



家庭训练计划

智翔儿童发展中心

二零一七年

目录

一、 学生基本情况.....	1
二、 学生能力分析.....	1
三、 训练目标总览.....	1
四、 训练计划.....	10
五、 方案实施.....	23
(一) 组织与实施家庭训练.....	23
1. 家庭训练应掌握的原则.....	23
2. 创设适宜的家庭训练环境。.....	23
(二) 具体的组织方法.....	24
(三) 训练内容及方法.....	25
&注意力的改善.....	25
1. 模仿能力训练.....	26
2. 粗大动作训练.....	27
3. 精细动作训练.....	28
4. 生活自理能力训练.....	28
5. 认知训练.....	30
6. 语言训练.....	31
7. 社会交往技能训练.....	32
8. 改善儿童感知觉异常.....	33
9. 行为干预.....	33
六、 家庭训练注意事项.....	34
(一) 家庭训练资源设计.....	34
(二) 家庭训练原则.....	35
(三) 家庭训练注意事项.....	38
(四) 家庭训练中存在的误区.....	40
七、 情绪控制及行为矫正.....	41
(一) 情绪问题背后的原因.....	41
(二) 情绪处理的策略.....	42
(三) 情绪处理的方法.....	43
八、 理论与方法支持.....	45
(一) 行为矫正原则.....	45
(二) 方法理论总览.....	45
(三) 具体方法及实施.....	46
附：语言发展训练.....	52

一、学生基本情况

学生的相关信息是制定其个别化训练计划以及在训练过程中可利用的重要参考依据，详情可参考儿童相关信息表（附表 1）。

二、学生能力分析

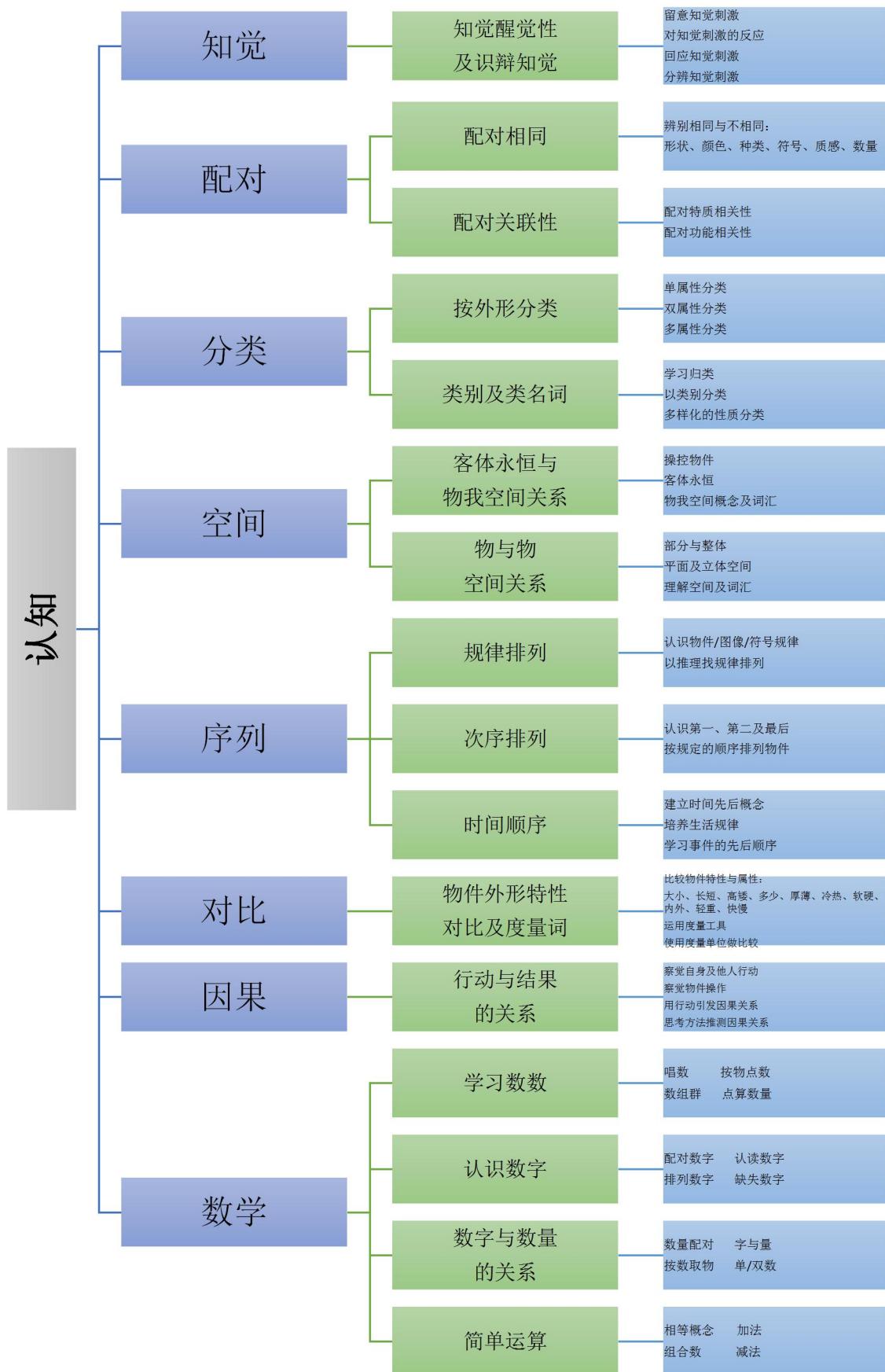
项目	情况/结果摘要
学生基本资料	
家庭资料	
粗大运动能力 (优势、弱势)	
精细动作能力 (优势、弱势)	
感官知觉能力 (优势、弱势)	
认 知 能 力 (优势、弱势)	
语 言 交 往 能 力 (优势、弱势)	
社 会 技 能 (优势、弱势)	
生 活 自 理 能 力 (优势、弱势)	
学 习 优 势、 弱 势 概 述	
未 来 发 展 潜 能	
障 碍 影 响	

三、训练目标总览

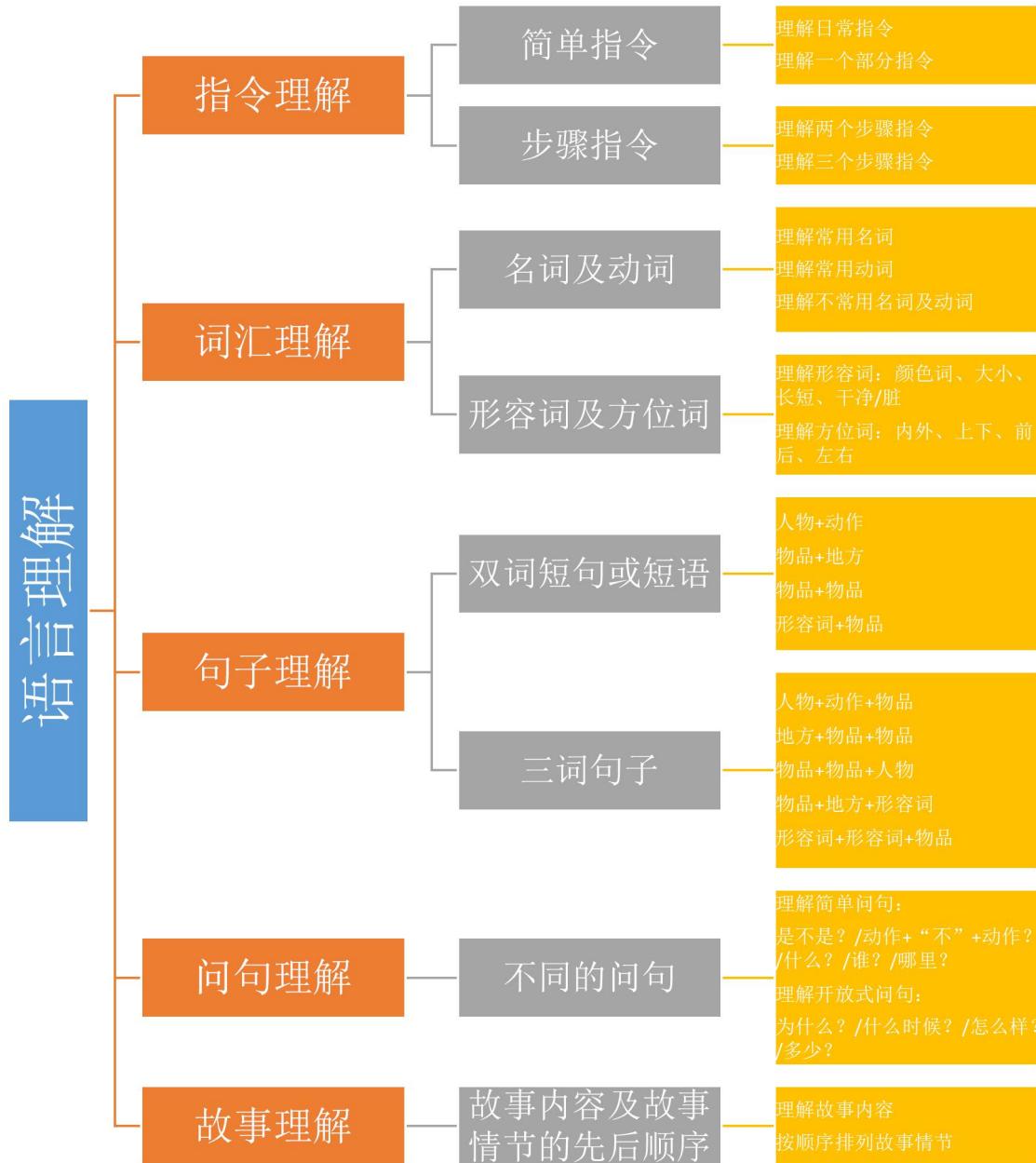
个别化训练总体分为七大板块：认知、语言理解及语言表达、小肌肉及大肌肉、情感表达及社会交往、生活自理

