

第七章

会说话的身体

非口语沟通的重要性

本章目标：教您一些方法来帮助孩子：(1) 学会用肢体语言来表达需求、情感和兴趣；(2) 理解您的肢体语言。非口语沟通 (nonverbal communication) 是语言 (language) 和言语 (speech) 的基础。

为什么非口语沟通（肢体语言）很重要？

说起孩子们的沟通方式，我们大多数人首先会想到语言。然而，沟通远不仅是说话这么简单。在还不会说话时，大多数婴幼儿就可以很熟练地通过他们的眼神、面部表情、手部动作、身体姿势和发声来表达信息，同时也能很好地理解父母的肢体语言。身体会说话！理解并使用非口语沟通让他们认识到，一个人可以选择通过目光接触、姿势动作和发声向另一个人表达想法和情感，而对方也能够理解这些来自于身体，通过空气，进入眼睛，到达大脑的信息。这就是沟通的所有意义。

通过肢体语言，您的孩子开始明白，他能够理解您的想法、情感、要求和兴趣，而且您也能够理解他的。这就是非口语沟通的重要之处：它让您的孩子可以通过一种新的方式来理解他人和表达自己，从而与他人分享自己的内心世界和心理状态。换句话说，你们能够理解彼此给出的细微线索，这在一定意义上意味着理解了对方的内心。通过分享彼此的想法和感受，人类实现了互动。

非口语沟通不只是为还不会说话的孩子提供表达自己的方式。绝大多数

语言研究者认为，它也为言语发展提供了至关重要的基础。一旦孩子理解了沟通的存在，言语和示意动作就会被赋予意义。言语逐渐发展成一套附加的沟通系统，这一系统就建立在人类最初的沟通系统之上，即会说话的身体。

孤独症人士身上发生了什么？

孤独症会阻碍个体了解他人的想法。信息可以从一个人的脑子里，通过身体传递到另一个人的眼睛、耳朵里，最终被理解，而孤独症幼儿在学习这一过程时出现了很多困难，这个传递信息和理解他人想法的过程对他们而言就好像根本不存在。许多孤独症幼儿似乎意识不到沟通发生在两个人之间；他们不知道目光接触、肢体动作、说话的声音和面部表情的重要性。一个不理解这些信号所表达的信息的孩子，同样不会去注意和找寻这些信息。有些孩子在父母身边转来转去，尝试着把他们的手伸向东西来表达信息，而有些孤独症儿童甚至并不使用任何明确的信号来表达他们的需要或想法。他们很少主动表达，所以他们的父母需要自己决定什么时候给孩子吃东西、换尿片、让孩子睡觉。另一些孩子可能会表现得很烦躁或难受，但无法表达他们为什么不高兴，所以父母不得不努力地推测孩子的需要。

这为什么是个问题？

当一个孩子完全没有沟通，或者表达了紧张却没有表明原因，那么她的父母很可能会慢慢习惯于替她做决定，这样孩子的生活就会变得太过容易，每件事情都由别人替她安排！为什么要一味地满足孩子的需要，却不激发孩子沟通的意愿呢？

孤独症引起的这些非口语沟通障碍将会严重地阻碍所有的沟通发展，而且会持续很多年——延缓语言和言语的发展，阻碍建立在分享基础上的社会性交往，严重地限制了儿童有效地进行学习。大多数儿童在接受早期干预之前，甚至到 8 ~ 10 岁仍然完全没有沟通，这并非罕见。他们不会说话，没有肢体动作或其他可替代的沟通方式，这意味着他们与同伴或兄弟姐妹之间也没有社会性交往或者互动。

朱莉安娜的父母不知道怎么样才能让他们2岁6个月的小女儿好好吃饭。吃饭时，她无法安稳地坐在婴儿椅上，总是想拿饭菜和水果，或者拿着杯子在屋子里跑来跑去。如果大人试图让她坐到婴儿椅上，她就会尖叫、躺到地上，不愿意坐在上面。因此，为了让她能吃点东西，她的父母会在厨房的矮柜上面放一些食物（主食、饼干、面包等），让她能很方便地拿到，但这也意味着到处都是面包屑和手指印。

当朱莉安娜想要某个东西时，她会用手把妈妈拉到厨房，站在柜子或冰箱前面。但是，在妈妈打开柜子之后，她却无法表达她想要什么，因为她还没有学会用手指物和说话。妈妈需要每次拿出一样东西递给她，如果给她的不是她想要的，她就变得很烦躁并且大哭。因为朱莉安娜还不能用明确的肢体动作来表达她想要什么，她的妈妈可能会给她10种不同的食物，以确定她想吃什么。但朱莉安娜总是咬一两口就不吃了，然后又开始上述过程，一遍又一遍。每天，这样的情况都要发生很多次，这对朱莉安娜和她的妈妈双方都造成了很大压力。朱莉安娜的姑妈批评她的妈妈“太惯着她了”，但是朱莉安娜在同龄孩子中偏瘦，妈妈很担心她的营养状况，但又不知道怎么解决这个问题。她希望朱莉安娜能够说出或指出她想要什么。

