

在孕期中歷經了無數次的免疫抑制療程後，我的孩子終於平安健康的來到這個世界上。第一次當媽媽的我，看見孩子如願的平安，興奮之餘，把以前學生時期的兒童發展學、和參考美國兒科醫學會編制的新生兒父母手冊搬了出來，每天都會對照現在的月齡應要注意的事項、父母該做什麼、以及孩子通常應有怎樣的發展狀況。漸漸地，我發現孩子該有的語言發展完全無法照著書上描述的那樣進行，而且眼神與大人的接觸是時有時無，也不像一般的孩子總是愛被逗笑。

我的孩子雖和我日夜相處在一起，但卻像是兩條平行線般難有交集。從大約3、4個月開始，這個問號一直存在我的心裡，但是我先生卻一直說我是杞人憂天，一直到小孩一歲大時，我第一次帶著他去心智科做全面性的發展評估，當時我把「自閉症」這個可能性提出來，但是醫生說孩子太小，他不能確定，此後的每半年我都會再帶孩子去求診，因為我的疑惑已經越來越深。直等到兒子兩歲時，乾脆換到台大醫院求診，當時我兒子才一走進診間在椅子上坐下，大約不到五秒鐘的時間，醫生就很肯定的告訴我：「孩子很好、絕對不

是自閉症、不要想太多」，並且要我三個月後再回診追蹤即可，三個月後的回診時，孩子已兩歲半，醫生看到我兒子還是老話一句：「不是自閉症」，但是我帶去的評估單忘了拿給護士，因此醫生請我們先等一等，等他再開門回來時，剛好看見孩子正在啃咬玩具，又馬上改口說：「應該沒錯，就是自閉症了」，雖然被醫生這樣宣判，但是我已經早有心理準備，只是未來的路該怎麼走，我仍是一片茫然。

從孩子大約一歲半到近三歲之前，我幾乎是經常性的失眠，每天都在想著，到底哪一天他才會開口說話？到底該如何引導他學習？到底是不是自閉症？

但是，從一歲九個月開始，我帶著兒子接觸語言治療起，並沒有任何一位老師可以給我答案，甚至有兩位語言治療師直接宣判我兒子是「語言失用症」。當時我的作法，是在家裡附近的醫院、及台大醫院幾乎排著滿滿的語言治療課與職能課，回家後我就和先生照著老師的方法跟孩子互動；接著又有特教老師建議我把孩子送入發展中心的日托班就讀。所以，那時我每天都去發展中心了解孩子當日的學習狀況；漸漸的

發現，與兒子同班的孩子，雖早已在日托班就讀約一年多，卻仍包著尿布、仍無口語、或只會鸚鵡仿說...；我的心裡存著一個很深的疑問，總是在失眠的夜晚裡盤旋不散。

這其間，我曾接觸過昂貴的 ABA 個別課、還有退休的特教老師自稱外號是「大師」，光是看我兒子跑來跑去，就說他即使經過訓練也還是低功能，要我得有心理準備；他又建議我其它的改善方式，卻是一堆民間偏方和昂貴的排毒療程、還有讓我永遠不知道現在在教什麼的語言老師...。還曾去日間病房住過一天，看到像是在訓練小狗一般的「團體 ABA 教學」；當然也有真心相助又同是自閉症家長的特教老師，無酬地當我的顧問，只希望能幫上一些忙，像這樣的人少之又少，我緬懷此情，向您表達衷心的感謝。

在孩子確診為自閉症至今近一年，花了許多的冤枉錢，也走了許多的冤枉路。某天我在博客來網路書店看到瑾心老師的書，很好奇的訂了兩本，一看之下，真是對此人佩服不已；但問遍了我的治療師，和當時朋友所介紹的特教學校督導老師，都說沒有聽過這位作者。而且，特教老師還以專業之姿

告訴我一句重點：「ABA 在台灣根本就不適合拿來作為教學項目」。因此，我把看了一半的書，就冰存在抽屜裡任憑長滿灰塵；因為我告訴自己，我的兒子應該不需要用這麼麻煩的方法去學習，我怎麼會相信一本作者在美國，卻寫給中文自閉兒教育的書呢？而不相信近在台灣、那麼資深又有名氣的特教老師和台大的治療師呢？然而「真金不怕火煉」，這句話是千古不變的道理，漸漸的會發現所謂的專業人員，卻無法不斷的給我更多的建議，我的課程也好像上來上去都是差不多的項目。