注：本版块目标总览具体参考香港协康会相关资料

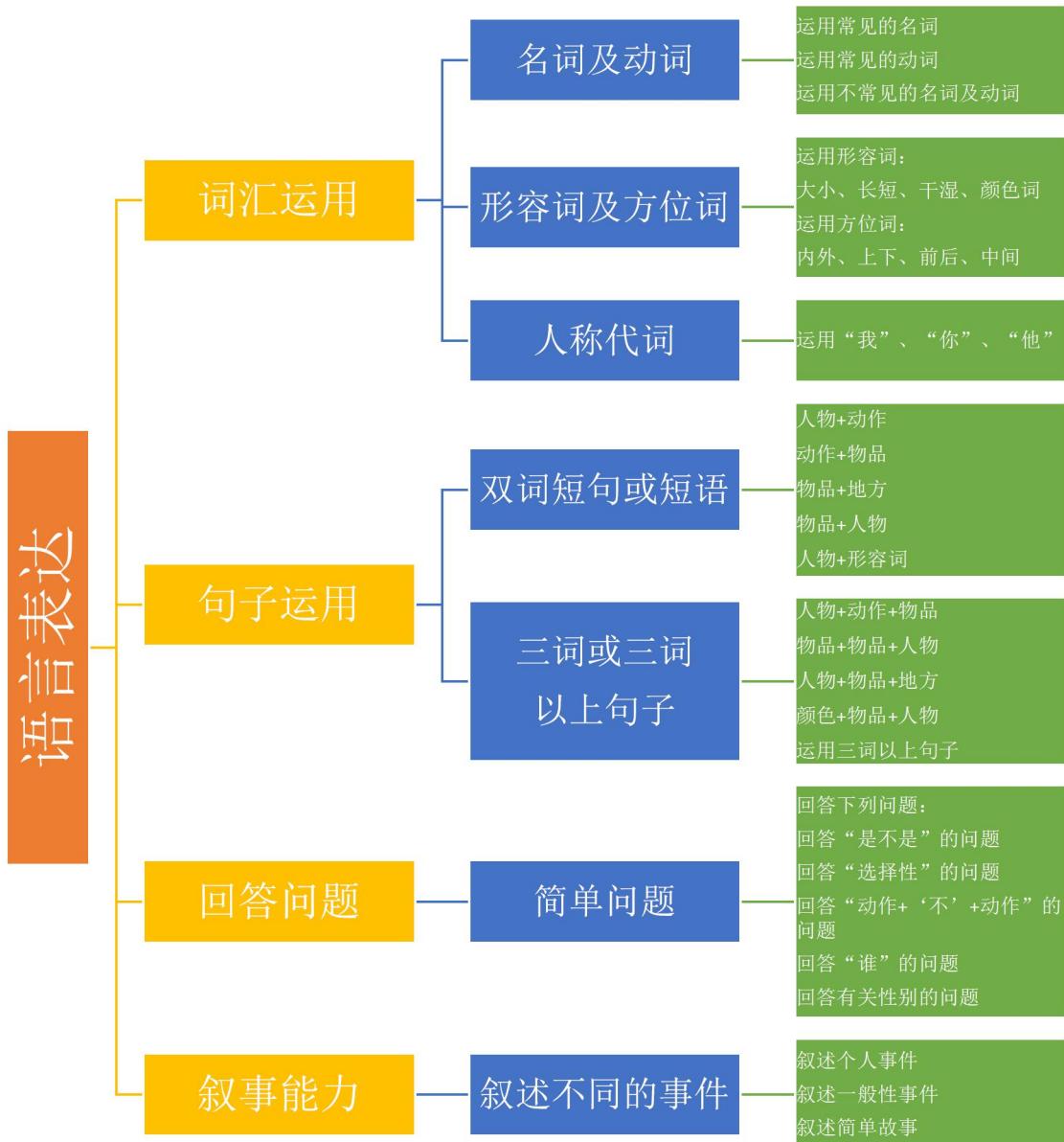
(一) 认知



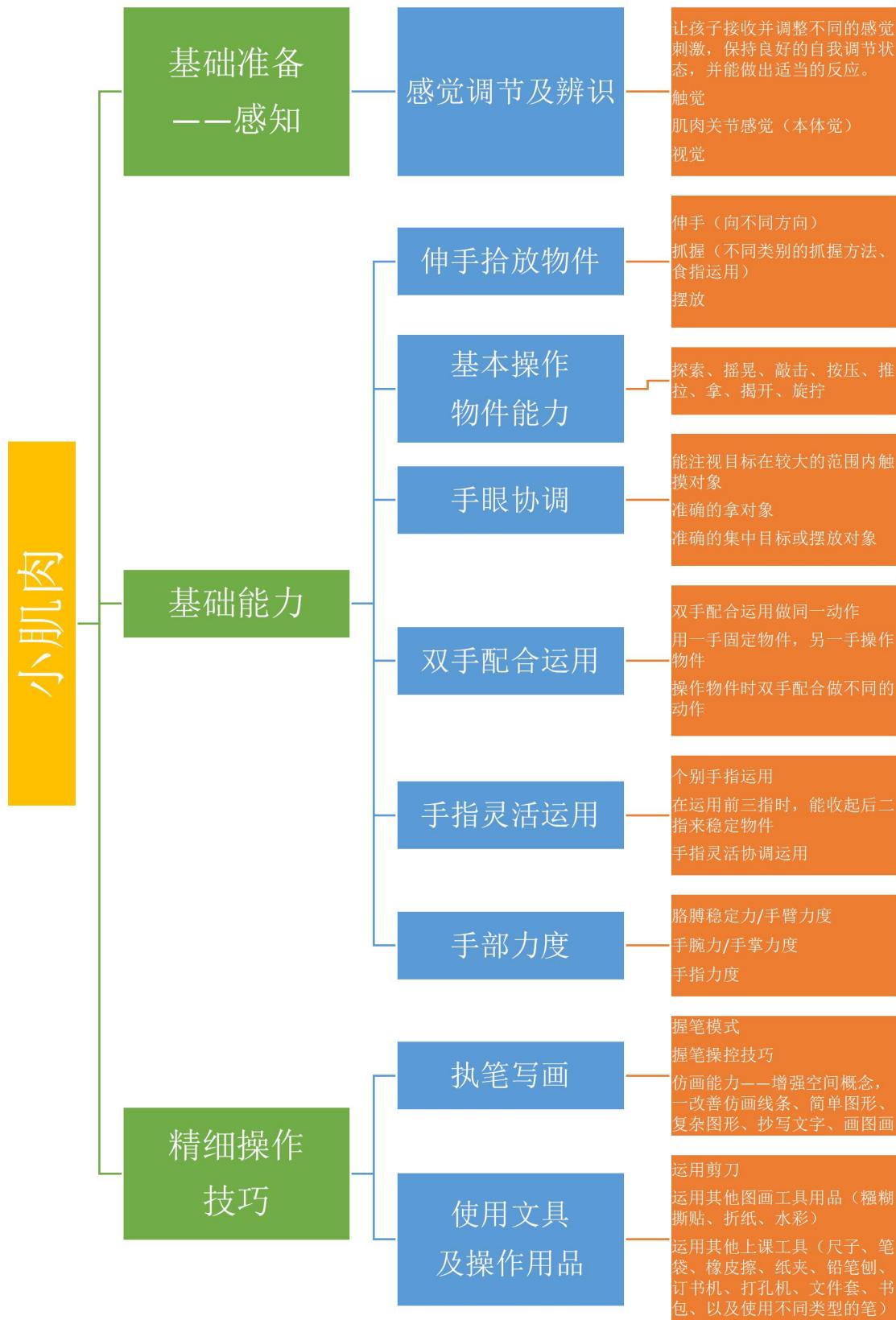
(二) 语言理解及语言表达

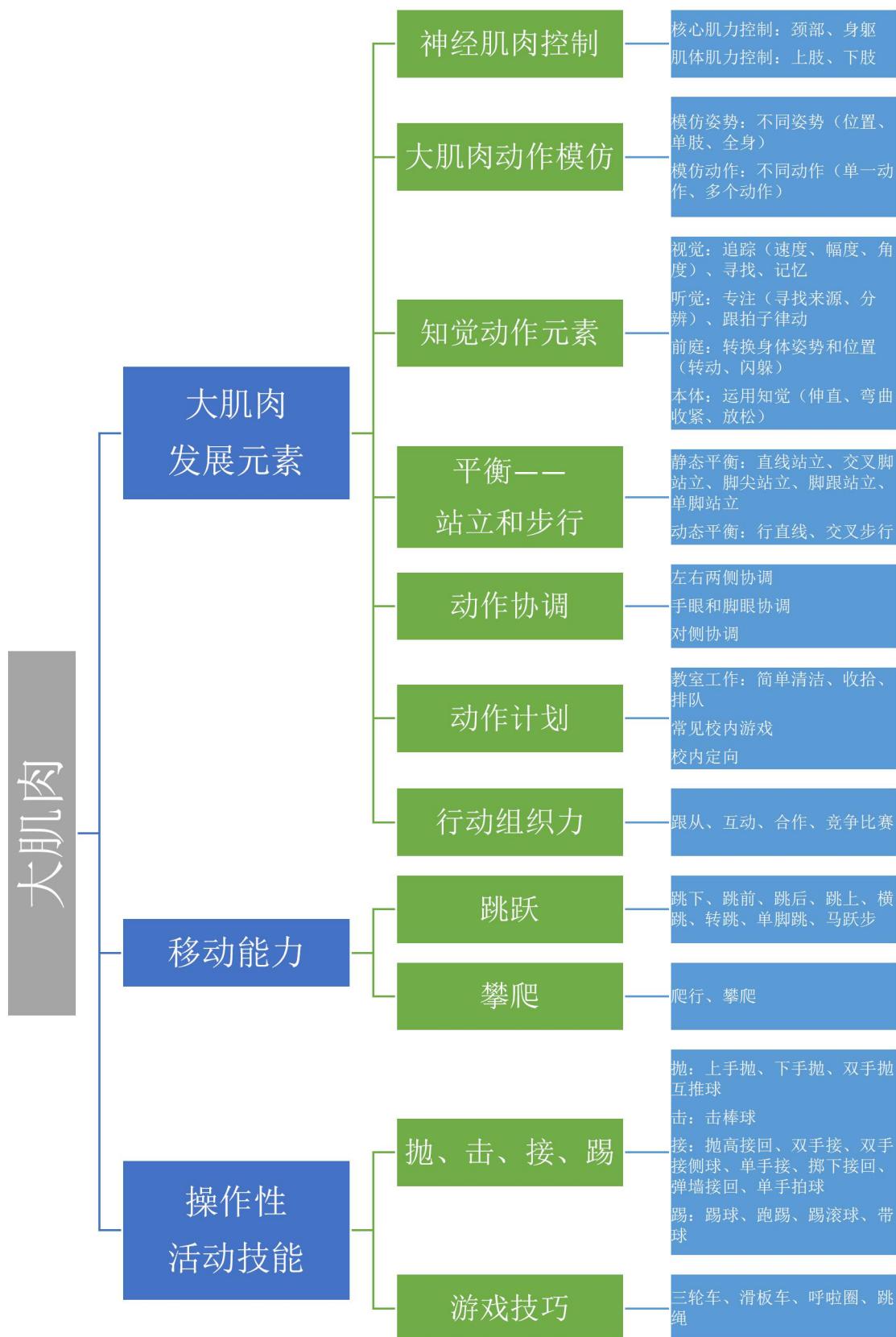


注：“一个部分指令”是一种简单和环境性的口语指示，“一个部分”是指，无论指令的句子结构长或短，孩子只需理解语句中所包含的一个单一而完整的意思。例如：当孩子玩皮球时，妈妈突然出现并在没有任何提示（如视觉、口语、动作）的情况下说出“把球给我”，由于这情景中只有妈妈一名成人，所以语句中的“给我”的意思是指交给妈妈，就是孩子要理解的一个部分指令。或者孩子与妈妈一起玩皮球，后来爸爸也加入和他们一起玩耍，当孩子手持皮球时，妈妈对孩子说“把球给爸爸”，由于情景中有两名成人作对比（即妈妈和爸爸），所以语句中“给爸爸”就是儿童要理解的一个部分指令，并要按情境中的人物作出选择。



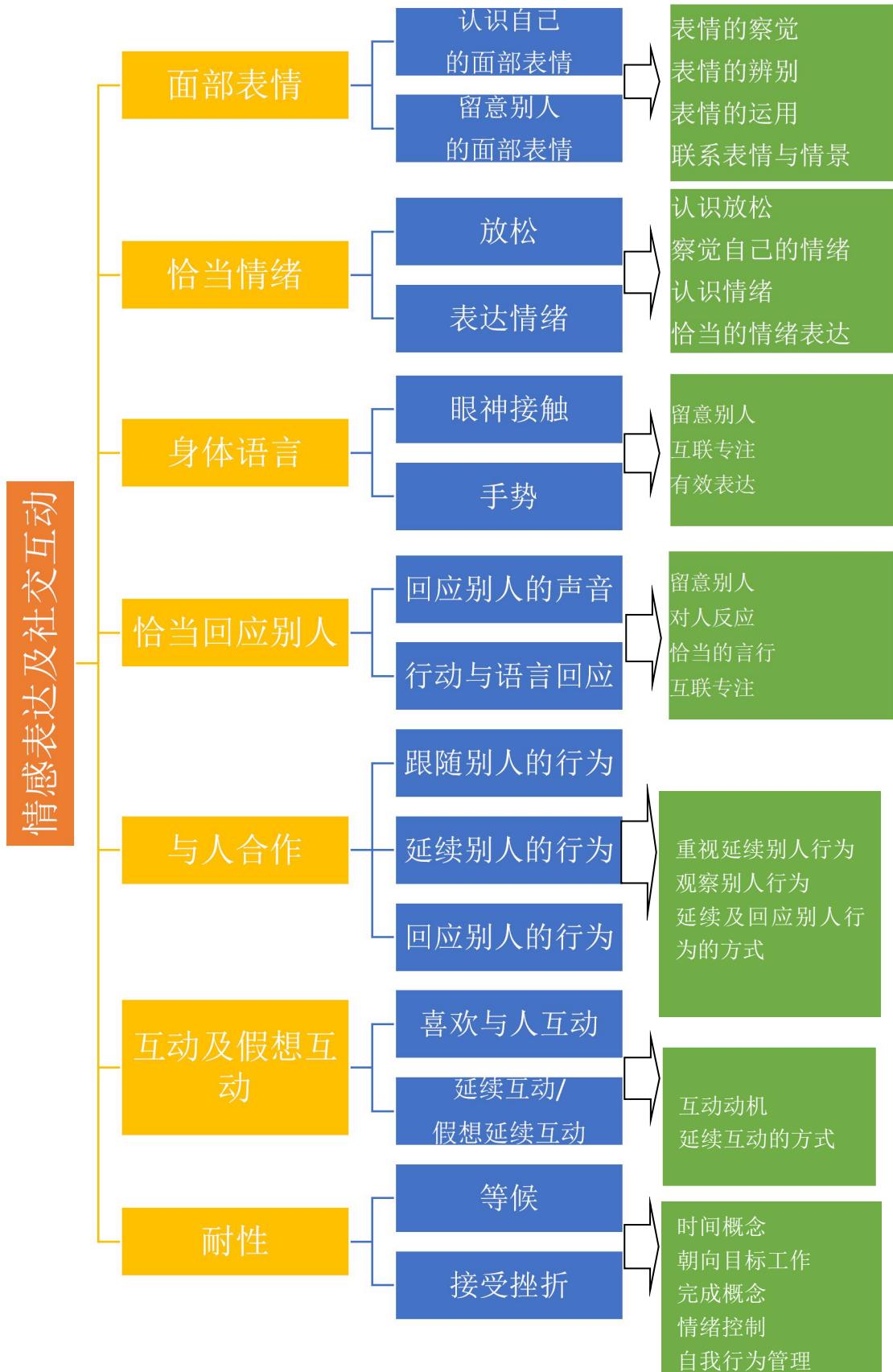
(三) 小肌肉及大肌肉



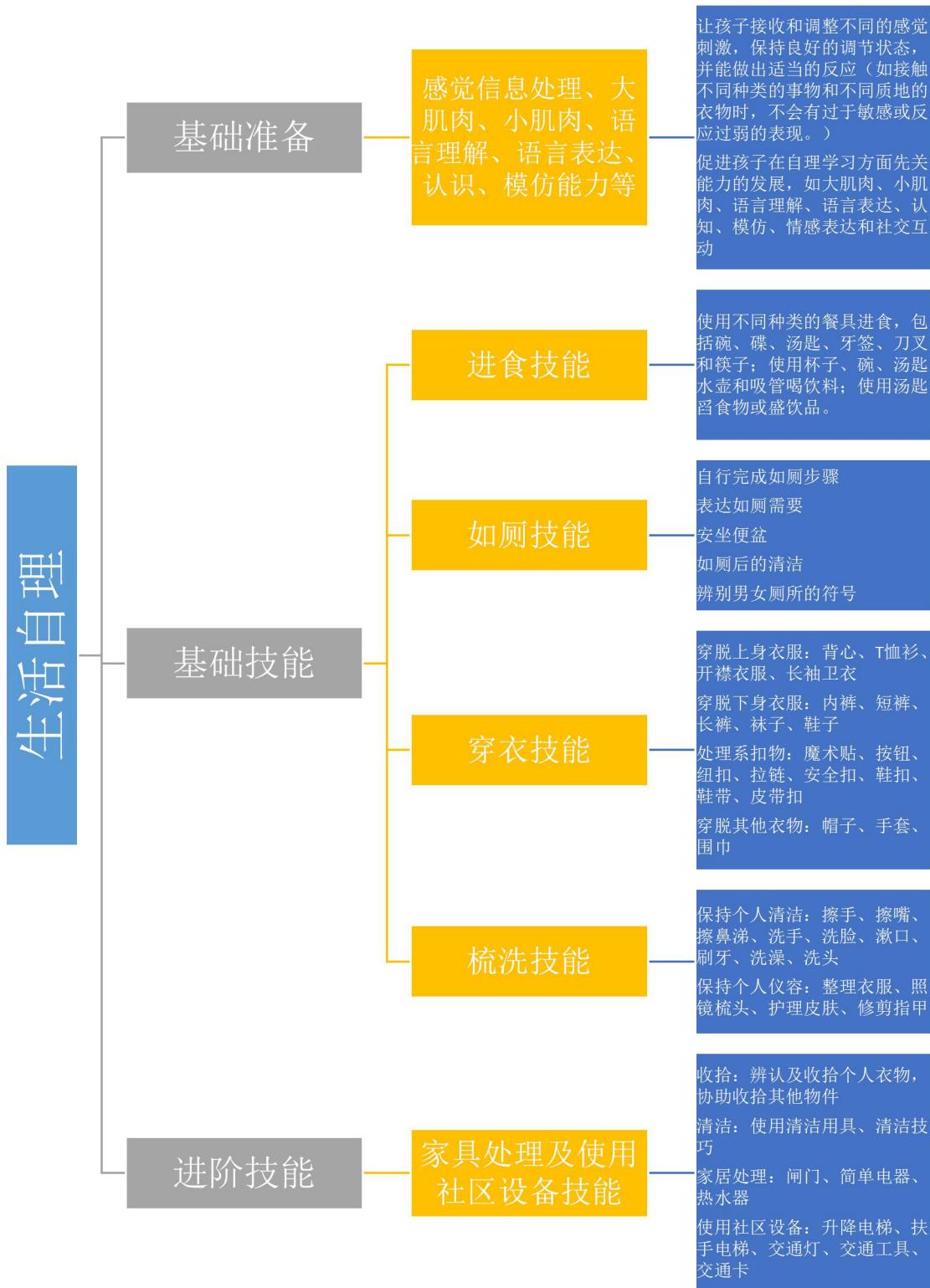


（四）情感表达及社会交往





(五) 生活自理



四、训练计划

康复领域	长期目标	短期目标	评估结果			
			3	2	1	0
1. 粗大运动	1. 连续移动身体运动训练，提高身体动作的协调性与柔韧性； 2. 提升行走的协调能力训练，通过游戏进行腿部功能的协调运动训练，提高身体方向平衡的灵敏性； 3. 学习一些简单的运动器械操作技能，提升手部的持物力量； 4. 行走及简单跳跃平衡弹跳能力训练	1. 小型滑板车爬 6-10 圈； 2. 将球推 1.5 米远； 3. 在 12 厘米左右宽的平衡木上双脚交替步行； 4. 辅助跳羊角球； 5. 辅助下单脚跳床； 6. 原地跳高 5 厘米； 7. 踢大皮球。尝试走动向前踢的动作； 8. 双脚跳过离地 5 厘米高的绳； 9. 走脚印垫； 10. 将散落的玩具、物品拣回筐中（立体玩具到卡片）； 11. 垫上被动蹬腿训练； 12. 跑上或走上斜坡； 13. 自行溜滑梯； 14. 双手过头投掷小球、沙包到一定范围； 15. 双脚向前跳 10 厘米，并保持平衡； 16. 钻爬训练（阳光隧道 5-6 圈）； 17. 单脚站立 1 秒； 18. 按停滚动的球游戏（连续活动，从打球过渡到小球，逐步改变方向）； 19. 侧滚翻； 20. 垫上跳跃训练； 21. 两步一格爬上直立攀爬架； 22. 辅助下冲滑板； 23. 弯腰走并钻过障碍； 24. 插棍（小型）； 25. 转陀螺； 26. 自行两步一级上下楼梯； 27. 跨过 10 厘米左右高的横杆； 28. 移动大约 2 公斤左右重量的物品； 29. 向前拍一次气球； 30. 走矮宽平衡木；				

	31. 辅助下用脚尖着地； 32. 用双脚由 10 厘米高平台跳下； 33. 将球推 3 米远； 34. 球池活动； 35. 沿线行走训练（从双线到单线）； 36. 摆圆桶转 2-3 分钟； 37. 连续在实地上跳跃 2-3 次； 38. 定向行走或奔跑训练； 39. 双脚跳过离地 5 厘米高的绳； 40. 手扶大人能从最后 1 级楼梯跳下； 41. 扶持下持续向前跳跃； 42. 单脚站立训练（2-3 秒）； 43. 摘下悬挂的物品（从移动悬挂绳上取物）； 44. 跨走方垫（距离 25-35CM）； 45. 不需辅助踏小三轮车； 46. 辅助下用脚跟着地； 47. 训练持续在场地中有目标的四散行走与下蹲（如：收拾散落的小球）； 48. 吹泡泡活动，拍打不同方位的泡泡（移动全身）； 49. 能 1 步 1 级上楼梯，2 步 1 级下楼梯； 50. 扶栏杆上下台阶训练； 51. 辅助下 1 步 1 级上楼梯； 52. 双手把皮球拍在地上； 53. 搬运游戏等（绕障碍物）； 54. 在平地上倒退走 5 步； 55. 辅助踏脚踏协力车； 56. 两步一格爬下直立攀爬架； 57. 骑扭扭车； 58. 跑下、走下斜坡； 59. 25—30 厘米高度的自然下跳； 60. 用双手接球；			
--	--	--	--	--