如何提高孩子非口语沟通能力？

非口语沟通能力（“会说话的身体”）的发展为语言和言语的发展奠定了基础，并且建立了与他人进行双向沟通的途径。您可以用以下五个步骤来帮助您的孤独症孩子发展非口语沟通能力，以更多地表达自身的需求、兴趣和情感，成为更加积极的沟通者：

步骤1：您少做一些，让孩子多做一些。

步骤2：等一等。

步骤3：创造大量的练习机会。

步骤4：持之以恒。

步骤5：注意您自己的位置。

在下文中，我们将会详细讲述如何实施以上每一个步骤，告诉您可以尝试进行哪些活动，并提出一些建议，帮助您解决可能会面临的困难。

步骤 1：您少做一些，让孩子多做一些

原理 跟其他孩子一样，孤独症幼儿也需要学习使用示意动作、目光接触、面部表情和发声来做出选择、表达需求、分享情感，以及拒绝他们不想要的东西。您变得懒一些，让孩子有表达需要的机会——给孩子机会来选择物品，而不是让他随时能拿到所有东西；给孩子多种选择；或者故意给他一些不喜欢的东西——鼓励他进行沟通。

□ 活动：想一想一天之中如何鼓励孩子进行更多的沟通

接下来几天内，花一些时间观察您的孩子在以下六种活动中的表现（这些活动已经在第四章中讨论过）：

1. 玩具或其他物品游戏

2. 社交游戏
3. 吃饭
4. 照顾（洗澡 / 穿衣 / 换尿片 / 睡觉）
5. 看书
6. 做家务

下面有一些鼓励孩子进行更多沟通的方法：

1. 在上述每一种活动中，您都要考虑活动的主题，以及如何帮助孩子在活动中做到更多。您可以把他的薄脆饼干分成几小片，让他多次来向您提要求吗？或者在他的碗里只放一点点面包，让他主动要求获得更多呢？您可以在活动中提供更多的选择，以提高孩子的参与程度吗？活动的开始阶段呢？在帮您打开盒子、拿出活动材料、选择用什么物品完成这些活动等方面，您觉得孩子是否可以更投入呢？请记住共同活动的四步顺序：开始、主题、变化和结束 / 过渡，这些您已经在第六章中有所了解。

“父母常常会因为孩子没有口语，或者被诊断为孤独症，就认为孩子也没有做事情的能力。父母往往代替孩子做了过多的事情，他们认为这是在帮助孩子，但实际上却在无意中阻碍了孩子独立性的发展以及学习。”

2. 接着，为以上每个步骤都列一份清单，写出在活动中你可以怎样帮助孩子更多地参与（在本章的末尾，我们已经提供了一份表格供您参考）。如果您不确定孩子会做出怎样的反应，那么尝试一下，再根据是否有效做出相应的调整。

步骤 2：等一等

原理 少做一些方法之一是在您递给孩子想要的东西之前，等待孩子给出线索。先等待孩子出现沟通行为，主动表示他想要什么东西。您将会建立起孩子的很多沟通行为——目光注视、手势、发声，并使您的孩子意识到每种沟通方法都可以传递信息，让她得到想要的东西。

有益的建议

大多数幼儿会同时使用发声、手部动作和眼神与父母沟通，但孤独症儿童倾向于单独使用这些沟通方式。最终您的孩子将学会如何把肢体动作、目光注视和发声结合起来，向您表达他们的想法、需求、情感和兴趣。在第十三章中，我们将讨论如何帮助您的孩子在沟通中把这些行为结合起来。

■ 活动：等待，同时积极地观察孩子给出的线索

当您的孩子明确地表示想要什么时，如要您抱、喝水、玩浴室玩具，或者伸手要拿您从沙发下取出来的一个他最喜欢的东西，您要做的是拿着这个物品放在自己面前并等待，等待一个细微的肢体动作，等待短暂的目光接触，等待孩子发出声音。等待您的孩子做些什么来表示他的要求。希望他可以看您一眼、伸出手或发出声音——这些声音或动作就是孩子愿望或情感的表达。

当您看到这些示意动作或听到这些声音时，快速地把孩子想要的东西给他。

口 活动：解决问题，最大限度地减轻孩子的挫折感

在您等待和观察的过程中，可能会碰到一些问题，以下是有效的解决方法：

1. 如果您的孩子像朱莉安娜一样用哭闹和尖叫来沟通，该怎么办？此时，继续等待只会让哭闹更严重。如果您的孩子用哭闹进行沟通，那么您需要在他有这种念头或开始哭闹之前就开始为他提供选择。如果孩子靠近您要您抱他，那么注意，在孩子哭闹之前就俯下身子，并且向孩子伸出您的双手。当孩子也把手伸向您时（这是一个肢体动作），立刻抱他起来。