自閉症的孩子倒底需要的是什麼？已經用了所謂的專業人員的方法，孩子仍然就是沒有聲音，我此時很茫然，也很挫折，因為沒有人能「明確的」教我或告訴我。

這時，我再度把冰存在抽屜裡的兩本書「生命的裝備」和「生命的執著」拿出來讀，也上網查看瑾心姊以及蔡傑爸的網站，才知道寶藏是在這裡。沒想到很幸運的，2013 年夏天在網路上得知花媽的書店即將舉辦瑾心老師的演講，我就像是追星族一般的連續聽了 7、8 月兩場，也在演講結束後鼓起勇氣

問瑾心姊，我照著書上說的教孩子仿母音，為何仍沒有任何改善呢？一問之下才知道，原來書上因為篇幅有限，許多的細節及實際做法其實並沒有辦法一一的詳述，因此我照著瑾心老師的建議，以及兩場演講中提到 2~3 歲孩子該教的事，回家後立刻實行。在這實習的 1、2 個月內，我經常無視旁人的眼光，在各個公共場所處理過他的大小便，經過一個夏天，終於教會了孩子自行如廁，以及完全把尿布戒掉，也記錄孩子每天的平時發音，並且用誇張又生動的嘴型教他仿聲；孩子的聲音終於就像一顆一顆從蚌殼裡辛苦挖掘出來的珍珠，我小心翼翼的收藏在寶盒裡，聽到孩子開口說話的聲音，那種無法言喻的感動，至今仍深深烙印在我的心裡。

兒子大約 2 歲 11 個月大時，在捷運列車上，我總是會把生活照放在手機裡，跟孩子一邊解釋一邊欣賞；這一天，孩子突然能跟著我把一個一個的語詞仿說出來。過了幾天，他開始會說 4~5 個字的短句（我要吃餅乾、我要吃麵包）。在這最令人振奮的時段，我卻發現孩子剛萌芽的語言，卻因為白天去上了發展中心的課，下午接回家時，原本會說的竟然說不出來...！原來，是因為老師沒有辦法像我這樣和孩子一對

一、一個字一個字的，非常非常緩慢的、等待他開口說出來，因此孩子的認知學習混亂了。於是，我隔天就辦妥在發展中心的離院手續，把小孩帶回家。

為了能讓孩子有一般的同儕的模仿學習與融合，我每天早上送他去家裡附近的小型幼兒園兩個小時；一直到我上了瑾心老師的初階班課程，才瞭解到我的療育安排十分不妥。原因是，不該在孩子的社交能力未建立之前就貿然送去幼兒園，另一方面又花太多時間在跑早療的課程；還有我們的家庭教育觀念也有很大的錯誤，但卻渾然不自知。例如，我的孩子偶爾會有一邊嘻笑、一邊漫無目的奔跑的情形，很多自稱是專業的特教老師，都告訴我這是因為孩子的認知能力不足，他無法理解自己在當下的情境裡該做什麼；或是他坐太久累了、餓了，所以他混亂奔跑，我們應該耐心的等待他自我整理、不要輕易出手阻止他……等等。在認識正確的 ABA 行為介入之前，我一直以為這是自閉症的“正常”行為，而在心中感嘆命運無奈的安排，竟讓我的兒子成了這樣的瘋子，直到上了瑾心老師的課之後，才知道我的兒子非但不是瘋子，他對當下的情境還清楚得不得了；因為他知道自己只要這麼

一嘻笑奔跑，老師就會為他停下眼前的課程，因此他竟成了操縱局面的贏家。如果沒有認識瑾心老師，我想我們應該永遠都在錯誤的觀念中以為是愛孩子。

這段時間，上了瑾心老師的課，得到幾個重點觀念：

1. 教學的效力必須是能夠「一生致用」。
 2. 父母才是最好的治療師。因為沒有任何一位治療師能夠為我們的孩子「量身訂做」；這一點，我覺得眼前的感受就很深，因為按照瑾心老師的教材替孩子做評估時，我能夠隨時從我的檔案中查出我兒子認識了幾隻動物、幾個人名、能標示幾個動作、近幾日有什麼問題行為；並且能夠積極主動的在每天、每個星期、每個月去調整教學的計劃，每天晚上和先生討論孩子的問題行為和學習狀況。雖然我們都沒有行為治療師的背景，但這一切的心力，絕對不是我花錢就能請人代勞的。
 3. 唯有父母先覺醒，才能喚醒孩子的自閉症；唯有父母認真裝備自己，對孩子而言，才是久病良醫、最專業的治療師。
 4. 不要讓自己當一隻無助的待宰肥羊(這是我個人的看法)。
- 在很多自閉症研習的場合中，我們會接觸到其他家長，聽過