2. 精细 动作	<p>1. 通过旋转、提拉、翻动等动作训练增强手指抓握的力量以及运用手腕的技巧；</p> <p>2. 通过双手运动训练，提高手部配合的能力，为手眼协调运动打基础；</p>	<p>1. 扭开与关合瓶盖，把小型颗粒连续钳放瓶中（广口瓶）；</p> <p>2. 双手前后互搓的洗手；</p> <p>3. 用 4-6 块积木造“塔”；</p> <p>4. 连续将小珠子钉插在空板上；</p> <p>5. 一手扶碗，另一手舀食物；</p> <p>6. 解开各种纽扣（纽扣训练板）；</p> <p>7. 把书的内页一页一页地翻动；</p> <p>8. 一页一页地翻动书并控制书页抽出每页夹的片状物品；</p> <p>9. 用小刀切割胶泥；</p> <p>10. 连续拧开药瓶盖；</p> <p>11. 用手指握勺子；</p> <p>12. 用剪刀剪纸张（剪断）；</p> <p>13. 模拟画十字、圆圈；</p> <p>14. 有目标的对准位置敲打物件；</p> <p>15. 拧动玩具发条；</p> <p>16. 穿上无鞋带的鞋子；</p> <p>17. 用叉子取食物；</p> <p>18. 解开与扣上大纽扣；</p> <p>19. 模拟画正方形；</p> <p>20. 将小夹子夹在纸板上；</p> <p>21. 在协助下，将糨糊涂在剪好的图形上；</p> <p>22. 在协助下，将图形粗略贴在纸上；</p> <p>23. 手指持蜡笔（前三指握笔法）摹拟画横线；</p> <p>24. 模拟画斜线、竖线；</p> <p>25. 把 8-10 块积木迭高；</p> <p>26. 使用牙签挑起食物；</p> <p>27. 模仿折纸（如将纸对折）；</p> <p>28. 连续撕开带虚线孔的纸张条；</p> <p>29. 脱套头衫（自己和帮他人）</p>			
------------------------	---	---	--	--	--

3. 感官知觉	<p>1. 训练基本的视听觉目标感应及辨别能力；</p> <p>2. 逐步扩展物件喜好的范围，并提升操作兴趣；</p> <p>3. 能听懂简单的指令并有意做出一定回应；</p> <p>4. 乐意操作不同的物件，并开始建立基础的探索行为；</p> <p>5. 培养知觉的对应能力（各种实物、简单图形的配对）及反应能力（门声、雷声、雨声等）；</p> <p>6. 开始发展知觉的记忆能力（找寻刚才看到过的物品，逐步扩大范围）；</p>	<p>视知觉：</p> <p>1. 训练对“下面”、“上面”、“来”等手势做出反应；</p> <p>2. 视觉配对，建立“一样的”概念，拿和训练者手中一样的东西（图形或实物）；</p> <p>3. 能辨认自己的物件（能在一堆鞋子中找到自己的鞋子）；</p> <p>4. 能辨认像片中的常见人物；</p> <p>5. 在杯子下找到食品或玩具（三个不同样杯子过度到三个同样的杯子）；</p> <p>6. 简单的形状嵌入式配对训练；（圆形、正方形、三角形）；</p> <p>7. 18. 3-5 个碗杯套叠训练；</p> <p>8. 简单阴影配对训练（实物对应阴影）；</p> <p>9. 将同样的物件选择性放入其中一个有明确视觉提示的盒子里（两个盒子）；</p> <p>10. 一起看大型的色彩鲜明的图画书（注视书中的图画，用手指感兴趣的图样）；</p> <p>11. 基础的辨识训练---凭视觉辨别常见物件（视觉搜索）；</p> <p>12. 顺手指的方向看物件的位置，准确拿取；</p> <p>13. 辨认图片（在 2-4 张卡片中辨别认知的卡片）；</p> <p>14. 凭视觉对应辨别简单几何形状（平面形状配对）；</p> <p>15. 对图画开始感兴趣（观察教师画画并有追视笔头行为）；</p> <p>16. 能辨别缩小了的实物模型玩具（能按指示在一堆玩具中找出香蕉、小汽车等模型）；</p> <p>17. 训练初步的视觉配对；</p> <p>18. 训练目光顺延人的手指方向；</p> <p>19. 初步建立部分和整体的关系（拼 2-4 块的整体图片）</p> <p>听知觉：</p> <p>1. 训练用 2-3 分钟音乐代表某个活动</p>			
---------	---	---	--	--	--

	<p>开始或结束的听觉反应（如：开始某一个活动的音乐）；</p> <p>2. 训练建立儿童喜爱的音乐或歌曲兴趣（定时音乐活动）；</p> <p>3. 能记忆一些儿歌片段（听到别人背诵儿歌时会“咿咿呀呀”或将句子接续，说出最后 2、3 个字）；</p> <p>4. 训练分辨赞赏与责骂的语气；</p> <p>5. 提供 1-3 种物品，听指令拿取；</p> <p>6. 对不同人的同一呼唤作出较快的反应（各方位）；</p> <p>7. 辨别发出声音的物件（当电话、门铃或电视发出声响时，幼儿能走向物件或指认）；</p> <p>8. 分辨不同的旋律（两种对比，有不同感觉反应）；</p> <p>9. 听指示做动作（会做如“给妈妈”等简单指令）；</p> <p>触知觉及嗅味觉：</p> <p>1. 味觉感受（指导家长在家中实施）；</p> <p>2. 辨别粗糙、光滑；</p> <p>3. 感受软硬（橡皮泥抓握撕扯、抓握不同石子等活动）；</p> <p>4. 辨别软硬（各种对比性比较强的软硬感知体验与认知，如石头和胶泥）；</p> <p>5. 辨别冷热（对着热的食物不会立即吃）---指导家长；</p> <p>6. 冷热感知训练（手及身体的）----指导家长；</p> <p>7. 能在口中辨别较大食物的软硬：如吐出大粒果核；</p> <p>8. 辨别干、湿（贯穿生活中，如：洗澡前后的毛巾干湿变化、干湿棉球、地面、台面干湿等感知）；</p>			
--	---	--	--	--

	<p>1. 开始辨别声音及做出反应;</p> <p>2. 发展对人或物件的专注力;</p> <p>3. 察觉自己能引起的后果, 重复做出行动以获取后果;</p> <p>4. 进行基本物件名称与动作名称认知;</p> <p>5. 理解简单的因果关系(与活动范围有关的基本物件之间的关系)</p>	<p>认知表现:</p> <p>1. 明白常见玩具名称;</p> <p>2. 将“○”形或“□”形的积木放进相关形状盆中;</p> <p>3. 日常指令的理解(一步指令);</p> <p>4. 逐步明白名词+动词简句(如: 宝宝摇铃、宝宝翻书等等);</p> <p>5. 物品配对综合练习: 在多项物件中找出相同物件;</p> <p>6. 将平面的○形或□形块放回形状板上;</p> <p>7. 明白常见水果名称;</p> <p>8. 在多项物件中找出相同物件; 将实物与相应的图片配对;</p> <p>9. 明白冷、热的概念;</p> <p>10. 听指令取出收藏在器皿中的物件;</p> <p>11. 按照要求将物件交给指定的人(拿杯子给妈妈、笔给老师)等;</p> <p>12. 明白上、下概念;</p> <p>13. 能自行将二组物件分类(将笔放一起, 将车放一起)等;</p> <p>14. 常见物品配对: 完全相同实物配对;</p> <p>15. 明白里、外概念(把球放筐里)等;</p> <p>16. 常见物品配对: 常见物品配对;</p> <p>17. 常见物品配对: 形状卡片配对;</p> <p>18. 明白身体部位的名称;</p> <p>19. 明白出、入概念;</p> <p>20. 明白常见动物名称;</p> <p>21. 能自行对“××物在哪里?”做出正确反应;</p> <p>22. 明白常见用品名称;</p> <p>23. 辨认缩小的实物模型;</p> <p>24. 理解与常见物件有关的动作名称(扔球、推车)等;</p> <p>25. 常见物品配对: 将实物与相应的图片配对;</p> <p>26. 在一定环境下, 明白他人的简单需求;</p>			
--	--	--	--	--	--

		求，并做出反应；（如：说“喂妈妈”会做喂的动作）；		
5. 语 言 交 往	1. 学习使用叠词与单词表达需求物；运用简单身体动作或手势来沟通； 2. 开始用简单的肢体语言完成成人的生活指令； 3. 说出与自己紧密相关的物品；有意识回应一些简单的询问，学习使用单词回应； 4. 能使用社交用语，例如：谢谢、再见、早上好、晚上好等； 5. 训练儿童对日常基本生活语言的理解；可用词组和 3-5 个字句子表达需求及答问	<p>口语认知：（参照项目）</p> <ol style="list-style-type: none"> 专注训练：能单项专注某物，拒绝他人干扰（如：阻挡他玩，他会做出推开动作等）； 命名自己的身体部位：手、脚、手指等； 模仿口腔动作：齿部咬合动作模仿（咬棒、不同材质的食材）； 回应简单的问句：训练用“在这里”来回答（如：问图书在哪里？，儿童用手指或“在这里”）； 回应简单的问句：当问“谁要 xx”时，会用我代替名字（我要××、我的××）； 用一些简单词汇表述感受：（烫烫、冰冰、痛痛、冷冷）等； 模仿唇部动作：嘟嘴、圆唇、咧嘴等； 模仿唇部动作：吮吸（亲吻）； 回应简单的问句：当问到“是这个吗？”用点头、摇头表示； 称呼与简单交流：妈爸、姐哥、阿姨、再见、问好、谢谢等； 简单沟通训练：拍手表示“好棒”； 命名自己的身体部位：眼睛、嘴巴、鼻子等； 模仿口腔动作：伸舌、上下左右舔口唇周围； 回应简单的问句：当问“这是什么？”时，会回答物品名称（已认 		

	知的)； 15. 简单沟通训练：点头摇头表示“好”和“不”； 16. 听音模仿：猫狗鸡鸭叫；（图片或录音）； 17. 模仿表达常见生活用具：杯子、牙刷、毛巾、衣服、鞋、袜子、帽子等； 18. 模仿表述熟悉的玩具：娃娃、汽车、球等玩具； 19. 使用两个以上字词表达需求：要与不要、拿××等； 20. 简单沟通训练：拉成人来要求协助； 21. 简单沟通训练：张开手表示“抱”等； 22. 听音模仿：汽车喇叭、火车叫；（图片或录音）； 23. 听音模仿：下雨、打雷；（图片或录音）； 24. 模仿唇音：b p m f 等； 25. 模仿唇部动作：打哇哇； 26. 模仿字词：模仿单字、词：要、不、好等； 27. 模仿开口音：a o e 等； 28. 听音模仿：模仿打鼓、铃声；（图片或录音）； 29. 简单沟通训练：手指指向所需要的物件，并能发出语音信号； 30. 简单沟通训练：合手或摇晃手表示“再见”； 31. 回应简单的问句：回答自己的名字、年龄； 32. 模仿唇部动作：吹泡泡等； 33. 模仿叠音：叔叔、姐姐等； 34. 模仿唇部动作：张口、飞吻等； 35. 模仿表达常见食品：饭、菜、包子、牛奶、饼干等食品； 36. 模仿元音：y u 等； 37. 模仿叠音：爷爷、奶奶； 38. 回应简单的问句：但问“有没有”时，会摊开手表示“没有”；			
--	---	--	--	--

		<p>39. 主动称呼常见的人：（妈妈、爸爸、叔叔、阿姨、奶奶）等；</p> <p>40. 模仿叠音：爸爸、妈妈；</p> <p>41. 模仿表述熟悉的家庭物品：桌子、椅子、电视、床等；</p>		
6. 社会 技能		<p>社交沟通：</p> <p>1. 训练对成人的 2-3 种表情做出不一致的反应（如：高兴、悲伤、发怒等）；</p> <p>2. 训练主动与成人及儿童分享玩具和食物（如与他人共玩一个玩具、分饼干等）；</p> <p>3. 训练看向成人指着的目标方向（1 米之内的感兴趣物品）；</p> <p>4. 训练稍做提示可回应他人与他人打招呼，目光对视；</p> <p>5. 生活行为模仿训练关注他人的需求（通过煮饭、分餐具、帮他人拿东西等）；</p> <p>6. 明白及运用简单单词（如：吃、好、坐、喝）；</p> <p>7. 训练用简单的动作或声音向他人（其他儿童）表达交往的意愿（如：注视他们、向着他们笑、伸手触摸或轻拍他们）；</p> <p>8. 训练看向成人指着的目标方向（1 米之外，从感兴趣物到非兴趣物过度）；</p> <p>9. 用简单的手势或动作表达需求（如：用手指着想要的东西，并发出有意义声音）；</p> <p>10. 模仿声音、语调来沟通（如：‘奶奶’、‘水水’）；</p> <p>11. 明白及运用简单单词（如：要、亲）；</p> <p>12. 训练儿童关注他人行为，引发回应，在指导下也能有简单的帮助他人的行为（设立受伤、找东西、求助等）</p>		

	<p>情景）；</p> <p>13. 有意识干扰儿童活动，训练儿童社交回应与引发互动，当需要帮助时会正确求助（如：互推小车、拿走他所要的、给他不想要的等等，从一对一到三人组）；</p> <p>14. 用简单的手势或动作表达需求（如：摇头或点头表达需求）；</p> <p>自我概念：</p> <ul style="list-style-type: none">1. 辨认相片中自己的影像（如：指一指宝宝）；2. 物品选择训练：当成人提供选择时，能做出选择表示自己的喜好；3. 有需要时找成人帮忙，设立机会引发求助（如：示意成人帮忙打开盒盖或拿取放于高处的玩具）；4. 当别人拿着自己的物品时，会用动作或说话表示要收回；5. 训练儿童有需要时，主动注意他人或呼唤他人协助（向家人过渡到周围生人）；6. 训练当被称赞时，会刻意重复该动作（如：儿童亲吻布娃娃，被称赞后，会刻意再次亲吻布娃娃）；7. 在熟悉的环境中，独自玩耍 10-15 分钟（指导家长）；8. 训练在不熟悉的环境中，短时间（如 2-3 分钟）离开熟悉人视线范围能独自或跟其他人玩耍； <p>情绪表现：</p> <ul style="list-style-type: none">1. 受别人感情或情绪的感染而做出反应（如：看见别人快乐时，会跟别人一起笑；看见别人忧愁时，会注视别人的脸孔，静静坐在旁边默不作声）；2. 主动拥抱或亲吻熟悉的成人以表达情感；3. 与照顾者分离时，经由成人安抚下能平伏其不舍或不安的情绪；4. 训练用行动适当地表达简单的正			
--	---	--	--	--

	<p>面情绪（如：开心、轻松等）；</p> <p>5. 训练用行动适当地表达简单的负面情绪（如：生气、伤心等）；</p> <p>6. 适当的调节自己的负面情绪，一会儿便能平伏（如：兴奋时只会短暂的叫或跳以表现雀跃；不开心时，哭一会儿便能平静下来，不会持续太久）；</p> <p>7. 找熟悉的成人满足自己的生理或情绪需要；</p> <p>游戏技巧：</p> <p>1. 利用仿实物玩具模仿或扮演日常生活经验（如：假装喝茶、假装与洋娃娃睡觉）；</p> <p>2. 参与简单而需要与人沟通的游戏（如：躲猫猫、点虫虫或搔痒的游戏）；</p> <p>3. 适当地运用玩具配件（如：用鼓棍打鼓）；</p> <p>4. 初步建立轮流游戏常规，稍加提示可与人共用材料（蜡笔、胶水）；</p> <p>5. 训练在 2-3 人同伴中玩耍而不干扰别人，在成人提示下遵守一定的常规；</p> <p>6. 训练主动与他人分享玩具或食物（如：一起玩同一件玩具或请他人吃东西）；</p> <p>7. 进行假扮活动，利用媒介进行拟人形式的互动训练，建立初步的假想游戏行为；训练与人一起游戏时有接纳与分享意识；</p> <p>8. 适当地玩简单的玩具（如：玩有拉、推、拨等功能的玩具）；</p> <p>9. 设置平行游戏时间，与 1-2 名儿童一起协同游戏（如：追逐、玩滑梯、搓泥胶等相似活动），期间会观察和模仿对方，并作简单交谈或交换物件；</p> <p>10. 设置平行游戏时间，训练接纳其他儿童在身旁玩耍，有关注，没有反感；</p> <p>11. 通过游戏训练喂娃娃、看书、敲</p>			
--	---	--	--	--