朱莉安娜的情况该怎么处理？朱莉安娜的父母开始主动把她带到储物柜前。在朱莉安娜做其他事情的时候，他们会从储物柜里拿出3~4种她喜欢的食物，并把这些食物放在桌子的边缘。然后他们会找到朱莉安娜，拉住她的手对她说些诸如“我们去吃点东西吧”这样的话，接着他们一起走到厨房里，父母会在朱莉安娜旁边蹲下来，并指向食物，说：“你想吃什么？”当朱莉安娜伸手朝向其中某一种食物时，父母就会把它拿到她的面前，但是到一半的时候停下来，这样她就必须再次伸手朝向这种食物。一旦朱莉安娜伸出手，他们马上就会把食物给她，因为朱莉安娜已经用“伸手”这一动作进行了沟通。

2. 如果孩子只是站在那里什么也不做，该怎么办？拿出孩子最喜欢的一样东西，蹲下来与孩子面对面，把这个东西给孩子，但中途停下，说：“您想要小兔子吗（或其他喜欢的玩具）？”当孩子伸手拿这个东西的时候，说：“是的，您想要小兔子。”然后把兔子递给她。此时，孩子已经使用肢体动作——伸手——进行沟通了。

步骤3：创造大量的练习机会

原理 为了让您的孩子学习如何使用他的身体进行沟通，他需要大量的练习。您与孩子在一起的每时每刻都可以创造许多机会，只要不忽略他的需

求，同时要寻找一些方法，在给他物品时制造一点障碍，让他需要与您进行沟通。以下是一些可以激起孩子沟通欲望的建议。

■ 活动：在将东西给您的孩子之前，创造性地制造障碍

激起孩子的沟通欲望有以下一些方法：

1. 当孩子要您抱时，先伸出您的胳膊但不抱起他——等孩子对您做出反应，如看着您或伸出他的胳膊，这时再把孩子抱起来。

2. 当您的孩子要喝水时，在他的杯子里倒一点水，蹲下来与他面对面，把杯子举到你们面前——等孩子看着您、发出声音，或者伸出手，这时再把杯子给他。

3. 创造一些情况让孩子需要您的帮助。有时孩子不需要寻求任何人的帮助就可以拿到他们需要的所有东西，如果您的孩子也是这样，您可以把他最喜欢的玩具、杯子、点心或者其他物品放在他看得见但够不到的地方（柜子上或带盖子的透明容器里），这样一来孩子必须通过寻求您的帮助，才能够得到她想要的东西。然后会怎么样呢？您的孩子可能会把手伸向柜子，可能把您拉到盒子前面，也可能站在那里发脾气。您可以说：“你想要什么啊？”如果您的孩子伸出手去够或者指向物品，做出要您抱的动作，发出不是哭闹或发脾气的声音，或者看着您（这些都是在寻求帮助），那么您可以一边把东西拿下来一边说：“你想要（物品的名称）。”然后把东西给他，同时说：“给你（物品的名称）。”

4. 如果您的孩子站在那里，但没有做出任何沟通的动作，您可以帮助他使用身体表达一个明确的要求。您可以拿着孩子想要的东西靠近他，引诱他做出伸手的动作（“想要 [物品的名称] ？”）；伸出您的胳膊以诱导孩子做出举起胳膊的动作，表示要您抱（“要抱抱？”）；或者蹲下来与孩子面对面，视线高度与孩子保持一致（“你要什么？”），以吸引孩子看您一眼或发出某个声音。如果孩子以目光接触或发声而不是吵闹来回应您，那么您可以立刻把孩子抱起来，或者把想要的东西给他。

5. 如果您的孩子用哭闹来表示想要某件物品，并且躺在地上，准备发更

大的脾气，您可以伸出胳膊表示要抱她，等她也伸出胳膊时就把她抱起来，并靠近她想要的物品，等她做出伸手的动作。如果孩子没有伸手或做出其他肢体动作，您可以用不抱孩子的那只手拿起物品，并且举到孩子够不到的地方继续等待孩子与您的目光接触、做出伸手动作或发声，然后再给她。或者，在您的孩子还躺在地上的时候就把物品从柜子上拿下来，并稍微靠近孩子一些，引诱孩子伸手，再把物品给她。因为您每次都是在她有了肢体动作、发声或目光接触后就立刻把物品给她，她会明白这些非口语沟通方式可以让她得到想要的玩具。

6. 当您把物品递给孩子的时候，它可能仍然在密闭的容器里面，孩子需要再把它还给您，让您帮忙打开。如果他没有很轻易地每次都把容器再还给您，您可以伸出手说，“要帮忙吗？”这样他很有可能把容器递给您。如果他还是没有给，那么就帮助他把容器放到您张开的手里，然后打开盖子，并且立刻还给孩子，说些如“给你（物品的名称）”之类的话。