有人花了 50 萬台幣去做舌頭的中醫治療、也有人花了很多錢去做檢驗和排毒療程；但是，再細問孩子的現況，他們會告訴我，到了小學狀況仍不好，甚至仍無口語，或是情緒問題嚴重到需要服藥控制。就我個人而言，我不曾主動去找過這些療程，但是卻有這樣門路的「專業人士」找過我。在剛身處自閉症的徬徨無助時期，我的確不只一次在心裏有過想去試試看的想法，幸好我有一個很理性的先生，總是能說服我，不要掉入家難財的陷阱裡。

在上過瑾心老師的課程後，我把醫院的治療課停掉、也不再去幼兒園，把交通往返的時間節省下來，改為每天在家自己教學。最初是先從 18~30 個月的成長目標和 DTT 開始，就按照幼兒園的時間表，讓孩子起床、梳洗、用餐，如果孩子挑食或是耍賴，我會讓他選擇要把早餐吃完、或是立刻到桌上等媽媽，然後開始學習；每到了中午要煮飯時，以前的我總是把孩子保護得很好，深怕他進廚房會被熱油噴到、被水燙到；現在則是改成允許孩子和我一起挑菜、洗米。我的兒子因此從一個對米粒、豆粒有強烈觸覺敏感、不敢碰沙子的小孩，變成很喜歡主動幫忙洗米、挑菜，也喜歡到沙灘玩沙，

還會不時就看看我的菜煮好了沒有、探頭觀察烤箱的食物烤得如何了，反而成為了一項鼓勵好行為重覆的自然增強物。為了「關心」我煮飯的進度，他的主動要求行為也增加了。下午的午睡後，就是點心時間和生活教學時間，我經常帶他去商店買東西，趁機可以教他分辨商店的特徵、賣那些東西、有什麼人，遇到人該如何打招呼，或是指定物品請孩子去幫我找出來… 等等，有太多的 ABA 生活化教學的機會。或是到公園、圖書館、攤販，都在不同的環境裡找到不同的隨機教學功能。他現在也會幫忙一些簡單的家事，像是將衣服收到指定的地點、將衣物分類、擦桌子、餵狗。到了晚上先生下班回到家後，他的任務就是陪兒子玩男生的玩具和職能訓練。

以前孩子走路時，動不動就跌倒；在執行瑾心老師 ABA 黃金三原則的訓練時，連站都站不好，或是搖來晃去，我們總是很生氣，但是仔細觀察之下，才知道孩子的左右腳施力非常不均，右腳明顯無力，當然站不好；我們立即量身定作介入的教學目標，針對他的平衡感，慢慢加強練習右腳之後，走路和站立也有改善。

我執行在家教學的情形，一開始是經常碰到突發狀況。例如，以往我們一下樓，就是要到地下室騎摩托車或開車出門；現在改成一下樓就是到一樓，因為我們不去上治療課了，而是要走路、或是坐社區巴士出門去買菜、或去公園。我的兒子只要一看到電梯門打開的一剎那，就哭得呼天搶地，整個人趴在地上，接著就有一群鄰居太太們嘴上議論紛紛，再對我們行「加級式」的注目禮，直到我們走出社區大門。這樣的情況大概持續了兩個月，期間也曾經忍不住動怒打罵過小孩，之前從瑾心老師那學的負增強完全被拋在腦後，但是這樣下去並不是長久之計，於是想到孩子是很喜歡坐社區巴士或是到社區的遊戲區玩，因此一旦他又爆炸，我就立刻把他「遣返」，然後鞋襪一脫就「立刻」到桌上教學，而且是學他最不愿意做的項目，這樣還不是一次就能見效，大概經歷了幾次，情緒爆炸的狀況開始一次比一次好，到現在幾乎沒有再爆炸了。『註：負增強作用的操作，行為所產生的功能，是為了要「終止/逃避」眼前所不喜悅的環境或事件，與身體的處罰是完全不同的觀念。（請詳閱瑾心著「生命的裝備」第6章, pp154-160)』。