		<p>打等运用物件与身体的动作；</p> <p>12. 与成人玩简单的轮流作转游戏 (如：推车、推球，玩“你给我，我给你”游戏）；</p> <p>社会适应：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 认识爸爸、妈妈等熟悉家人的称谓 (利用照片训练)； 2. 认识个人及熟悉的人的角色。当有需要时，主动引发注意(如：看或叫唤爸爸、妈妈等熟悉的家人)； 3. 与别人说话时眼睛可以看着对方，目光在物品与交流对象间转换； 4. 适当的运用简单的社交手势或动作(如：拜拜、点头、摇头、飞吻)； 5. 认识个人及熟悉的人的角色：当有需要时，主动注意(如：看或叫唤姐姐、阿姨、叔叔、伯伯等家庭外熟悉的人物)； 6. 训练“拜拜”、“飞吻”等社交行为； 		
7. 生 活 自 理	<p>1.训练儿童生活自理能力，树立自我生活意识；</p> <p>2.熟悉并掌握常规生活基本步骤和程序，形成良好的生活习惯；</p> <p>3.培养儿童的独立意识，自己穿衣自己吃饭自我清洁等能力和意识的培养；</p> <p>4.规范儿童的自我生活自理行为，进一步提升生活自理质量</p>	<p>穿衣技能：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 解开已穿在身上的衣服的大纽扣。 2. 戴上帽子； 3. 抓握衣襟向后翻使袖孔脱离肘关节； 4. 穿短裤； 5. 将已套在腰间的松紧裤头向下拉并完全脱下； 6. 扣上未穿衣服上的大纽扣； 7. 脱下长裤； 8. 解开未穿衣服上的大纽扣； 9. 脱开小背心(扣子部分已解开)； 10. 穿上没有跟的袜子； 11. 拉合衣服拉链； 12. 将已穿上一只袖而衣领已放在颈部的背心穿好； 13. 将指环套在手指上； 14. 拉开衣服拉链； 15. 穿上开襟背心； 		

	<p>16. 脱外套或衬衫； 17. 单手拉脱袜子； 18. 粘合（扣上）魔术贴； 19. 单手推脱鞋子； 20. 将已穿上一只袖的 T 恤穿好；</p> <p>进食技能：</p> <ol style="list-style-type: none">1. 用牙签取食物；2. 用叉取食物；3. 用叉进食较难控制的食物（如：面条）。4. 一手扶碗而另一手用小勺从碗中舀取食物；5. 用手指握小勺；6. 自行用杯饮水不弄湿衣服；7. 用小勺进食；8. 用碗饮水； <p>梳洗技能：</p> <ol style="list-style-type: none">1. 用牙刷粗略地刷牙；2. 模拟用梳子替洋娃娃梳头。3. 用手握牙刷放入口中（适应用牙刷）；4. 取纸巾或手帕抹鼻涕；5. 接受用电吹风吹干头发； <p>家居技能：</p> <ol style="list-style-type: none">1. 将自己的衣物放进柜中抽屉内；2. 将已叠好的小毛巾放入盒内；3. 将小胶圈套在钩子上；4. 开关电视机；5. 开关冰箱门并从中取食物；6. 开关电灯。7. 将鞋、袜放在平日指定的位置；8. 将自己的玩具摆放在固定位置；9. 将座椅移至原位或指定位置；10. 将书本放入书包； <p>如厕技能：</p> <ol style="list-style-type: none">1. 如厕后自行拉上裤子；2. 如厕前自行拉下裤子及内裤3. 如厕后自行洗手；4. 主动说出如厕的需求。5. 坐在马桶上如厕；			
--	--	--	--	--

		6. 站在尿槽前对准尿槽小便				
--	--	----------------	--	--	--	--

注：3—表示能独立完成 2—表示在语言提示下可完成
 1—表示在触体帮助下可完成 0—表示不能完成

五、方案实施

（一）组织与实施家庭训练

1. 家庭训练应掌握的原则

- (1) 恰如其分地估计孩子的能力，订出切实可行的计划，宁肯开始订的起点稍低一点。
- (2) 永远对孩子抱有希望，不管他的能力有多差，开始训练的起点有多么低。
- (3) 学习活动内容要丰富，安排要恰当，一般在精力集中的时候安排认知及语言内容；精细活动则安排在后半段或者插在认知及语言项目的中间，大运动则安排在上午及下午的开始或者晚上。每天晚上要安排亲子活动。每天安排外出活动，调节紧张的学习气氛，为孩子增加认识周围世界的机会。
- (4) 学习任何一个项目都要多重复，尤其是精细的动作和粗大动作，要有一定量的要求。
- (5) 重视生活自理训练的项目，这对他将来自立很重要。
- (6) 教学内容既要注意实用性，也要注意知识的系统性。
- (7) 教育训练必须坚持长久，不能任意中断训练。

2. 创设适宜的家庭训练环境。

从某种意义上来说，教学环境就是家里的生活空间。在不同的教学目标下，家中的每一个角落都可以作为教学的环境。如果教学目标是穿衣服，那么房间、浴室就是自然的教学地点；如果教学目标是帮助妈妈完成一件事，那么客厅、阳台、房间或厨房等也应是自然的学习环境。语言训练的教学环节更应该是家里生活的每一个空间，做什么就教孩子说什么，进

行有些项目的教学，则必须有一个固定的场所。

（1）为孩子安排一个专门学习的小房间，如果没有条件可隔出一块靠墙角的地方或者在客厅的茶几上或者厨房的餐桌上教也可以。

（2）准备好学习的用具：小椅子、小桌子、几个塑料小筐、小夹子无数个（用来卡片或做精细练习用），各类卡片（人物、动物、蔬菜、水果、交通工具……），彩色笔、铅笔、白纸、各种小玩具……

（3）除课表外墙上尽量不贴任何东西，在孩子座位后放置一钟表

（4）孩子学习时要保持周围环境的安静，应避免大声喧哗，如把电视机声音放得很大。

（5）学习空间里布置一个孩子玩耍的角落，摆放孩子喜欢的小型玩具以备课间休息时用，孩子要背对这些玩具坐，以免分散他的注意力。

（6）训练室以外的其他房屋的墙壁，贴上与孩子当前学习有关的图片或挂上一两幅挂图，以备孩子随时去指认。

（7）有计划地在家中的常用用品、用具上贴上文字（不要太多，一个阶段 2、3 个）可随时教孩子认字。

（8）大厅内可放置一辆童车、一个大球和其他大一点的玩具，以便孩子课余时自由玩耍。

（9）培养孩子良好的习惯，上完课要帮助大人收拾教具，并放回原处摆放整齐。

（10）上下课要有信号。让孩子知道什么时候或什么样的讯号是坐下来上课或者可以出去玩、吃点心。生活、教育训练应有规律，以培养孩子的良好生活习惯和学习习惯。

（二）具体的组织方法

上课与下课遵守的总原则是：愉快地开始与愉快地结束；较难项目的学习集中于课堂前一半，整堂课的情绪节奏以逐渐愉悦为主；准时、有规律。

1. 上课

（1）通常“坐下来”是训练的第一步：①可在日常生活中练“坐下吃东西”、“坐下来等一会”。发出指令“坐下”后，要等孩子真的坐好了才给他东西吃。②选能坐得长久的训练项目（插雪花片、分拣豆子）进行练习。③能力强的孩子可通过练习画画，练习书法来培养他能“坐下来”的习惯。

（2）用有趣的信号宣布上课：①放一段孩子喜欢的音乐。②拉着手唱着歌走向训练场地。③敲击孩子喜欢的乐器。当孩子来到训练室，坐在椅子上时，教者要告诉他：“上完

课还可以听音乐，敲击乐器……”

(3) 在教者与孩子的互动活动和愉快的情绪中开始上课：①一起玩儿一件好玩的玩具。②相互击掌。③相互指一下五官。④给孩子玩一下教具，收回来再上课。

(4) 从最容易的项目开始，或从复习旧的内容开始，使孩子一下子就能成功，并得到鼓励（每个孩子都有成就感需求）。

(5) 训练刚开始的时候，不要一下子要求孩子一定要上满一节课（20分钟或30分钟）上了几分钟就可以离开课桌玩一下（如给他一个小玩具）。

(6) 对孩子难以完成的内容，不要老去重复，可换成一项容易完成的任务给他或者将复杂的任务进行分解教学。

(7) 切忌催促孩子“快点”，要给他思考的时间，必要时可辅助他完成。

(8) 上课的语言要简洁，除了发指令就是奖励的话语，确保教者的话都是有用的。

2. 下课

(1) 象征性的下课。在训练之初，上几分钟课就宣布“下课”，使孩子不感觉上课是一种负担。

(2) 在孩子表现最好的时候下课，让孩子能悟出：“好好学习就可以下课”，切忌在他表现好时加长课时。别忘了对孩子说：“你做得好！”

(3) 让孩子在最开心的时候下课。可以因为课题完成得好，得到奖励很开心；也可以是教者与孩子在课快结束时的互动而开心。

(4) 最忌讳闹着下课，当孩子出现了抗拒情绪时要及时调整，或降低课题的难度或减少课题的数量，然后告诉孩子：“做完XX就下课。”完成任务后立即奖励他，让孩子明白：“哭闹是不能下课的。”

（三）训练内容及方法

&注意力的改善

注意力短暂、易分散，是孤独症儿童在学习中最突出的问题。注意力的形成和发展与神经系统的发育有关，也与后天的教育有关。可以通过教育训练来改善孤独症儿童的注意。

(1) 培养儿童关注周围世界的行为习惯：要想改变儿童“视而不见”、“听而不闻”的行为习惯，教者就必须有一个强烈的教育意识。善于引导儿童去听、去看、去触摸周围的世界，而绝不能对他的行为“熟视无睹”。在日常的家庭生活中，你无论给他什么东西，首先要叫孩子看一看，摸一摸。你在日常生活的各个环节中（起床、穿衣、洗脸、吃饭），要

一边帮助孩子，一边要求孩子注意正在进行的活动，而不能让孩子像个小木头人一样任凭你伺候他。在外出的各种活动中，你要带着巨大的热情去诱导孩子，帮助孩子观察周围的人、物、发生的事情。他不懂，你可以讲给他听，并拉着他的手去指、去触摸。也可以带上他学习过的卡片，在大背景下去配对，去辨别他已经初步了解的事物，慢慢养成孩子关注周围世界的行为习惯。

（2）利用无意注意去发展有意注意：孤独症儿童的无意注意（没有自觉目的的注意）好于有意注意（有自觉目的的注意）。比如，他会长时间地专注于某项活动（如看旋转的物体）或玩他自己的游戏，或者特别钟情一件依恋物，但却很难让他有意识地去注意人或某件物品。在教学中，我们可以利用儿童喜欢的物品（包括食品），用条件交换的方式（如果服从，就可以得到喜爱的物品）去引导儿童注意学习目标。在他注意力集中的瞬间发出指令，使他马上注意学习目标（人、物、活动）。做出正确反应之后，立即给予奖励。上课开始，用他喜欢的物品去调整情绪。下课后，又把那些物品作正强化物奖励给他。对于理解力较好的孩子，则可以采取事先许诺的方式（可参考社会契约行为干预办法），告诉他，做好了事可以得到什么，去帮助他学会控制自己的注意力。

（3）充分利用桌面活动。所有桌面的活动（如穿珠、插片、涂色、辨识、配对、分类）都具有训练注意力的功能，只是要充分利用它们。在训练中，教者要手疾眼快，看到孩子的注意力分散了（东张西望、懒洋洋地做），要马上调整。除了言语辅助，说“看着”外，更大量的还是需要用身体“辅助”，用手扶正他的头，或敲一下他的手背，还可以用手指敲一下桌子、指一下学习材料来提醒他。

（4）设计训练注意力的活动、游戏与注意力训练有关的活动有：追踪移动的物体——气球、泡泡、滚动的球；寻找被藏起或被掩盖住的物品；投球、套圈、打保龄球；走迷宫等。

（5）改变常规：孩子有时因为教学内容的不断重复而失去注意的动机，可以适当的改变教学内容，例如平时看卡片都是平整的呈现，可将卡片倒着呈现或是无序呈现，可引起孩子的好奇心，吸引孩子的注意力，同时也可锻炼孩子的大脑加工机制。

1. 模仿能力训练

模仿是孤独症儿童学习的重要课程。在任何一个孩子的生长发育过程中，模仿技能的发展都是一个必要的基本组成部分。孤独症儿童学习模仿具有特殊的困难，因此必须从一开始就要教给他们模仿技能，从而把他们迟缓的或怪异的行为方式纳入正常的学习模式中，一步一步地引导他们发展出我们所需要的行为方式。

模仿能力训练的内容包括：操作物品模仿、动作模仿、声音模仿。训练最好从粗大动作的模仿开始。对于没有语言的孩子，从动作模仿逐渐进入到声音模仿是比较容易成功的。

模仿能力训练的方法及程序：发指令→示范→辅助→奖励（强化）→停顿。

方法举例：

目标: 通过模仿能够摸三个身体部位

方法:

- (1) 与孩子对面坐下, 确保孩子的注意力在你身上。
- (2) 指令发出: “某某, 做一样的。”话毕, 用食指摸自己的鼻子。
- (3) 给孩子 3 到 5 秒钟的时间反应, 如果孩子没有反应, 那么你在摸自己鼻子之后, 则拿着孩子的食指摸他的鼻子, 并立刻给予鼓励他(例如: 微笑、表扬、给一个可以吃或玩的东西, 并做一定的解释)。
- (4) 一个模仿内容一个回合, 一个回合 3 次(确定孩子的反应具备必然性, 而非偶然发生)
- (5) 重复这样的过程, 直到他在没有辅助下能够始终如一地作出反应。

注意: ①发指令的时候, 务必做到言语简洁明了(为避免刻板, 可适当变换句式, 到最后需无语言指令, 孩子也能进行模仿); ②“做一样的”指令发出之后, 再做动作, 切忌语言和动作同时出现; ③在孩子对你的指令反应 80% 以上都正确后, 按照下面的顺序: 头发、嘴、眼睛、耳朵, 一次摸一个身体部位。

2. 粗大动作训练

学龄前是儿童粗大动作发展得最快的阶段, 粗大动作训练的难度并不很大, 只要在生理成熟的基础上, 着意训练就可以收到效果。未经训练的孤独症儿童一般从粗大运动训练开始, 然后再慢慢地展开全面的训练。

粗大动作训练主要有以下几方面的内容: 俯卧、独坐、爬行, 站立(双脚 / 单脚)、行走(自如摆臂)、上下楼梯、跨(跨障碍)、踢(球 / 沙包)、跑、跳(双脚跳 / 单脚跳 / 跳绳 / 跳过障碍)、蹬(小自行车 / 滑板)。

上肢的训练内容: 手臂的屈伸、投掷、推(球 / 沙包)、拉等。

粗大动作训练的主要方法: ①示范。②手把手地辅助。③强化训练, 保证质和量。

举例如下:

目标: 独自做前滚翻

方法:

- (1) 先让孩子好好看几次示范, 然后教他前滚翻的方法。

（2）让孩子把手平放在地板上，把他的头压低，以便让他用颈背翻滚。帮他抬起腿翻过去，逐渐地减少帮助。

（3）让孩子摆成前滚翻的姿势后，告诉他用双脚使劲蹬地板。滚翻得比较好或很好时都要表扬他。

（4）用凳子或枕头把垫子摞起来，让孩子趴上面，头及肩从垫子的一端吊挂下。一边帮他翻滚，一边说：“翻过去，翻过去。”做得好就表扬他。

粗大动作训练不一定要买很多感觉统合的教具。很多项目无需特别的教具，如跨障碍训练，摆个小盒子、小箱子即可。

3. 精细动作训练

精细动作涉及手和手指的活动。它是发展生活自理能力，画画、书写以及职业技能的基础。双手动作发展迟于躯体动作发展，他需要较长时间才能加以随意控制。不能使儿童过早地或过长时间地进行小肌肉动作训练。