7. 不要直接从柜子上拿一个孩子喜欢的小食盒，而是拿出两个，其中一个是装着孩子不喜欢的食物的盒子。把两个盒子举到孩子的面前，引诱您的孩子伸出手朝向或者碰到她想要的那个。或者把她不想要的那个递给她，当她开始表示反对或者拒绝的时候，您可以一边收回孩子不喜欢的那个盒子，一边说“珍妮说不要”（同时用力地摇头）。然后立即把她喜欢的那个盒子递过去，当她伸出手的时候，您说：“珍妮说要，麦圈圈！”同时点头表示肯定，然后给孩子倒食物。这样珍妮就已经通过非口语沟通表达了两种情感——拒绝（protest）和要求（desire）。

8. 不要反复地跟孩子玩摇摆、挠痒或拥抱的游戏，而应每次只玩一下就把孩子放下来，然后期待地看着孩子，等一会儿，看看他是否会回来要求再玩（“还要摇吗？”）。如果孩子这样做了，就有了肢体语言！马上再玩一次（“是的，伊桑想要再摇！”）。如果孩子看着您而并没有其他动作，您也要马上做出反应，继续和他玩。如果孩子只是站在那里而并没有以任何方式进行沟通，您可以弯下腰，伸出您的胳膊，等着孩子也伸手朝向您。如果他这样做了，就继续跟他玩摇摆的游戏。如果孩子仍然只是等着而并没有其

他反应，您可以走过去，再次跟他玩摇摆或其他游戏（“摇啊摇！”）。玩儿次之后再停下来，然后像之前一样再次伸出您的手，等着孩子，看看他是否会把手伸向您，看着您的眼睛，或者发出一个声音，表示他想要您重复这个游戏。

9. 不要重复吹泡泡、气球、风车或者玩发出声音的游戏，而应只玩一两次，让孩子觉得有趣。然后准备好玩第三次，但是要先等待！站在那里，把吹泡泡的工具或其他玩具靠近您的嘴边，盯着孩子的眼睛，问，“吹？”并稍微做出吹的动作，但并不对着玩具吹。这时孩子可能会看向您的眼睛，可能会尝试做吹的动作，也可能会伸出手、微笑或者发出声音。如果孩子做出其中任何一个动作，您立刻就吹手中的玩具。重复这个游戏，在吹之前等待孩子做出沟通行为，但是也给孩子几次“免费的享受”（即孩子没有做出沟通行为也跟她继续玩），这样游戏过程就会变得比较容易，而不是很难完成，孩子也可以得到大量正强化，来保持她继续游戏的积极性。

10. 在餐桌旁吃饭和吃点心是练习的绝好时机。先把食物拿到您和孩子面前，等他以某种方式与您沟通后再把食物给他，或放在婴儿椅的托盘里。在婴儿椅的托盘里只放几片脆谷乐（一种谷物点心），而不是放满，这样孩子就需要多次向您表示还要。每次只给孩子的杯里倒一点点牛奶或果汁，而不是倒满，这样他就必须多次表示要求。不要帮孩子把水和点心都准备好让他自己吃，而是把所有食物和饮料都拿出来让孩子进行选择和要求。

本章接下来讨论您如何逐渐开始要求孩子做出更加丰富的沟通行为——例如，用手指指物而不仅是伸出手，或同时使用肢体动作和发音。当前的目标就是帮助您的孩子通过学习使用简单的非口语沟通方式，如目光接触、发声、伸手、朝向他人的微笑和其他的身体动作等，最终发展出“会说话的身体”。

“我们在吃饭时使用这些技术，但究竟应该做到什么程度来促使孩子做出回应，我们总是很难确定。（因为）他体重偏低，我们不想减少他的营养摄入。一个有益的建议是，可以在孩子提出要求之后再给他食物或饮料，但是如果他没有表示想要什么，我们可以给他一些他不太喜欢的东西。这样做既可以帮助我们坚持下去，又不用担心他体重下降。您也可以在吃小吃或甜品而不是正餐时使用这个技术。”

有益的建议

想一想，当您的孩子想要某些事情发生时，他 / 她可能会使用的行为：

- 想得到您的注意：抬起双臂；抬头看着您；发出一个声音；触碰或拍拍您；拿着一个东西给您看。
- 想要东西但拿不到：指向或要求得到这个东西；给您一个盖着盖子的容器，让您打开；看着物品并伸手够。
- 表示拒绝或者“做完了”某件事情：把物品给您；把物品放在桌子上或放到盒子里；摇头；说“不”或“做完了”；把东西扔到一边（如果可以扔的话）并离开。

