看到他的可塑性。若能早二年就上了瑾心老師的課，我就可以做孩子最忠實的治療師，相信孩子一定可以比現在進步更多。

如果重新來過，若我有現在已被裝備的知識，我會進行以下的步驟：

1. 小心選擇以則的個別課老師和課程的內容；並仔細觀

察上課的效果，要觀察到到底教學是否適合以則的學習方式，個別課老師是否能捉到以則的學習方式。

2. 要觀察到鄰居的同齡孩子在玩什麼？再教以則去學著玩，讓他可以在社區中，跟鄰居 2~3 人的小朋友有自然的接觸和融合。
3. 我幫以則設計個人的教學目標，首先要從以則每天接觸的環境教起。譬如，以不同的房間功能為一個單元，設計標示的認知目標；並依就孩子的性向來選擇教學的教材。像以則喜歡動手自己操作，我就運用數字的軟性磁鐵，將它們自板子拆下後，讓以則一個一個的裝回去時，我一次只給他 1 個數字，且每次都唸給他聽那數字的唸法，並由 0~9 的順序給他，雖然主要目標是訓練手指的靈敏度，在運用這方法的過程中，他也無形的習得數字的會意。用相同的方式，他習得了顏色和數字；所以我發現，有時可以把下一階段要教的東西，偷偷藏在現階段教學的觀念中。
4. 我會努力訓練他的服從行為。瑾心老師教導的行為介入黃金三原則；過來！坐(站)好！看我！要完全融入生活中，時刻不能忘。

5. 每次預備帶以則去什麼地方或國家，都應該事先就他眼睛有機會能看到的有特色之物，有系統的在網路上搜尋作教材，並先教他標示的認知，這樣他到了旅遊的現場時，就可以更有興趣地做視覺掃描，自然的學習類化，也使他的旅遊變得更有樂趣、更有意義。
6. 我深信 ABA 的行為介入教學，是可以將以則帶出自閉症的世界。所以我要更努力去上相關的課程，和吸收相關知識。
7. 以則三歲半前，是沒去日托班上學的。每週我只是帶他去上個別治療課；若能重來一次，我會安排好以則每天的學習課程和教材，早上桌上教學，下午帶他到戶外走走，並做環境認識，晚上睡前讓一些運動訓練，如接球等。
8. 最重要的是，我會更努力去認識我的孩子。像現在我都還不知道自己的孩子最怕被剝奪什麼？所以負面增強作用施行起來的效果都不夠好，問題行為常都無法做到最佳控制。

若時間能重來一次，我想我可以做出很不一樣的結果，相

信以則也會有很不一樣的進步。因為我現在才開始慢慢了解到，我的兒子有多愛學習、多肯學習。原來他不肯學時，是因為他無法理解我的教法！我也發現到，他多願意聽我的話，常常都是我自己將他弄迷糊了！不是他不聽話。

我多希望自己能早點上到瑾心老師的課，讓我能早些認識兒子在想些什麼；用他的角度看世界，讓他沒有那麼多的溝通挫折。當我發現，是我的溺愛和無知的同情造成他的問題行為時，我真懊惱自己造成他的學習困惑，是我錯誤的愛的縱容阻撓了他對人際的認知...。若時間能重來多好，也許我就有機會改變自己以幫助兒子突破自閉症。是的，我有許多的自責；但是重新開始的認真行動，勝於執迷不悟的盲和忙。我是孩子一生的行為治療師，我不要辜負以則願意學習的心；現在能做的，就是紮實的協助他追趕成長的里程碑，更願為母的心一生無悔！