孤独症儿童精细动作训练的内容主要包括：抓握（大把抓豆 / 握紧拳头）、对指捏（捡豆 / 夹葡萄干）、协调（双手的动作：穿珠、插雪花片……）、技巧（折纸、粘贴、使剪刀、用笔画画、写字）、力量（捏橡皮泥、扯断纸片绳子等）。

精细动作训练的主要方法：①示范。②任务分解（把复杂的动作分解成一个一个的小步骤，一步一步的教（比如折纸）。③手把手辅助。另外注意遵循由易到难，由简单到复杂的原则。

举例如下：

目标：用剪刀随便剪东西

方法：

（1）教孩子正确地用手指拿剪刀。先用手握住孩子的手，教他用剪刀。开始时，先剪断细长的纸条（横剪），孩子剪得好就表扬他。

（2）用剪刀剪纸边，每次剪一剪子，剪成装饰用的穗子。

（3）如果孩子使不好剪子，可以让他用夹子把水果糖或软糖（再小一点的葡萄干）一类食品从一个容器夹到另一个容器里，反复操作。

（4）孩子刚开始剪的时候，你拿着纸让他剪。再渐渐地让他自己拿着纸剪。

4. 生活自理能力训练

训练内容非常多,但各项技能又很具体,家长若把每一次任务按照发展顺序分解成一个一个步骤就容易把技能教授给孩子。具体例子如下:

(1) 训练洗手、洗脸

此训练与学习穿衣等相似,把动作分解后(可做一些动作卡片,给予孩子必要的视觉提示),要手把手地教孩子,让孩子体会这些动作。对于孩子的正确模仿,要及时给予称赞或其他正性强化,并逐渐减少提示,直到掌握整个行为为止。(如洗手动作分解:撸起袖子—打开水龙头—冲洗搓手—关掉水龙头—擦水—撸下袖子,任务分解的步骤相近程度与孩子的能力为参考)

(2) 饮食自理训练

有些自闭症儿童不会使用筷子,有些只能在餐桌前坐二下,然后就到处走动,还有些极其偏食,只吃肉食,不吃菜。这些问题不仅使教育者很烦恼,对孩子健康也不利,而且有碍于孩子适应集体生活。因此,对这些问题进行矫正十分重要。

①训练饮食技能 如果孩子不会使用勺或筷子,则要手把手地教,先让他握着勺或筷子,再握着他的手,让他仔细地体会肌肉的运动。教者要逐渐地减少手力,直到孩子掌握此动作。但手力不可减弱过快,避免使孩子有挫折感而丧失学习兴趣。

②改善进食习惯

③纠正偏食习惯(可参考系统脱敏法部分)

(3) 大小便习惯训练

有些自闭症儿童到了5岁大小便能自理的时间,不仅不知道大小便的程序,也不能到规定的地点大小便,或只到固定的地点大小便,这不仅非常影响孩子对集体生活及社会的适应,给父母等造成很大的不便。

①掌握大小便程序

②要教育孩子把排便意思表达出来,有些孩子既不会大小便程序,也不会表达稍一疏忽,即会把大小便便在裤子里。因此,在孩子出现一些拉裤子或走到角落等想要排便的动作时,要把他带到厕所,并问“想干什么?”然后示范回答:“上厕所。”让他模仿。以后遇到类似情况继续训练,逐渐减少提示,直到他能独立表达为止。

③纠正随地大小便的习惯。

④纠正小便频数及大便无规律,对于小便次数较频的孩子,需要记录排尿间隔时间。

⑤对于只在固定地点大小便的孩子,要定时让他蹲厕所,逐渐延长蹲厕所时间,及时予以正性强化。还可在排便地点放置一些杂物以造成无法排泄的状况,最终他会养成在厕所排

便的习惯。

5. 认知训练

对于没有口语的孤独症儿童来说也可以全面开展。语言不是进行所有认知任务的先决条件，但语言理解将会促进像配对、分类、排序等这些操作技能。

认知训练这一部分的内容相当广泛。总体看包括教孩子认识事物和人，了解自身，认识数，理解语言，手势和象征性符号等，不同智力水平的孤独症孩子有不同的教育适应，最终的差异还是相当大的。

认知训练的方法：一般把认识某种事物的认知过程分为三个阶段：

第一阶段：把视觉刺激和名称联系起来。比如认识红蓝两种颜色。出示红色时，就说：“这是红的”；出示蓝色时说：“这是蓝色的。”然后，就把这些有色的东西（可以是积木/卡片）放在孩子的面前，好让他们看见。

第二阶段：指认（即认识相应名称的物品）。对孩子说：“给我红的”；然后说：“给我蓝的。”

第三阶段：命名（即记忆相应物品的名称）。给孩子看一件红色的物品，问他：“这是什么色？”他应该回答红色。

这几个阶段就是看和听、指出和说出，每一个阶段有每一个阶段的不同目标，不都是在同一教学时段完成。但是上一阶段是完成下一阶段目标的基础。

举例如下：

目标：指认长短物品

方法：

（1）从家庭用品中收集一些长的和短的东西，如筷子、喝饮料用的吸管、尺子和袜子等。

（2）把一支长的和一支短的铅笔放在孩子面前，让他指出长的一支，说对了，就奖励他。

（3）让孩子模仿画长线和短线。你一边说长的、短的，一边让孩子模仿着画长线、短线。

（4）教给孩子哪些是长的东西，哪些是短的东西。告诉孩子室内的某些东西是长的还是短的，然后问孩子：“这是长的吗？”“这是短的吗？”让孩子指认。（因长短为相对概念，故需注意孩子注意范围内的物品仅两件，更高级的相对概念不含此类）

(5) 找些长度不同的铅笔、筷子、木棍、火柴棍和牙签等做，游戏。用一只手分别握住长的或短的物品放在背后，让孩子猜短的在哪儿，用同样方法再猜长的在哪儿，也可以挡住长的一部分，让他猜哪个长。猜对了，就给与奖励。

6. 语言训练

由于每一个孤独症儿童的语言障碍程度不一样，所选的训练目标也不尽相同。语言训练的目标包括：①开始发音。②单词的表达。③短语。④社会性反应。⑤活动和事件的描述。⑥问问题。⑦社会性对话。⑧主动表达、发表意见等等。

对于完全没有口语的孤独症孩子来说，要学习语言必须具备以下几个条件：①模仿能力。②记忆能力。③理解能力。④有表达需要的动机。⑤开始对面部表情、声音及唇部活动感兴趣。这部分孩子的语言教学可以采用手势语与言语联合使用的方式。

语言训练应把日常生活的场景作为主要的教学环境。做到随时随地、就地取材、反复练习，生活中学，生活中用，只是一些基础技能要在课堂上教授。

语言是交流的工具。家长在选择每一个特殊的语言目标时，都应是为了适应孩子某种特别的交往需要。例如，首先交给他那些他将要使用的单词句，以得到他想要的东西。对于每一个孩子来说首先选择的单词句都不一样。这个孩子可能是“饼干”和“葡萄干”；另一个孩子可能是“出去”。每一个教学技巧要考虑到不同孩子的兴趣。例如，一些孩子喜欢唱歌，就用唱歌的形式把语言内容表达出来；有的孩子喜欢身体运动，那就在活动中去教他说话；有的孩子喜欢图片，那图片就是最好的语言训练材料。

语言训练的主要方法：①示范。②塑造。③强化。

常见语言发展训练内容可参考文末附加内容。

举例如下：

目标：说“没有了”

方法：

(1) 当孩子吃完饭后，对孩子说：“没有了”，并鼓励孩子跟着你反复说。如果孩子说了，就赞同地说：“对！牛奶已经没有了！”

(2) 利用孩子喜欢的玩具，跟孩子一起做游戏，把玩具藏起来，过一会儿对孩子说：“没有了”。鼓励孩子反复说：“没有了。”

(3) 有人从屋子或家中外出时，对孩子说：“出去了”，让孩子重复说。孩子如果跟着重复说，就称赞他。等他能重复后，有谁出去时就问他：“爸爸哪儿去啦？”“某某哪儿去了？”鼓励孩子说：“出去了！”

(4) 孩子能主动地说出“没有了”，就鼓励他把“没有”与其他词语连接起来。示范给孩子：“小明，牛奶（爸爸、球等）没有了！”然后再问：“什么没有了？”

(5) 把物品藏起，对孩子说：“没有了。”然后当孩子说“还要”时，你再把物品拿出来给他。

(6) 在玩“藏猫儿”游戏时，用简单的隐藏方法表示“没有了”。让孩子说：“没有了！”“在这儿！”你用手遮住眼睛说：“小明没有了！”放开手之后让孩子说：“小明在这儿！”

7. 社会交往技能训练

对小年龄儿童来说，社会交往技能训练主要从培养社会性游戏技能、社会性互相交往技能入手。

社会性游戏技能训练包括：与人和物的接触；操作物品的技巧；遵从简单的游戏规则（等候、排队、轮候）；参与假扮游戏；接电话；独立完成任务。

社会性互相交往技能的训练应包括：与人接触的正确方式（对视、呼叫反应、接受别人的亲近）；社交沟通的能力（表达需求、愿望、遵从指令、请求帮助、征求意见、表示意见、交换信息）；建立适当的社交反应（表达感谢、亲热、反对、自我控制、尊重他人、帮助他人、理解他人）。

问题的核心在于，孤独症儿童对于他人感情的理解是需要长期培养教育的，这是一个极其困难而又关键的课题。这种对他人感情的理解，首先是在与治疗者、父母等有着非常深切交流的成人中逐渐培养，然后在与周围社会的成人的交流中提高的，最后是在与小伙伴的交往中发展的。这种顺序是由孤独症儿童在与人交往的机会多少和深度来决定的。因此，这种对人关系范围的拓宽，在孩子所处的社会环境中，是他们毕生都应认真对待的重要课题。即时孤独症儿童对人关系范围的拓宽有了相当的进展，周围的人们仍要努力地帮助他们，以求得更大的进步。（日本学者荫山英顺语）

举例如下：

目标：等待按顺序参加游戏或比赛

方法：

(1) 到公园或广场去，让孩子看看那里的孩子们按顺序排队等待着玩滑梯的情形。

(2) 3个孩子一起玩儿滚球和接球游戏。

(3) 进餐时，不要先将饭菜盛在每个人的盘子里或碗里，而要他们轮流取自己爱吃的饭菜。让孩子等到轮到他时，自己去领取。

（4）奖励孩子按顺序玩或办其他事情。

（5）让孩子玩跳房子、跳皮筋儿、玩纸牌等游戏。在与全家人一起玩时，也要口头指示他与其他人一样按顺序进行。有时也可创设环境让孩子第一个轮到。

8. 改善儿童感知觉异常

感觉的“偏好”和感觉的“厌恶”是孤独症儿童感知觉发展方面的主要问题。我们可以采取一些措施去帮助他们。

（1）运动训练课可以改善孤独症儿童的感知觉异常，感知觉的发展有赖于儿童动作（粗大动作、精细动作）的充分协调发展。除大动作中的爬、走、跑、跳、投掷，及精细动作中的手腕、手指活动的多样性，扩大了儿童的听觉、视觉、动觉、触觉的感知范围，使儿童获得了多方位的丰富刺激。在动作训练过程中，教者要有很强的意识去引导孩子注意看人、看物、看各种学习材料，引导孩子注意听指令并作出正确反应，逐渐地使他由被动地感知刺激物到主动自觉地去注意刺激物。多项动作协同配合的动作训练非常重要。比如，拍球、双脚踩直线走、跳绳、骑三轮车、游泳、滑旱冰等项活动。

（2）设计专门的课程，改善感知觉的发展不足，为视觉注意变换太慢（长时间地凝视无关刺激物）的儿童设计近距离、远距离地扫视熟悉物品，并一一取来放入指定地点的课；为视觉注意力不集中的孩子设计找物品，把物品藏起来或掩盖起来、玩镶嵌盒的配对，玩拼板活动等课程。

听觉训练的课程可有两个部分：听觉辨别（理解声音的意义）训练及听觉记忆训练。

听觉辨别训练的课程有：声音（动物叫声、交通工具声）及物体（动物及交通工具）的配对。

听觉记忆训练的课程有：感知和差异（数量的差异、轻重的差异）的声音（击掌和敲木桌面），让孩子听后模仿；重复数字（由少个到多个）、短语（这是针对语言能力较好的孩子）。

改善触觉异常的课程可选择多种质材的刺激物（如羽毛、海棉、刷子、水、沙子）来接触孩子的手、脚和腿以及他的身体其他部位，以游戏的方式进行，以此增加孩子对触觉的敏感性。

（3）有意识地进行感觉“适应”训练，对于孤独症儿童感到“厌恶”的听觉、视觉及触觉刺激，如果采取一种连续强刺激的方法，可能对改善感觉异常有帮助。比如，孩子怕人声喧闹的环境，就经常带他去那种环境；孩子怕洗淋浴，就经常试着给他洗淋浴；孩子不喜欢人的触抚，就经常去抚摸他的身体各部分。各种刺激的连续作用可使孩子这种感觉的感受性提高，从而逐渐适应各种刺激。（可参考系统脱敏法部分）

9. 行为干预

孤独症儿童有很多问题行为，有些问题行为是孤独症儿童所特有的，比如人际交往障碍、沟通障碍及特异的兴趣与行为，问题行为则并非孤独症儿童所特有。导致儿童问题行为的因素很多，发育迟缓、孤独症病患、教育处理不当、身体不适及环境，都是我们在分析孤独症儿童的问题行为时应注意考虑的因素。

在家庭训练中还可以应用下列方法。

1) 消退。对于以“获得”（物品、注意）和“逃避 / 防止”（做事、去某个环境）为目的的种种问题行为（比如发脾气等），采取“消退法”是首选。对孩子的这些行为要故意不理睬，而且要能坚持住原则并能持之以恒，同时对孩子好的表现要大力表扬。经过一个阶段，孩子的问题行为可以逐渐减少。

2) 惩罚。有些问题行为必须立即消除，比如咬人、严重破坏东西、严重自伤等，这时采取一定的惩罚手段就显得很有必要。咬人和严重毁坏东西的行为发生后，除了严厉谴责：“这样不对”之外，要立即把孩子送去隔离。对于严重自伤的行为要采取限制身体的措施，可立刻抱住他的身体等。

3) 转移。对于一些具有“自我娱乐 / 自我满足”或“释放 / 舒缓”功能的自我刺激行为（如摇手、念念有词等，还有一些固执、重复行为），要找一个替代行为让他学习，让孩子把注意力转移到其他有意义的事物上，同时，要注意为其建立有效的社会行为，多教他做互动活动和游戏。比如帮成人做事，一块儿玩拼图游戏或球类游戏。

4) 阻断。即把行为的刺激源切断。比如，处理孩子摔东西、撕东西的行为：首先通过改变环境来减少不良行为，如把贵重的、易碎的东西放到儿童拿不到的地方；把能撕的东西（如报纸、书籍）收藏起来。

引导儿童对生活中实用的、正常的活动感兴趣，是解决孤独症儿童破坏行为、自我刺激行为的最佳办法。

5) 系统脱敏。指孤独症患者在安逸而放松的心境下逐渐地接近所惧怕的事物，或是逐渐提高恐惧的有关刺激强度，使惧怕事物的敏感性降低，甚至完全消失。对害怕剃头、害怕洗淋浴、害怕单独进房间等一类的问题行为，都可以设计出一个逐渐脱敏的程序帮助儿童，使他们不再害怕。

行为干预系统的相关内容详见理论及方法支持部分。

六、家庭训练注意事项

（一）家庭训练资源设计

一、家庭辅助性训练的环境（或情境）设计

家庭辅助性训练的环境（或情境）设计有两种：一种是结构性环境，提前预设好；另一种是家庭自然情境，这里的“家庭”包括社区延伸环境。两种环境营造没有什么好坏之分，只是根据训练内容和孩子特点而定，个人观点我更倾向自然情境，原因有四：一不用特别准备设计，二方便随机教学，三孩子没有压力，四更容易泛化。

二、家庭辅助性训练的工具（或材料）

家庭辅助性训练的工具（或材料）有两种类型，一种是专门为孩子买的玩具或其它教育类材料，一种是家庭日常生活中的各种用品。对于孩子而言，什么都可以成为玩具，关键在于玩法与趣味。建议无论是购买的材料还是家庭日用品，都要尽可能丰富，这样才能探测到孩子的兴趣与能力水平。