以下是更多的建议：

1. 不要一下子把所有浴室玩具都倒进浴缸里，而是一次只给一两样，同时说出每个玩具的名称，并且等待孩子表示要求后再给他玩具。
2. 不要把孩子的玩具全部拿出来给她玩，而是把一些玩具放到透明的盒子里（带有密封性好的盖子），并把这些盒子放到架子上，让孩子自己选择。在她拿到一个盒子后，等待她做出某个非口语沟通行为，表示需要您帮忙打开盖子。您可以伸出您的手，问她是否需要帮忙。
3. 不要一下子把拼图的所有零片都倒下来，而是拿着所有的零片，一次只给孩子一个，同时说出每一个的名称，或者让孩子在两个之间选择（“要熊

还是马？”），以诱导孩子做出伸手、目光注视或其他非口语沟通的行为（不要求孩子每次都出现上述行为）。在孩子拿到零片的时候，说出它的名称：“熊！你想要熊！”游戏中您可以四处地放少量零片作为给孩子的“赠品”，孩子只要看着它们就可以得到它们（“给你小猪！”），以保持孩子参与游戏的积极性。玩任何由多个部分组成的玩具时都可以这样做。

4. 在给孩子换尿片的时候，先把尿片给她，让她拿着，您准备好后向孩子要尿片（伸出您的手说，“给我尿片！”）。如果她没有把尿片给您，您就自己把尿片拿过来，同时说：“给我尿片。谢谢你，这是尿片。”在准备出门前给孩子穿鞋子时，让孩子面向您坐在地板或沙发上。把她的鞋子和袜子放在你们之间，让她按照您的要求（“把袜子给我”“把鞋子给我”），把鞋子和袜子一只一只地拿给您（必要时给她帮助）并给她穿上。要像第四章建议的那样，一边穿一边描述。穿衣服的时候，也让孩子根据您的要求把衣物一件件地递给您。必要时给予帮助，并且一边穿一边描述。

5. 在给您的孩子洗澡的时候，要求他把手和脚一只一只地伸过来。向孩子要沐浴露和澡巾。向孩子展示玩具之后再给他。你们在玩每一件玩具时您都要说出它的名称，给孩子提供一些选择，或在必要时给予帮助。以这种方式完成所有的日常生活自理活动，可以让您的孩子积极地参与到活动中来，吸引孩子对您的注意力，并且主动对您做出反应，而不是在整个过程中做一个被动的参与者。

“我的儿子开始的时候不愿意帮忙穿衣服或涂抹沐浴露，但是一边描述一边引导他让我们达到了目标，他愿意参与这些活动了。”

前面我们已经描述了许多方法，您可以用它们来帮助孩子发展“会说话的身体”，教会她使用自己的身体进行沟通，但是当她那样做的时候，您应该如何反应呢？使用您的身体和您的声音。根据孩子的沟通意愿做出合

适的反应——做他要求的动作或给他想要的物品，并同时描述。描述孩子想要的物品、她正在做的事，或者正在发生的事情：

“你想要一些薯片。”

1. “还要果汁。”
2. “拿泡泡。”
3. “嘟嘟。”（当敲玩具时）
4. “不要牛奶。”（当孩子拒绝时）
5. “吹气球。”
6. “上去了。”
7. “还要摇。”
8. “倒水。”
9. “倒水。”

在第十三章中，我们将更加详细地讨论您该如何选择您的语言。

本步骤中所列举的这些建议向您展示了在一个小时里，您能够创造出多少机会让孩子使用肢体语言与您沟通。如果您能真正地放慢速度，不主动把东西递给孩子，不再为孩子做很多事情，而是让您的孩子参与到活动中，诱导他的非口语沟通，您可能会发现，在一个小时的游戏或日常生活自理活动中，您还在蹒跚学步的孩子能够以每分钟一次的频率与您进行沟通！

■ 活动：选择特定的肢体动作来教给孩子

我们已经详尽地讨论了您什么时候以及如何鼓励您的孩子使用肢体动作进行沟通。但是最好先教哪些特定的肢体动作呢？在选择肢体动作时，您要考虑两方面的问题：（1）在教学/学习阶段，您比较容易提示、塑造、诱导孩子做出什么样的肢体动作？（2）肢体动作需要传递什么信息？

前口语阶段的幼儿传递的信息主要分为三种类型：对社会交往的需求、要控制他人的行为——行为调控（behavior regulation），以及试图与他人分享对感兴趣事物的注意力——共同注意（joint attention）。我们稍后将在第十章讨论共同注意，现在则重点关注您可以帮助孩子学习的肢体动作，让他们表达参与社交互动和行为调控的需求。

幼儿使用各种各样的肢体语言表达他们想参与社交互动的意愿。他们用专注的目光注视和微笑来发起互动，或者对一个有趣的游戏做出反应。他们把手伸向某个人表示想和他玩。他们用一些肢体动作，让父母唱他们喜欢的歌曲、跟他们挠痒痒、与他们追逐嬉戏。当父母在和他们玩社交游戏，中途停下来的时候，他们会伸出手表示还要做。他们用自己的声音叫人、大笑或者轻笑。他们径直地走向父母，以引起他们的注意，然后开始互动。他们会按照父母的要求拍手、挥手、击掌，以及在简单的游戏（如“躲猫猫”）中做出一些肢体动作。