此外，我的孩子會走路走到一半就開始脫鞋子、在捷運站走路故意東倒西歪、出門穿衣穿鞋總是愛放空、拖拖拉拉、沒有睡飽就情緒大爆炸等問題行為，都是這幾個月努力解決的行為目標。在這幾個月內，我和小 Q 的爸積極地在做腦力激盪，雖然還是沒有辦法馬上做出最好的負增強作用，但是瑾心老師教我們的增強作用原則，是立即性的讓孩子經歷「因果關係」的連結，以及教孩子如何正確地在這光景中抒發自己的情緒。

另外，要使孩子進入桌上教學的教導部分，你我能想像叫一個三歲的毛小孩能願意乖乖配合、坐在椅子上學習，真的是談何容易呢？尤其我兒子幾乎是每天在當「小飛俠」。

這過程中，母子間也經歷過一番的磨合掙扎，甚至很多人勸我不需要在桌上進行教學，他們認為這樣對孩子太嚴厲，會破壞了親子彼此的感情。但是，這幾個月按照瑾心老師的教導，有了切實的執行心得和量身定作的調整之後，我和小 Q 爸反而覺得桌上教學對我兒子而言是非常必要的，而且也很適合他。只要我們願意謙卑地觀察孩子的行為動機，以修正

我們介入的方法和進行的時間；最初因為我是個急性子，學了一個方法後，總是想要以最快的速度立刻去進行，因此忽略了瑾心老師百般叮嚀的黃金三原則的重要基礎性，所以有一段時間，我又必須要將教學專一的訓練孩子的「聽從」，一直到現在還是不斷的在要求：學習的前提是在聽從行為成立之下才能進行。接著，我慢慢的發現對於小Q而言，他最害怕的事情竟然是「無聊」，只要在不會無聊的前提下，我的兒子寧可選擇「自動」坐到椅子上和我一起學習，只是每一次學習和休息的時間，父母必須要掌控孩子的學習注意力，能達到學校環境的要求，這才是收到「類化」的成效。

除了解決問題行為和追趕一般孩子的發展能力外，人際關係對於我們的孩子也十分重要。瑾心老師也提醒過我們要從身邊的鄰居開始，父母自己必須學著去當一個熱情並且願意與鄰居、朋友交流的人；這對我而言，此項的自我突破比要我念書、寫作業、操練正負增強都困難得許多。因為我本身也不善與人交際，甚至是嫁入夫家快八年了，只去過夫家兩三次，對於公婆、甚至在孩子出生時，為了不讓小孩被婆婆帶到南部照顧，而和他們徹底撕破臉。關係如此惡劣之下，如

今卻要因為孩子的自閉症而必須強迫彼此真心接受，甚至成為熱絡的一家人，在以前這對我而言是萬萬不可能，但是我想如果這一步都走不出去，我孩子的世界裡只有父母，真的要成為永遠的自閉兒了！因此我開始變成「裝熟魔人」，只要一看到鄰居，就馬上跟對方打招呼，然後介紹這個人該怎麼稱呼，無論對方有沒有理我；逢年過節時，我也會帶著兒子回去夫家，並且教孩子跟爺爺、奶奶、老家的親戚鄰居們問好；孩子的姑姑只要一回台灣，也很願意帶著小姪女和我們一起出遊。是的，家中有孩子是自閉症，對長輩們都是非常傷心的事，但是他們很明理，也願意配合和尊重我們教孩子的方法，雖然爺爺奶奶都不懂 ABA，但是對孫子的黃金三原則就是「不干涉父母管教孩子」、「不給零食點心」、「不哄孩子」。

如果能夠重來一次，我寧可積極的認識自閉症、面對自閉症、挑戰自閉症；也不願意花時間等待再等待，只盼望能得到醫生給我不同的答案，也不要把孩子能進步的期望放在別人的身上，以為千里迢迢去大醫院找治療師，就能解決孩子的問題。有一位一起上瑾心老師 ABA 課的家長，很語重心長的告

訴我，當年他也是在盲目的摸索中學習，但是有一天，當他終於了解自閉症，也學會了方法時，回頭一看才發現，孩子已經長大了，這是生命的歷練和代價，我會深深的放在心裡。

雖然這幾個月裡，我向瑾心老師只學會了 ABA 和 VB 的一點皮毛，但對我的家庭而言，真是受用無窮。在未來的日子裡，我堅信的是，只要父母對孩子永不放棄的心，和認真學習行為分析的介入、願改變自己面對盲點的覺醒，孩子的成長之路必能看見曙光，他必能獨立的活出自己生命的意義。