三、家庭辅助性训练的参与人员

家庭辅助性训练的参与人员指的是家庭中所有直接或间接参与到自闭症儿童辅助性训练的相关人员，所有的参与人员要在以下几个方面保持统一：观念上的统一、原则上的统一、目标上的统一、行为上的统一。做好了这几个方面的统一，家庭辅助性训练才能在一个共同方向指引下，慢慢前行。

四、家庭辅助性训练的形式

家庭辅助性训练的形式不能是机械的灌输式，这样会增加孩子的压力与反感，要以轻松愉快的亲子互动式进行，陪伴孩子一起游戏，在生活化、自然情境化的环境里实施“无痕”的辅助性训练，对孩子而言，是在和父母一起玩，对家长而言，有着明确的目的性，只是在形式上更自然轻松，这样的训练形式才能实现共赢的效果。

五、家庭辅助性训练的方法

家庭辅助性训练一定要采取灵活的游戏化训练的方法，要以孩子为中心，跟随孩子的兴趣，而不是由家长来主导的“上课”式方法，家长要做的就是观察孩子感兴趣的游戏，想办法扩展游戏或是自然的参与游戏，在互动的游戏中达成训练目标，这样的游戏化训练方法可以让亲子双方相互激励，相互强化，让游戏活动顺利延续进行，亲子双方在收获快乐的同时，各自获得自己需要的满足感，期待着下次游戏时间的到来。

六、家庭辅助性训练的目标

家庭辅助性训练到底要干什么，为什么而训练，这个问题家长必须要有一个清晰的答案，这也就是确定了目标与方向，训练才不盲目。无论是机构还是家庭，都应着眼于孩子的未来，而不是仅仅为了现在。鉴于此，应该将目标设定为了孩子融入社会、独立生存而准备，因此，所有训练的终极目标应该定位在孩子的社会性功能的改善上，也就是首要的要培养孩子的社会沟通与互动能力，提高孩子的社会行为能力，而将认知、技能性目标放在其次。

（二）家庭训练原则

一、言出必行, 行出必果

- 1、不要随意提要求, 注意动机和必要性;
- 2、提的要求孩子一定能做或者可以帮助他一起做;
- 3、提出的要求一定要让孩子做到(不要提无谓的要求);
- 4、不要一直重复;
- 5、不要靠语气让孩子听话。

二、循序渐进

- 1、学会目标的分解, 有步骤有计划的前进;
- 2、接受孩子逐渐改变。不要“一刀切”认为不是好的就一定是坏的
- 3、塑造法的运用, 发现孩子的点滴进步。化整为零, 各个击破。

三、强化原则

- 1、多发现孩子好的方面, 及时给予关注和奖励;
- 2、动用好孩子喜欢的和孩子想做某件事的时候;
- 3、让孩子做出选择, 提升孩子的选择能力;
- 4、制造强化效果
- 5、注意强化时机。

注: 强化是核心, 是一切学习的基础和工具, 如果没有强化就没法教孩子。家长要注意很多时候不小心就给予了错误强化。强化有正负强化, 惩罚有正负惩罚。给予喜欢的是正强化, 给予不喜欢的是负强化。拿走一个不喜欢的叫负惩罚。强化是让让孩子的某一个行为持续出现了。当孩子提出要求时就是有强化物了, 当孩子有喜欢的东西时就是有强化物了。强化效果是指需要孩子真正的感受到, 而不是你认为这东西好玩就是强化物。强化过程中提高孩子的选择能力很重要, 当孩子选择出喜欢的东西时, 即提高了选择能力对给予了强化物。

四、投其所好

- 1、利用孩子的兴趣和喜好;
- 2、从孩子感兴趣的活动入手;
- 3、做孩子正在做的, 不要粗暴打断, 而是想办法先和他玩, 培养共同专注。

注: 动机是学习的源泉, 没有动机的活动是持续不下去的, 除非强迫。与孩子关系的建立, 建立到什么程度是你的能力。比如在公交车上, 孩子在看窗外, 你粗暴打断他问他问题然后要求他答, 可以吗?可以。但不好。你可以以第三者旁白的身份给他讲述, 尽量跟踪他的目光描述他看到的东西。这个时候, 你问你的问题那是你的权力, 他答不答你的问题那也是他的权利和自由, 而你如何运用他的兴趣与他共同专注则是你的能力。

五、不“重视”孩子的错误行为而是转移注意力

- 1、当孩子出现不希望的行为时, 不要太紧张、太着急或表现得无可奈何;

-
- 2、学会转移孩子注意力；
 - 3、学会让孩子行为没有发生的时候给予关注；
 - 4、学会当行为发生时，让孩子用正确方式表达出来。

注：不关注不等于不管，避其锋芒，绕道而行。从而让其行为消失在无形中，并在下次时对孩子的行为有一个判断。

六、丰富的课余生活

- 1、多和孩子玩，我们的孩子，不会交不等于不愿意交流，不愿意交流并不等于不期望交流；
- 2、安排好一天的内容，减少空闲时间；
- 3、多带孩子出去玩，不要整天在家里；
- 4、享受一个正常儿童应有的快乐。

七、尽量多的视觉提示

- 1、视觉辅助；
- 2、设置日程表流程表；
- 3、图片交换系统/沟通簿；
- 4、转接板；
- 5、象征性强化物（做对什么奖一朵花，几朵花换一个强化物）；
- 6、社交故事（用第三人称写，不是第三人称的“他她”而是这个小朋友喜欢的人物，如超人、喜羊羊等）（内容更简单是一种提醒如安静，深呼吸三次，走到家静的地方等。）

注：视觉是自闭症认识认识和理解周围世界的主要手段，发挥优势避免短处

八、目标明确

- 1、设定明确目标；
- 2、明确强化标准；
- 3、根据情况对目标进行调整或变换

九、规则与技能并重，知识（学业）次要

- 1、文盲也可以正常生活；
- 2、成人和成材；
- 3、规则比技能重要，技能比知识重要。

十、给予适当的及时的帮助

- 1、及时的帮助孩子，让孩子理解你要他做的是什么。（指令发 2 次，给予等待的时间，还没理解就要帮助他）；
- 2、及时帮助孩子，减少孩子的挫败感；

-
- 3、给予的帮助不多也不少，是有效的；
 - 4、分清哪些是辅助，要尽快消失。

注：辅助是学习的重要工具，要用好。但不能完全代替也不是永远辅助，要尽快消失。

（三）家庭训练注意事项

一、给孩子正确的示范

- 1、看见说什么说什么，在外面玩时，看见花、草、小狗等等都可以告诉他。
- 2、大人做什么跟孩子说什么，比如：我们扫地、刷碗、切菜、跑、跳、追、接住等。
- 3、孩子做什么跟孩子说什么，比如，孩子在玩球，那么大人就替他说，我在玩球或者我玩球。画画时，我画画。喜欢的东西替他说：我喜欢~~~

我们在外面玩时，可以练习跑、停、站，我们给他发指令：跑，跟他一起跑；发指令：站住，和他一起站住，慢慢的，他就知道什么叫跑、停、站住了，这样在过马路时就用得到了，能做到你一说停，他就立刻停在那儿。有些动作和语言孩子不一定懂，那就需要家长辅助，怎么辅助呢？比如游戏课上，指令是跑去坐一下桶再跑回来，一位妈妈一个劲的跟孩子说，坐一下再回来坐一下再回来，可是孩子就是做不到，怎么办，那就要辅助他跑过去坐下或者你来做让孩子模仿你。

还有你用语言无法控制他时，你千万别说话，要采取行动，比如：他不懂站住，你在他后面喊站住、站住，结果是你跑到他跟前去了，那么孩子理解的是什么，你过来叫“站住”，就跟我们总拿着杯子跟孩子说“喝水”，孩子就认为“杯子”叫“喝水”。

二、让孩子实际体会各种感觉

比如：累，热，凉，冷。大人和孩子一起上山，在你很累时，你要说，真累呀。热，孩子出汗时，叫孩子说热。水热，可以让孩子试一下。向这些感觉的东西，都要让孩子体验孩子才能很好的理解。

三、有语言的多让他表达：

（1）看见熟悉的人多教孩子叫叔叔、阿姨、爷爷、奶奶，不要认为孩子能力不足就不好意思让孩子说，总说，他的发音会越来越准确。

（2）创造机会表达需求，吃的是最能引起孩子表达欲望的，比如“我吃~~~”，大人可以故意拿着孩子爱吃的东西在一边吃，边吃边说真好吃、太香了，吸引孩子，让他表达。

（3）教他正确表达，有的孩子能说几个字了，能说一句话了，可是不会组织语言，当他表达不正确时，要及时地纠正他，站在他的立场说话，比如：一个孩子，总也不能回答“你叫什么”这句问话，原来，妈妈总是这样辅助孩子：“你快说，你叫XX”。妈妈的辅助语言应为：“我叫XX。”

（4）讲故事，睡前也可以讲，在他没语言时给孩子讲短故事，可以自己编比较简单的生活化故事，比如：小红摔倒了，哇哇的哭起来，一边哭一边说，好疼啊！总重复循环讲几个故事，慢慢的，他就能记住，等到能说话时，也许就能很好的表达。

（5）看图书，也是贴近生活的图书，内容简短，比如：《种树》、《吃糖牙坏了》，在超市，新华书店找一些这样的书，如能力更高一些了，有小猫请客给小羊准备了鱼，可是小羊不喜欢鱼，他最喜欢吃草等，总之，所看的书一定要能够提升孩子的认知能力。

（6）看动画片，如：大头儿子小头爸爸、大耳朵图图，都是很生活化的动画片，一个光盘总看，孩子就能从中学习到一些东西、语言。

（7）多跟孩子玩：橡皮泥、搭积木、拼图、过家家、藏猫猫，根据孩子的能力由简单到复杂。

四、在家教会简单的游戏

如：丢沙包（杂名），丢手绢。我们都是木头人，学会以后，。家长找几个孩子一起玩。大人参与当中。给孩子做指导。起到粘合剂的作用。如其他孩子说咱孩子不懂话，可以跟孩子解释。

五、正确看待孩子的能力训练

在家庭训练中，家长往往忽视孩子的生活自理能力和行为控制能力以及运动能力，总是一味的教学业，但是你一定要知道孩子哪方面弱，哪方面弱要着重训练，而且是在一段时间内集中训练，比如说精细和运动都不好。两个都要练但要有一个侧重点，要不然哪方面都不会有太好的效果。

六、大人们态度要保持一致

有的家庭可能爸爸带会儿，妈妈带会儿，甚至奶奶，爷爷，姥姥，姥爷带，这样，很难态度保持一致，态度的不统一使孩子的训练大打折扣，例如：妈妈刚教会“我要吃饼干”，今天奶奶带着，孩子一看饼干奶奶就拿过来给孩子吃了，使得刚教会的主动语言得不到强化和巩固。比如奶奶来了，他就会耍赖，不好好上课，为什么，奶奶好说话，有好多的家长因为孩子有情绪，哭闹，拿孩子没办法，只好依着孩子。一定要记得，孩子是听你的话，不是你听他的，那他稍不满意就要哭闹，因为他知道发脾气他就能得到她想要的结果。

所以，家里的所有带孩子的人，对孩子的态度要保持一致，是很重要的。

七、坚持泛化和巩固孩子所学的内容

比如：我们学的上下，里外，除了在桌面上复习以外，一定要设置情景来练习泛化，这是非常必要的。比如泛化上下，我们就要让他把被子去放写字台上去，把球放在写字台下，去拿写字台上的杯子，去拿写字台下的球，拿么他要认识鞋子台。比如里外，把笔放在抽屉里，那他也得知道抽屉是什么。再比如认识的了颜色，那么就可以让孩子在一个环境当中找

一找红色，找一找谁穿的衣服是黄色的。还有，学习了物品功能，想让孩子画画时，可以跟孩子说我们画画，需要去拿什么？他不知道时，给予他辅助。泛化时语言的字数根据孩子的能力越来越长，变着方法还要说同一个意思，避免无意中塑造了孩子的刻板行为。

八、多带孩子到外面玩。

（四）家庭训练中存在的误区

1. 认为只要不断地训练孩子就有可能好了，不再是孤独症了！因为孤独症是一种终身障碍，它就像聋哑儿童、盲人一样，无论他们通过训练，能力上升多快，进步多大，他们依然还是一个孤独症孩子，家长就是一个家庭特教老师的身份而非医生，因为孤独症的教育将伴随孩子终生。

2. 家庭训练中往往忽视孩子的生活能力、行为控制能力的训练。例如：有的孤独症孩子语言能力很好，整天喋喋不休地说话，却不知道要听别人指令控制自己的行为。再如：有的孤独症孩子他们可以把电脑游戏玩得溜溜转，却不懂得别人的电脑不能随便动。又如：还有的孩子他们在家里能处理自己的上厕所问题，却不能在别的场合处理自己上厕所的问题。

3. 家庭训练中过度强调孩子模仿说话，忽视孩子主动表达运用语言和沟通能力。例如有的孤独症孩子可以读报纸、背广告词却不能在想喝水时，向他人说：“我要喝水”。再如：有的孩子可以快速模仿你很长的一句话却不能在适当的场合说出他要的东西，更无法与人进行沟通。

4. 家庭训练中家长对孩子要求极其苛刻（从心里想消灭孤独症）。家长甚至使用暴力，压制孩子的天性，大大增加了孩子的不安全感，使得孩子情绪很糟。例如：孤独症孩子行为刻板，有的孩子一旦会写数字就必须公公正正用标准的书写体书写数字，而有的家长受不了，坚决要求孩子写的和自己一样，孩子没有按家长要求写时，家长先是吓唬到后来就演变成打骂，这种情况在家庭训练中常常出现。这个例子反应出的是孩子只要写了你让他写的数字，他怎么写我们都可以接受。

5. 滥用贿赂而不是强化。例如：给孩子一个任务，孩子不愿意完成或是有一定的情绪，这时妈妈说：“你完成了就给你吃糖。”这个是为贿赂。给孩子一个任务，孩子不愿意完成或是有一定情绪，妈妈不做出任何承诺，耐心等待或者辅助孩子完成，完成后妈妈给孩子吃糖，这个是为强化。在训练中，对于高功能孩子而言可以使用社会契约法（形式相似但不同于贿赂）进行行为塑造，对于中低功能孩子而言，尽可能的使用强化，而非贿赂。

6. 对孤独症儿童的问题行为不做记录、功能分析就认为孩子是故意的或者是无理取闹的。孩子问题行为的产生一定会有原因的，因为他们不能与他人进行有效沟通，所以不断出现新的问题行为，这就需要我们认真观察孩子的行为与什么有关系（什么人、事、环境）才可以对症下药，采用好的方法加以减弱和消除孩子的问题行为。

7. 家庭训练中态度保持不一致，不坚持泛化和巩固孩子所学的东西。有的家庭可能有其他人帮忙带孩子，就不得不提到孩子训练可能因为家人的态度不统一使训练效果大打折扣，例如：妈妈刚教会孩子上厕所时要主动说“我要上厕所”，奶奶带孩子时却总是主动把

孩子带到厕所并帮孩子脱裤子解决上厕所问题，那么产生的结果可能是孩子永远都不能主动表达自己要上厕所，使得妈妈刚教会的行为没有得到巩固泛化。还可能带来更加严重的问题使孩子在没人带他的情况下，尿在裤子或地上，随着年龄的增长很可能造成更可怕的后果，无论他长到多大，都随地大小便。

8. 过度强调家庭训练，不去推动社会接纳孤独症儿童，（包括普通学校\幼儿园\特殊学校等）。孤独症儿童的家庭训练很重要，但过度强调家庭训练，就会走向另一极端，很多家长认为自己的孩子不能上学是因为他有孤独症障碍，只有通过家庭训练好后再上学，这种想法是错误的，孤独症孩子能不能上学和他是不是孤独症没有关系，更多时候融入社会环境中对于孩子的部分能力具备重要的促进作用。

七、情绪控制及行为矫正

（一）情绪问题背后的原因

第一，引人注意。

语言迟滞、沟通障碍是孤独症儿童的主要特征之一。由于他们缺乏与人沟通能力，往往形成人格瑕疵，内心充满自卑感；无法与人沟通，内心世界无法向人表白，于是就会产生许多问题行为，其中最严重、最明显的就是情绪行为。他们企图借助于情绪行为来引起他人的注意、抒解其内心压力或达到某种目的。

第二，固执行为受到限制或改变。

孤独症儿童适应能力低、缺乏想象力、活动大多无新意。80%以上的儿童拒绝环境改变，其行为多固执、刻板。每当指导者（老师、家长）试图阻止或改变其固执、刻板行为时，立即会引起儿童强烈的情绪反应。