在第五章中，您已经在和孩子的多种社交活动中努力教给孩子多种肢体动作。您很有可能已经帮助孩子学会了许多肢体动作，如目光注视、微笑、伸出手，以及做出某些肢体动作表示要与您开始某个社交游戏，或者当您停下来的时候表示要求继续。您也一直在教孩子抬起胳膊表示要求抱起来或者拥抱。其他比较容易教给 ASD 幼儿的沟通方式包括在打招呼和击掌的过程中要有目光注视和挥手。我们将简要地说明如何教孩子上述这些肢体动作。

1. 为了教您的孩子在打招呼的过程中会看着对方挥挥手，开始的时候要先让孩子形成明确的“你好”和“再见”常规。每天早晨第一次走进孩子的房间时，每次您和他分开——到另一个房间、出差或小睡一会儿——之后再次见到他时，一看到他就说：“你好！”同时笑容满面地对着他并夸张地挥挥手。然后径直地走到孩子面前，与他面对面（如果孩子较矮，您需要蹲下来），再次说：“你好！”微笑并夸张地挥挥手。接着握住孩子的手腕或以下，帮他做出挥手的动作，同时说道：“你好，妈妈。”无论您什么时候离开孩子，都要做相同的事情——靠近孩子，正对着他说，“再见！”同时挥手，以此来提示他。接着您走开一些（不要走得太远），再转过身重复一遍刚才的过程。每天都要寻求多次机会，在您见到孩子和离开孩子时，跟他重复这些打招呼常规。您也可以让其他人对孩子使用相同的打招呼常规，甚至让毛绒玩偶也这么做。总是用挥手动作或您自己的语言（“你好”或“再见”）来帮助孩子做出回应。坚持几天后，继续这些常规，但试着降低您给孩子提供提示的程度，从拿着孩子的手完全帮他做出挥手的动作，到试着等几秒钟，更

多她在肘部而不是手腕处为他提供提示。以上方法要始终保持一致，每天提供很多次练习机会。一个月内，您的孩子就很可能学会用挥手、目光注视甚至可能是话语来回应您的问候。

2. 在肢体动作方面，击掌也是早期一个比较好的选择。您可以选择在孩子与您面对面坐着，并且您与她的眼睛处于同一水平时，教给她击掌动作。对着孩子张开您的手掌，并且朝向她的一只手，说：“击个掌！”然后用您另外一只手拿起孩子的手，轻轻拍打您的手掌。接下来可以跟孩子玩挠痒痒，然后再练习几次击掌的动作。每天练习多次，并且在前一天的基础上减少提示，从拉着孩子的手，到扶着她的手腕，几天后再退到她的前臂。在一两周之内，您将很可能看到，当您对着她张开手并且说“击个掌”时，她会把自己之内，您的孩子可以在没有任何帮助的情况下就把自己手放到您的手上。一旦您的孩子可以在没有任何帮助的情况下就把自己手放到您的手上，你们就可以开始通过玩一些双手拍的游戏，练习与击掌类似的轻拍动作，如“你拍一，我拍一，一个小孩儿开飞机……”。在接下来几周内，这些游戏很可能会演变成完整的击掌动作。

幼儿的行为调控一般有两方面的意义：要求（“帮我做这个”）和反对（“我不想要那个”）。在前面几章中，您的重点一直是教孩子伸出手以表示要求获得喜欢的物品和玩互动游戏。现在，您的孩子需要学会沟通的第二个功能——寻求帮助。

3. 您可以教孩子把东西递给您并看着您来寻求帮助。前面我们已经讨论过使用各种袋子、塑料盒等为孩子拿到想要的物品设置障碍，这样您的孩子就必须把这些东西递给您并看着您，表示要您帮忙打开。其他容易诱导孩子要求帮助的物品包括上发条的玩具、开关很紧的发光玩具、瓶盖很紧的泡泡水、装着果汁或食物的带盖容器等。

在这些情况下，您可以给孩子一个他熟悉的带盖容器，孩子可以拿到却打不开。然后您一边问他，“帮忙？/ 要帮忙吗？好，我来帮你！”一边向孩子张开手（“给我”的肢体动作）。接着帮助孩子把盒子递给您，快速打开并马上把里面的物品拿给他（这是对他做出肢体动作的强化）。您要经常用不同的材料做这种练习。当您的孩子越来越熟练地把东西放到您张开的手里时，您