第三，逃避要求。

孤独症儿童和其他儿童一样，如果在家庭、学校、社会等环境中整天都让他随心所欲，不加任何约束，可以肯定地说，他们极少出现情绪问题。但是，任何人在任何环境中都应该有一定约束和规范。孤独症儿童的情绪问题大多是在指导者对儿童有一定教育训练要求、生活及社会行为规范时发生，而且表现极其强烈。如：乱吼乱叫、哭闹、跑跳甚至自我伤害、攻击他人等，他们企图借此逃避要求。

第四，身体疾病。

据有关资料显示，有的孤独症儿童均有不同程度的脑部机能障碍（如：脑波异常等），而且有相当部分在少年期和成年期会发生癫痫症。脑波异常可能会使他们莫名其妙地打头、哭闹等。除癫痫外，也可能因为其它病变（如：牙痛、感冒头疼、肚痛等等）无法表达而导致情绪行为的发生。

第五，指导方法不当。

教育训练中指导者没能切实根据儿童的实际能力制定训练计划、没能找到适合儿童接受的教育训练方法、没能在社会适应活动根据儿童的实际状况提出合情、合理的要求，也能引起儿童的情绪问题。

第六，家庭教育方式不当

自闭症儿童主要养育人与孩子的互动情况、夫妻关系状况以及父母对自闭症儿童的态度这三个方面对自闭症儿童的康复训练都有影响。良好的、积极的、鼓励的态度将有助于自闭症儿童的康复训练取得成效

第七，孤独症病症所致。

有的研究者认为，孤独症儿童大脑中枢神经（包括前庭系统和周边神经）的感觉刺激调整功能受损，也就是脑干无法将各种感觉感受器接收并传达来的所有感觉刺激完成初步的调整作用，乃至大脑皮质无法加以统整、判断认知而做适度的行为反应，进而使儿童在新事物、新环境面前无所适从而产生情绪行为。

第八，其他原因

有时自闭症儿童沉浸自己的世界里，负面的情绪容易扩大，在他的脑海里总是会像放电影一样闪过一个个镜头，突然间会想到某段时间内不高兴的事情，就会大发脾气，做出不恰当的行为。

（二）情绪处理的策略

第一，仔细观察、认真分析。

导致孤独症儿童情绪行为的原因很多，也很复杂。教者平时就要仔细观察儿童情绪行为发生的频率、强度和对周围环境及对儿童本身的影响并做好详细记录，在此基础上认真分析其原因和目的，以便及时处理或根据实际情况调整、改变教育训练方法。如果是身体不舒服，教者应该及时请医生检查治疗；如果是训练要求太高或方法不当，教者应及时调整其要求和方法；如果是因为固执刻板行为受到限制而引起，那就适当调整处理固执刻、板行为的方法；如果是其它原因，教者应根据实际情况及时处理。

第二，把握时机、积极处理。

导致孤独症儿童情绪行为的原因复杂，其发生时间、频率又不固定，随时随地都有可能发生。因此，作为家长一定要在认真分析其原因的基础上，切实把握好时机，用科学的、符合儿童实际的方法作积极地处理，切忌消极应付。

第三，合理要求、逐步提高。

情绪是指有机体的天然生物需要是否获得满足而产生的强烈的、具有情境性的情感反应。因此，在日常生活、教育训练活动中，指导者一定要充分考虑儿童年龄、智力、病程、教育训练程度、接受能力等等因素和训练内容、时间安排等等实际情况，充分考虑儿童的需要，对儿童提出合理的要求，并根据儿童的发展水平逐步提高要求。

(三) 情绪处理的方法

1.正面练习。

当孤独症儿童情绪行为发生时，要求儿童立即将双手放在头上，从头开始、到肩、到腰、再到腿（坐姿、站姿均可），每个部位停留 15—30 秒钟。如果儿童有一定的语言表达或有数数能力，指导者可以叫他数数（从 1 数到 30）来计算时间，同时也在一定程度上分散其注意力。如此反复练习，至到情绪稳定为止。

2.忽略与增强。

当儿童发生扯头发、打头、用头撞墙、咬手、在地上打滚等情绪问题时，如果指导者急着哄他或试图抱起他等，他可能会发的更厉害。因此，在没有影响到儿童自身或他人生命及财产安全时，指导者可以故意不予理睬他，最好在儿童情绪好转前不要正眼看他，他的脾气反而会逐渐停止发作，待到正常情绪出现时，再予以及时增强，从而以增强良好行为来减少该行为的发生。3 者还应在儿童情绪良好时，充分运用表扬、鼓励等方法给予间歇性强化，以增强其良好情绪的出现与保持。

3.厌恶制约。

对有自伤、特别是严重自伤和攻击他人行为的儿童，指导者可以适时采用厌恶制约，即把自伤和攻击他人等行为症状与不愉快的体验（如言语谴责、物理统制等等）结合起来，利用产生不愉快甚至痛苦体验的条件刺激来代替自伤和攻击他人等异常行为，使他在更深程度上体验行为与结果之间的关系，从而使其自动阻止并消除自伤和攻击他人等不良行为。对一般咬手行为可用黄莲、胡椒等有苦味、辣味之物涂在所咬之处；对严重咬手指、手腕、打头等自伤行为，可用橡皮筋弹击（注：力度不能太大）所咬之处及其周围。但是，这种方法尚需考虑人道、法律和副作用。因此，使用时应十分小心谨慎。

4.隔离。

当儿童发生捣乱（抛掷玩具、损坏玩具等）、攻击他人（咬人、打人、踢人、在楼梯上推人、吐口水、揪头发等）、发脾气（哭叫、跳闹、饭桌上乱仍食物等）等等情绪行为时，指导者立即（在不良行为出现的 5 秒钟内）取消他正在进行的活动或撤除他正在享用的正性强化物，或将他与其他儿童或当时场境隔开，转移到正性强化物较少的情景中去，即所谓的暂时隔离。暂时隔离的时间一般遵循一岁一分钟的原则，也可根据其生理年龄和心理年龄等情况酌情考虑时间的加减。如果是使用隔离室，那么，隔离室的设计应相对科学，严防儿童自伤。暂时隔离过程中，当儿童出现良好行为时，立即给他减少或撤除原有的厌恶刺激或情景，并使之日后在同样的情景下提高该替代性良好行为的出现率。

5.给予能力范围内的任务

当孩子出现情绪问题时可适当的给予孩子能力范围的任务,一方面可以转移孩子的注意力,可以缓解情绪;另一方面可以让孩子意识到哭闹同样需要完成任务,逃避情绪是没有用的。同时在给予任务时,可以介入孩子其他能力的训练,例如让孩子捡散落的雪花片,可以锻炼孩子蹲起等大肌肉,同时也利于手部精细动作的训练,还能训练其指令的有效性。

6.合理的选择宣泄方式

当孩子出现情绪问题时,可以给孩子提供两种合理的情绪宣泄方式,例如揉捏橡皮泥和吹气球,一方面给予孩子选择的权利,另一方面在可接受的范围内选择可避免不恰当的行为出现。在提供的宣泄方式中,同样可以在无形中训练孩子的某方面能力。

7.心智解读

孩子具备一定的认识能力时,可对孩子进行基本情绪认知教学,帮助孩子理解情绪,同时利用图片兑换沟通系统(PECS)帮助孩子进行合理的情绪表达,替代哭闹的情绪表达方式。

8.防预

事先跟孩子说明情况或应守的规则,有需要时可以图片或文字协助加以说明。又或避开容易触动孩子情绪行为问题的事情或物件。(程序表/社交故事)

9.引开注意/专注转移

可提供或引导孩子以一些合理或可以接受的方法来取替他执着而令自己不高兴的事情。例如:孩子坚持要某些物件或做某些事情,而家长不能满足孩子的要求时,可与孩子协商或提供其他形式的事情或物件取缔,借以分散孩子的执着。(行为矫正及视觉策略:图卡)

10. Son-Rise 概念

要掌握孩子的理解能力,用语要精简,有需要时可重复再说,不妨反问孩子,引导他自己重复解释整件事情。最重要的是让孩子知道你明白他的需要,因此,在解释过程中,必须以孩子的需要或期望作总结。或尝试跟孩子谈些他喜欢的事物,让孩子把专注放在一些有建设性的事情上。

11. 任其发泄

当儿童的情绪过分高涨,而家长没法把孩子的情绪安定下来时,找个安全的空间或可接受的方法,让孩子把不满的情绪抒发出来。这方法未尝不可,这样做可以让孩子和自己有个空间把情绪安抚下来,但这并不是一个积极处理问题的方法。儿童的问题仍未得到恰当的解决。这只是一个缓冲的办法,家长切勿忘记正视孩子的问题,想办法把孩子的问题解决,这样做才能产生较长远而良好的效果,同时不会让孩子钻进牛角尖,行为和思想变得固执而偏激。(这并不等于隔离方法)

八、理论与方法支持

（一）行为矫正原则

处理孤独症儿童的问题行为的最基本的原则有两条：一是帮助、鼓励孩子增加为人接受的恰当行为；二是帮助孩子减少为人不接受的行为。当教者能耐心细致、持之以恒地帮助孩子学会他所缺乏的技能与行为（比如，社交沟通能力及多种娱乐的技能）之时，就是问题行为减少之日。面对孩子诸多的问题行为，除了要一个一个地处理之外，还应该做到“四不”、“四要”：

- ◎不要只是惩罚问题行为，而是要多鼓励良好行为。
- ◎不要只是埋怨，而是要应用 ABC 模式认真分析、找出引起问题行为的原因及处理的策略。
- ◎不要只是阻止，而是要善于利用和转移。
- ◎不要只说：“不许这样做！”而是要说：“我来帮你这样做。”

（二）方法理论总览：

行为应予限制：是指行为本身不是问题，但是它发生在不该表现的环境中，因此应将其限制在特定的环境之中。

逐变标准设计：指在实验处理阶段，采取逐步实现目标行为的方式，将整个处理阶段划分为若干小阶段，并预先确定每一小阶段的要求标准，依序提升，以逐步形成目标行为的方法。

正强化：指行为反应之后所尾随的事件造成反应概率提高的现象。

负强化：指行为反应之后立刻除去的厌恶刺激，可以增加该反应的发生概率。

消退：在特定情境中，个体产生了以前被强化的行为，但此时这个反应之后并不跟随着通常的强化，那么当他下一次遇到相似的情境时，该行为的发生概率就会降低。

塑造：就是建立个体在当时还不会完成的新的目标行为的过程，即个体从不能做出某一行为到一步一步学会这一行为的过程。

渐隐：就是指逐渐改变控制反应的刺激，最终使个体对部分变化了的刺激或完全更新了的刺激，仍能做出同样反应的现象。

连锁：就是把要求习得的整体行为分解为一个个紧密联系着的环节，即刺激—反应链，然后对当事人的行为链条逐一进行训练，并最终使之习得整体行为的方法。

代币系统：凡是能够累积并用来交换其他强化物，称为代币，凡是使用代币作为强化物

来进行的行为矫正计划，就叫做代币系统。

行为契约：其实质就是建立一套以文字条款为形式的，对目标行为的奖励和惩罚机制。

厌恶疗法：是将欲戒除的目标行为与某种不愉快的或惩罚性的刺激反复多次结合起来，通过厌恶性条件作用过程，从而达到戒除或减少目标行为的目的。

生物反馈：是在电子仪器的帮助下，将我们身体内部的生理过程、生物电活动加以放大，放大后的机体电活动信息以视觉（如仪表读数）或听觉（加蜂鸣器）形式呈现出来，使主体得以了解自身的机体状态，并学会在一定程度上随意地控制和矫正不正常的生理变化。

矫枉过正：就是在问题行为发生后，要求当事人进行与该问题行为有关的费力活动。它包括过度补偿和积极练习两种形式。

（三）具体方法及实施

一 榜样法

1. 定义：以某个个体或某个团体的行为为榜样，让儿童通过观察、收听、阅读或操作等途径而改变自己的行为，从而使儿童形成与榜样相同动作、思想、态度或是语言表达等特性，这种行为改变技术被称为“榜样法”。

2. 理论基础：榜样法是建立在社会学习理论基础上的。社会学习理论认为，在儿童成长的过程中，社会环境对儿童的行为产生决定性的影响。班杜拉认为模仿是人们彼此之间相互影响的重要方式之一，是实现个体行为社会化的基本历程之一，模仿在个体社会化过程中起着重要作用。

3. 条件：

- (1) 儿童具备模仿能力
- (2) 榜样为儿童接受
- (3) 及时给予奖励
- (4) 尊重儿童的个性与价值

4. 实施步骤：

- (1) 确立目标行为
- (2) 选择好榜样
- (3) 榜样展示良好行为并受到奖励
- (4) 儿童模仿并展现该良好行为，得到奖励

5. 应用范围：学习良好行为；表现已获得的良好行为；抑制不良行为；多表现良好行为

二 塑造法

1. 定义：塑造法是指系统地、及时地对儿童所表现出的那些接近目标行为的一系列相似行为进行强化，从而使儿童最终建立起目标行为的方法。

2. 理论基础：斯金纳 训练小白鼠压杠杆试验
——望着杠杆——望着杠杆并鼻子靠近杠杆——鼻子靠近杠杆且前肢离开地面——前肢离开地面并碰着杠杆——抬起前肢且完全压下杠杆

3. 条件：

- (1) 有效的划分各个中间行为

(2) 组织好各个中间行为之间的替代

4. 实施步骤:

(1) 确立目标行为

(2) 合理的划分起点行为与目标行为之间的各个中间行为

(3) 确定行为塑造的方向

(4) 儿童表现出中间行为后方可获得强化

(5) 顺序地强化各个中间行为, 直至目标行为(或终点行为)的完全建立

5. 提示与渐隐提示: 是指在行为塑造的过程中, 教育者所给予儿童的各种特殊帮助, 如身体上的帮助、语言上的指导等。

渐隐: 是指在行为塑造的过程中, 教育者所给予儿童的各种特殊帮助在数量和质量上的减少。

3. 应用范围: 塑造新行为

三 合同法

1. 定义: 教师或家长组织或安排一种情境, 让儿童按照成人要求完成任务, 之后儿童可以从事自己喜欢且是被成人认可的事情。口头合同、书面合同; 短期合同、长期合同

2. 理论基础: 斯金纳的操作性条件反射理论 “如果你做甲事, 那么你就可以做乙事或得到乙”。

3. 条件:

(1) 儿童真正理解合同 普通 2 岁以上

(2) 共同协商

(3) 任务与奖励相称

(4) 考虑儿童特征(年龄、认知发展水平、成就动机、时间和事件有先后的概念等)

选择合同种类

(5) 双方坚持遵守

4. 实施步骤:

(1) 教师与儿童建立和保持亲密的关系

(2) 教师与儿童见面并向儿童解释见面的目的

(3) 教师向儿童解释“合同”是什么: 教师举例——儿童举例——共同总结

(4) 教师和儿童共同讨论合同里的任务

(5) 教师和儿童共同讨论强化物

(6) 教师和儿童共同协商完成任务所需的时间以及完成任务的标准: 详细, 时间、标准 (7) 教师和儿童共同协商任务与强化物之间的比值

(8) 教师和儿童共同探讨评估儿童完成任务的方式

(9) 教师和儿童共同确定给予儿童强化物的时间与地点

(10) 教师或者儿童写下合同。教师念给儿童听, 再次向儿童明确各自的责任, 以确保儿童理解正在签订的合同

(11) 教师和儿童在合同上签字, 教师留下原稿, 给儿童一份合同复印件

(12) 教师祝贺儿童签订合同, 并预祝儿童成功

(13) 开始执行合同

5. 应用范围: 已获得的良好行为的增强

四 代币制

1. 定义: 当儿童表现出良好行为时, 即可获得相应的代币; 若儿童表现出不良行为时, 即被扣除相应的代币; 儿童用手中的代币可换取自己所希望的奖励。通过应用代币来帮助儿童建立良好行为、消除不良行为的方法被称为代币制。

2. 理论基础: 斯金纳的操作性条件反射理论 在代币制里, 代币本身不具有价值, 它的价值隐藏在它所能换取的奖赏物(后援强化物)里。

3. 条件:

- (1) 儿童 4、5 岁以上
- (2) 儿童有一定耐性, 可等待
- (3) 行为与代币比值合理, 代币与奖赏比值合理
- (4) 按时兑现奖赏
- (5) 奖赏有强化作用