可以合上手掌，这样，孩子就必须做得更多一些才能把东西放到您合着的手上。下一步就是您把自己的手放在腿上，这样孩子也必须做得更多才能把东西放到您的手里。最后一步，您的手里拿着其他的东西，这样您的孩子就必须用一套完整的方法把东西递给您来要求帮助。孩子每次要求帮助时，您就说：“帮忙？/要帮忙吗？好，我来帮你！”（或其他类似的话）并且马上给予帮助。通过这种练习，您的孩子可能会开始模仿您所说的“帮忙”一词，同时把需要帮忙打开的东西递给您。

4. 所有的孩子都需要学会一些表示“不”的方式。教给孩子一个肢体动作来表示“不”也许可以替代目前的哭闹、扔东西或其他不良行为。教孩子摇头表示“不”是一项相当困难的任务，除非他们已经掌握了面部和肢体动作的模仿。大多数幼儿使用的一个表示反对的肢体动作是把不想要的东西推开。一旦孩子已经会用明确的肢体动作表示想要某物，您就可以轻松地教会孩子推开不想要的物品。吃饭时最容易教会孩子表示“不要”的推开动作。饭菜应该至少包括孩子很喜欢的一种可以用手拿着吃的食品，以及孩子不喜欢的一种食品（生胡萝卜、芹菜、绿辣椒片都很适用）。先给孩子吃几口喜欢的食物（如饼干），一次一小口。（“想要饼干？是的，你想要饼干。”）每次都等孩子伸手表示要时，再把食物给她。吃过三四口之后，转而给孩子不喜欢的食物（如生胡萝卜），方式与之前相同（“想要胡萝卜？”），把它慢慢移向孩子。如果孩子接过了胡萝卜，您就等着，直到她把胡萝卜放下或扔掉，您再把它拿回来，说：“不，你不要胡萝卜。你想要饼干。”然后直接给孩子一小块饼干（“给你饼干”）。在孩子吃几次喜欢的食物之后，再次给她胡萝卜。重复多次后，孩子会在胡萝卜靠得太近之前就推开它——这就是您要教的行为。只要她开始推开胡萝卜，就马上把它拿回并放到一边，同时说：“不，你不要胡萝卜，你想要饼干。”然后直接把孩子想要的食物给她。

一旦您的孩子可以在吃饭时把不想要的食物推开，您就可以在玩具游戏中也进行这种练习。在拼图、搭积木或放形状块的游戏中，您可能会在孩子伸手表达要求后把玩具一个一个地拿给他，此时，偶尔给他一个不想要的物品（一块毛巾、一个小的空盒子等）。教您的孩子用推开物品、把物品还给您

的方式表达“不要”，并且同时说“不要”。

上面描述的这些肢体动作是我们在干预过程中最初要教会的动作，它们为沟通打下了坚实的基础。

步骤4：持之以恒

原理 在这些常规活动中，一开始您的孩子很可能不理解您想让他做什么，也会因为您改变了一贯的做事方式而发脾气或者反抗。您可以让孩子很容易地进行沟通，得到他想要的东西，从而使事情平稳地进行。但一定要持之以恒，让学习过程不断发生。

□ 活动：始终让孩子觉得事情很容易

为了让孩子始终觉得这些新的常规活动简单容易，我们有以下建议：

1. 找一些您知道孩子很容易做出的沟通方式（目光注视、伸手、发声）。
2. 帮助您的孩子做出您想要让他做的动作（伸出手、指物、抬起胳膊）。
3. 孩子与您沟通之后，迅速把他想要的物品递给他，或者迅速开始孩子想要玩的活动。
4. 要确保每个新的常规活动中都包括孩子想要的一些东西，这样在结束的时候就可以让他得到奖励。选择坐到婴儿椅上意味着有好吃的东西！指向柜子上的玩具就可以得到玩具！从桌子上拿来一个尿片，就可以玩喜欢的挠痒痒游戏，或者看手机、听音乐，或者在换尿片的时候玩几分钟他最喜欢的玩具。换好尿片后，等孩子举起双手再把他从桌上抱下来或从地板上抱起来。

5. 一旦您在一个新的常规活动中成功了一次，就重复这个常规。您很可能看到孩子很快就能学会您的新方法，并且他将预期这个常规、您的期待和提示。随着时间的推移，您将会看到孩子在你们的常规活动中越来越多地使用非口语沟通。

步骤 5：注意您自己的位置

原理 人们在沟通时常常是面对面的。尤其是在培养孩子的目光接触时，您必须与孩子面对面，而且您的脸与孩子的脸之间距离不应该太远。与孩子面对面地进行沟通也可以让她更容易明白，要将自己的目光、声音和肢体动作朝向您而非其他地方。