4. 实施步骤:

- (1) 确立目标行为
- (2) 向儿童讲解: 什么是代币制?
- (3) 将行为规则告诉儿童
- (4) 确定代币
- (5) 确定目标行为与代币之间的比值
- (6) 确定奖赏(物品或活动)
- (7) 确定各种奖赏与代币之间的比值
- (8) 当儿童表现出某个目标行为时, 立即给予或扣除儿童相应的代币
- (9) 确定代币交换奖赏的时间与地点: 5-7 岁, 当日; 8 岁以上, 隔日或周末
- (10) 时常更换奖赏

5. 应用范围: 增强已有的良好行为, 抑制存在的不良行为

五 消退法

1. 定义: 当儿童表现出某种不良行为时, 不给予其强化或处罚即不予理睬、不予关注, 从而导致该行为的出现频率下降, 直到儿童的这种不良行为消退掉。

2. 理论基础: 斯金纳“小白鼠操作杠杆”实验: 小白鼠压杠杆——得到食物——再次表现压杠杆的行为; 小白鼠压杠杆——虽然没有遭受电击, 却也得不到食物——压杠杆的行为就会消失

3. 条件:

- (1) 正确应用“不予理睬”
- (2) 坚持不懈
- (3) 各方意见一致: 儿童发现成人之间的观念不一致——不良行为加剧

4. 实施步骤

- (1) 确立目标行为
- (2) 实施者要与相关人员共同来确定行为改变计划——相关人员的支持与配合
- (3) 告诉儿童即将要进行的消退计划: 在儿童情绪正常时沟通; 告诉儿童如何表现才是正确的
- (4) 对儿童表现出的不良行为不予理睬: 不批评儿童、不与儿童争辩交谈、不与儿童有任何的目光接触、转移对儿童的所有关注、关注其它的事情、离开儿童所在的场所
- (5) 对儿童表现出的良好行为进行及时强化

5. 应用范围: 非自伤性、非破坏性、非攻击性的不良行为, 且这种行为在以前表现时

会受到强化

六 饱厌法

1. 定义: 通过持续地给予儿童某种奖赏物, 从而帮助儿童消除由该奖赏物所诱发的某种不良行为。

2. 理论基础: 斯金纳 小白鼠试验

3. 实施步骤:

(1) 确立目标行为

(2) 确立强化物

(3) 制定固定强化程序: 固定比率 (每次见面都问: “你吃了吗?”)、固定间隔

(4) 执行固定强化程序: 注意相关人员的配合, 并注意发掘儿童积极的兴趣点

4. 应用范围: 囤积东西 (纸、笔、毛巾)、乱撕衣服、不停喝水、问时间等。不适用于有强迫症的有消极意义的行为 (如儿童对性感兴趣)、破坏性、伤人和自伤的行为, 孤独症的刻板行为也不适用, 而宜用转移注意力、占用时间的方法

七 惩罚法

1. 定义: 当儿童表现出某种不良行为时, 立即对儿童施予不愉快或厌恶刺激 (身体的或言语的), 从而使儿童表现该不良行为的频率下降直至消失。

2. 理论基础: 斯金纳 小白鼠压杠杆

3. 种类: 体罚法、言语惩罚法、任务惩罚法、特殊惩罚法 (厌恶治疗法)

4. 关于惩罚法的问题:

(1) 惩罚仅是压抑行为而不是消除行为

(2) 惩罚没有提供一个可接受的良好行为模式

(3) 部分实施惩罚的人所表现出的攻击行为给儿童展示了一种不好的模式

(4) 惩罚所造成的伤害有: 害怕、紧张、焦虑以及退缩等

(5) 惩罚之后儿童所产生的挫折感会使他们今后更偏离群体

(6) 惩罚破坏了儿童头脑中的教师和家长的形象

(7) 它鼓励儿童表现暴力行为

(8) 它破坏了教师和家长以后与儿童进行积极交流的机会

(9) 它会使儿童产生心理上的障碍

(10) 它会是受惩罚儿童和目睹惩罚的儿童产生焦虑

(11) 它影响了儿童关注积极和有意义的活动的能力

(12) 言语的惩罚经常恶化为诋毁儿童的智力、人格和尊严

(13) 教育者因自己的事情迁怒于儿童

(14) 执行惩罚不公平

(15) 实施惩罚不注意选择场合和地点——儿童尊严

(16) 对儿童执行惩罚时, 夸大错误: 将行为上升到人品, 夸大孩子的错误, 实质上是在暗示孩子朝那个不好的方向发展

(17) 将惩罚变成了让儿童服从成人的手段

(18) 在儿童接受惩罚时, 没有实行监督

5. 原则:

(1) 儿童首次表现某种不良行为时, 教育者应先尝试其它的行为改变技术, 而非惩罚法

(2) 儿童屡次表现某种不良行为而且使用其它方法均无效时, 可以应用适度的惩罚去

消除儿童的不良行为

(3) 对于儿童的某些不良行为可能会伤害自己或他人, 例如儿童玩火或者借助外物伤害其它儿童时, 可以应用惩罚法

(4) 对儿童实施惩罚后, 要告诉儿童惩罚的原因, 让儿童知道自己为什么会被惩罚

(5) 惩罚之后注意在平时与儿童建立更亲密的关系, 避免留下伤痕

6. 实施步骤:

(1) 明确行为守则: 认真分析哪些行为是不可以发生的, 明确告诉儿童不能发生哪些行为

(2) 将行为守则贴在醒目处

(3) 教儿童学会良好的行为方式

(4) 当儿童表现出不良行为时, 儿童将受到惩罚

(5) 惩罚执行后, 让儿童了解自己受惩罚的原因

(6) 让儿童示范良好行为, 强化行为的正确方式: 让儿童自己用语言将正确行为表述出来, 再让儿童用行为示范

八 隔离法

1. 定义: 当儿童表现出某种不良行为时, 暂停儿童正在进行的活动, 将儿童从受到正强化的环境中带到一个不受正强化的环境, 并让该儿童在那里待上特定的时间, 由此来消除儿童的不良行为。正在进行的活动: 儿童原意从事的活动, 但并不是不良行为发生的原因受到正强化的环境: 儿童原意在的地方, 是让儿童感觉愉快、高兴的场所不受正强化的环境: 儿童不原意在的地方, 是让儿童感觉单调、乏味的场所, 但并不是害怕得场所若是环境原因导致不良行为, 则需对环境进行控制

2. 理论基础: 斯金纳 操作性条件反射 “趋乐避苦”

3. 条件:

(1) 儿童对行为规则真正理解

(2) 隔离区要求: 有灯光、椅子, 无危险物品, 四周无装饰物

(3) 真正隔离

(4) 时间恰当

(5) 阶段性评估

4. 实施步骤:

(1) 确立将要消除的目标行为

(2) 合理选择适当的隔离法: 观望式隔离、排除式隔离、绝缘式隔离

(3) 确定隔离时间: 原则上与孩子实际年龄相当, 即 1 岁一分钟, 不超过 10 分钟

(4) 将行为改变计划告诉儿童

(5) 一旦不良行为发生, 立即进行隔离: 少于 10 个字, 少于 10 秒钟

(6) 记录隔离时的相关信息

(7) 解除隔离后, 让儿童明白自己被隔离的原因

(8) 让儿童示范良好行为, 强化行为的正确方式

5. 应用范围: 2-12 岁, 合群儿童, 尤其争吵等不良行为

九 行为代价法

1. 定义: 当儿童表现某种不良行为后, 教师或家长将儿童本该享受的某种奖赏或权利收走一段时间, 以此达到减少不良行为的发生。

2. 理论基础: 操作性条件反射

3. 实施步骤:

- (1) 仔细分析行为问题：前因、性质与程度、儿童年龄与当前行为问题的关系等
 - (2) 选择收走适当的正强化物：对儿童有激励作用的正强化物、对儿童赋予特殊意义的权利、不影响儿童的正常发展、不侵害儿童的尊严与人格
 - (3) 制定恰当的收走时间：年龄、性格特征等考虑，是暂时收走还是永远收走？
 - (4) 将行为改变计划告诉儿童
 - (5) 一旦不良行为出现，立即收走相应的正强化物或权利
 - (6) 控制各种因素，确保在特定的时间内，儿童得不到该强化物或享有权利。
4. 应用范围：年龄 5 岁以上，有一定认知基础

十 系统脱敏法

1. 定义：在舒适的环境中，让患者充分地放松自己，然后系统地让患者逐渐接近其所恐惧的事物；或是逐渐提高患者所恐惧的刺激物的强度，从而让患者对于恐惧事物的敏感性逐渐减轻，直至完全消失。

2. 理论基础：南非心理学家 Wolpe 沃尔普的恐惧症治疗法：肌肉放松下机体的愉快反应会抵制恐惧反应。后天习得的各种恐惧症都可以通过系统脱敏法得到缓解、消除。

3. 实施步骤：

- (1) 训练儿童学会完全放松肌肉
- (2) 建立焦虑、恐惧事件的等级：找出引发恐惧的各种事件确定不同事件所产生的恐惧的程度按照患者对事件评定的数值，由低到高对事件进行排列
- (3) 通过各等级的恐惧事件首先让患者进行肌肉放松训练——呈现最低等级的事件——肌肉放松——稍高程度事件——肌肉放松……通过全部等级的事件。（注意：步子勿太大）

例：处理孤独症儿童挑食的现象，就可以为他安排这样一个程序：桌上有不喜欢的菜（不挑进碗里）——碗里有不喜欢的菜（不进勺）——勺里有不喜欢的菜（不进嘴）——嘴里有不喜欢的菜（不吞咽）——嘴里有不喜欢的菜（含 20 秒）——嘴里有不喜欢的菜（咀嚼不咽）——嘴里有不喜欢的菜（咀嚼咽下一部分）——嘴里有不喜欢的菜（咀嚼并全部咽下）

十一、 强化相反行为的方法

1. 定义：通过系统地正强化儿童与某种不良行为相反的良好行为，从而帮助儿童培养良好行为以取代不良行为。

2. 理论基础：1947 年，英·谢林顿，一组肌肉受刺激而兴奋，另一组肌肉即受抑制，且在神经系统也存在这种相互对立（抑制）的情况；1958 年，南非沃尔 pu（Wolpe）个体在同一时间只能表现一种状态，而不会在同一时间又两个相反的行为。

3. 优点：可避免惩罚法、隔离法等的不良影响，表现为扶持好的行为以压抑不良行为；改变看待儿童的观点。

4. 实施步骤

- (1) 确立要改变的目标行为
- (2) 找到与目标行为相反的行为
- (3) 确立强化物
- (4) 实施行为干预程序：塑造法、代币制、合同法等。各方法并非各自独立
- (5) 评估行为干预的效果：目标行为是否消除了？良好行为是否建立了？

十二 前提控制法

1. 定义：通过改变前提刺激以激发良好行为的发生以减少甚至消除不良行为。前提：是指引发行为的刺激事件，且它可影响着行为的再次发生。特点是可引发良好行为，也可引

发不良行为。

2. 应用前提控制法来增进良好行为：

- (1) 安排引发良好行为的刺激：改变前提刺激的某些特征
- (2) 降低良好行为发生的难度
- (3) 为良好行为安排效果建立

3. 应用前提控制法来减少不良行为

- (1) 排除引发不良行为的刺激
- (2) 增加不良行为发生的难度
- (3) 为不良行为安排效果建立

附：语言发展训练

一、构音器官的组成：舌、唇、下颌、软腭、喉

二、影响发音的几大因素：1.面部、咬肌肌张力较低

- 2.下颌没打开，咬颌力量不够
- 3.舌头灵活度不够或舌息带过短
- 4.唇部力量及灵活度不够
- 5.吞咽功能较弱

三、构音器官的训练：

1.面部肌肉与咬肌的训练：手握拳或颗粒球揉面部；鼓腮；微笑

2.舌运动功能训练：训练时先做舌外伸训练，再做舌伸缩训练，待舌外伸功能改善后，可做舌伸出。舌尖舔上下唇及左右嘴角的训练，平时可用压舌板、棒棒糖、果酱等诱导物。

3.唇部运动功能训练：先从口唇闭合训练开始，令患者双唇紧闭夹住吸管、压舌板等物，尽可能逐渐处长时间保持，以增加嘴唇的收缩力，接着做双唇的活动训练，双唇向前撅起，然后尽量拉向两侧，做“啊呜”的口型模仿反复交替训练，以增加唇运动的灵活性（以此延伸更多唇部的口型模仿增加唇运动灵活性）

4.下颌运动功能训练：下颌运动在构音过程中具有重要作用，当下颌关节运动障碍时，必须进行下颌关节上抬、下拉的运动训练，促其下颌逐渐过渡到主动运动。如：嚼口香糖。

5.软腭的训练：先要对软腭进行过系统的按摩。用压舌板或干净的手反复地把软腭推至后咽壁。可多使用咀嚼、打哈欠、吞咽、咳嗽、叹气等自然动作的训练。可让儿童把舌头伸出口外。

6.喉部的训练：让儿童一手摸着自己的喉部，一手摸着语言矫治师的喉部，同时注意听自己发出的嗓音。这样能使他将声带振动和嗓音联系起来。重要的是设法引出他比较自然的不带多余紧张的嗓音。

构音器官运动练习

一、舌头

1. 舌头伸出伸进
2. 把舌头伸出外面再往上翘
3. 舌头向左右最嘴角移动
4. 舌头在口内左右移动，推抵两颊内侧
5. 用舌头舔上下唇
6. 用舌头用力舔食物（饼干、棒棒糖等）
7. 舌头在牙齿外侧转动，做清洁牙齿状

二、舌头

1. 撮起嘴唇做吹口哨状，说呜
2. 唇部内收，发 b 音，或 pu 气
3. 不停交换 a、wu 音
4. 露出上下牙后放松，重复的做
5. 上下唇含住管状物品，用力往外拉
6. 上下唇内缩后用力发“吧”
7. 不停交换说 呶——唔 呶——唔（先从咿这个音开始训练）

三、气息的训练

1. 做不要说话的信号，嘘--，嘘--
2. 吹火柴，蜡烛，碎纸片或口哨
3. 用吸管喝水
4. 慢慢哈气，越长越好（也可以打哇哇）
5. 鼓胀两颊，越长越好
6. 鼓气两颊，爆、啪声，或做漱口状

四、其他发音训练

1. 嘶、啪、嘶、嘶
2. 噗、泼、噗、泼
3. 滴、答、滴、答
4. 呀、呀、咿、呀
5. 踏、踏、踢、踢
6. 哇、花、哇、花

附表 1：

儿童相关信息表

儿 童 信 息	姓名		性 别		出生日期	年 月 日		贴照片
	临床诊断				诊断时间	年 月 日		
	诊断机构				入学时间	年 月 日		
	户籍所在地							
	现居住地址						家庭电话	
家 庭 情 况	父亲姓名	年 龄	文化 程 度	工 作 单 位 及 职 务			联 系 电 话	
	母亲姓名							
	其他成员							
	家庭模式	大家庭 () 核心家庭 () 单亲家庭 () 寄养家庭 ()						
	居住社区	花园、小区 () 独家居住 () 租住房 ()						
教养方式	教育型 () 娇惯型 () 放任自流型 ()							
语言环境	普通话 () 重庆话 () 地方方言 ()							
抚养/ 带教人	父母 () 爷爷奶奶 () 外公外婆 () 保姆 ()							
儿 童 自 身 状 况 介 绍	妊娠史	母妊娠年龄		胎教情况		先兆流产		
		心理状态		生理状况		环境状况		
	分娩史	足 月		产 程		分娩方式		
		早产或过期		室 息		出生体重		
	生长 发育史	母乳喂养		人工喂养		高热抽搐		
		会抬头时间		会翻身时间		会爬行时间		
		会笑时间		会坐时间		会走时间		
		会发音时间		说单词时间		说词语时间		

	既往病史 (心脏病、癫痫等)		过敏史 (含药物、食物等)	
	特殊的饮食习惯		特殊的睡眠时间	
最喜欢 的活动	室 内		最爱看的 电视节目	
	室 外		最常玩的玩具	
	独处时常做事情		经常一起 的玩伴	
	语言表达能力		认知/认字能 力	
	数 数		穿 衣 服	
	吃 饭		大 小 便	
特 殊 行 为	伤害自己/他人			
	逃 跑			
	其 他			
智障成因				
目前主要障碍情况				
既往康复教育情况				
说 明				