■ 活动：找到让您与孩子面对面，并把孩子想要的物品放在你们之间的方法

我们已经在第四章中就如何安排您的位置以提高孩子对您的注意力提出了一些建议，这些方法在这里仍然适用。即使是一起看书，您也要尽量位于孩子面前，坐在沙发或床上，地板上也可以（让孩子坐在豆袋椅上，或让他背靠着椅子或沙发），这样，在这个活动中，您就是积极而“健谈”的参与者，而不是一个毫无个性的读书机器。在看书活动中，当您拿着书坐在孩子面前，通过用手指、说话、发出声音等方式把孩子的注意力吸引到书中的图片上时，您的孩子就会获得将您作为同伴的更多体验，而不是将您当作来自背后的某个声音或放在书上的一只手。您的孩子看着您说话，看到您的肢体动作，他也会开始理解阅读是一项社交活动，而不是一项视觉活动。

步骤 1~5 总结

如果您已经按照上述的建议实施以上活动，那么您应该找到了很多可以增加孩子非口语沟通的方法——使用肢体动作、目光注视和面部表情——以帮助他表达自己的需求、情感和想法。您会发现自己和孩子一起做的事情变多了，而由您主导的活动或您为孩子做的事情减少了。结果是，您很可能发现孩子开始使用更多肢体语言自发地与您进行沟通。看看您是否同意下面评估表中的大部分描述。如果是，那么您现在已经具有了帮助孩子发展非口语沟通的重要技能，而这些知识也能帮助孩子发展语言和言语；如果不是，请继续练习上述各项活动，直到您认为自己符合下列评估表中每一条描述。

活动清单：现在我做的少，而孩子做的多吗？

- 我知道等待我的孩子进行沟通；一天之中，我有很多次都这样做。
- 每天，我都会发现很多可以让孩子进行沟通的机会。
- 我在许多不同的游戏和日常生活自理活动中为孩子创造了沟通机会，并且几乎每天都这么做。
- 一旦我希望孩子进行沟通，我知道如何坚持并帮助他/她，因此我们通常会取得成功。
- 一般来说我总是位于孩子的面前，与孩子的眼睛处于同一水平，所以孩子很容易对我发起沟通。
- 我的孩子正在学习如何在家中越来越多的情境中使用他/她的身体去沟通，并且渐渐习惯于那样做。

为了增进孩子对他人非口语沟通含义的理解，您可以怎么做？

孤独症儿童往往无法理解他人非口语沟通的意义。我们常常能看到ASD幼儿不能理解张开手掌就是“给我”的意思，也不能理解指物的意义。您的孩子可能不理解他人生气或难过的面部表情所含的意义。有时候，人们把孩子对他人表情缺乏兴趣或反应的原因解释为孩子缺乏合作性，但是许多ASD儿童只是不理解别人要求他们做什么。我们需要教会孤独症儿童注意其他人以及注意这些人正在做什么，帮助他们理解他人肢体语言的意义。没有沟通问题的儿童好像不费吹灰之力就可以学会这些，但是，对于孤独症儿童来说，我们需要通过重点突出肢体语言让他们更明确地注意和理解肢体语言及其含义。那您应该怎么做呢？

您可以用以下三个步骤：

步骤1：夸大您的肢体动作。

步骤2：加入可预期的步骤。

步骤3：提供必要的帮助。

步骤 1：夸大您的肢体动作

您和孩子一起玩玩具时，在游戏常规中特别突出您自己的肢体动作，并伴随适当的语言。一边使用语言一边伸出您的手让孩子把玩具给您，或指向某个地方让孩子去拿玩具或把玩具放进去。使用您的双手和身体并配合语言来发出指令，然后帮助孩子完成。要用一些孩子很容易模仿的手部和身体动作，如伸手、指物、张开手掌和推开等——您很容易将这些肢体动作融入与孩子的共同活动和感觉社交常规中。

1. 针对物品的肢体动作：展示、指向、给予、放进去 / 拿出来、转、推、撞击、滚动、敲击。

2. 感觉社交的肢体动作：展示、指向、拍手、轻敲、跳、好玩的手指游戏、挠痒、跺脚。

让孩子帮助您做活动前的准备，或者活动结束后帮忙收拾，或者开始下一回合游戏。用您的身体为她演示该怎么做，通过把玩具递给孩、指向物品或使用手部动作来沟通您的要求。要做得夸张！帮助孩子更好地跟随您的动作；确保在她跟随您之后她能尽快地达到自己的目的；奖励她的跟随。你们所有的常规活动都可以用来练习肢体语言。

以下是一些好的建议：

1. 穿衣服时，先向孩子展示每件衣物并说出相应的名称，再帮孩子穿上。当您想让孩子帮忙或者给您衣物时，使用明显的肢体动作，如伸出您的手让孩子把衣服给您。

2. 换尿片时，先把尿片展示给孩子看并说出名称，然后把它递给孩子，让他拿着。之后用一个明显的肢体动作把尿片要回来，如果孩子给您了，就马上夸张地对孩子说“谢谢你”。

3. 吃饭的时候，放一些食物到孩子婴儿椅的托盘里，然后指着其中一块让孩子吃：“这个——拿这个！”帮助孩子顺着您的指向拿相应的食物。如果他没有拿，那么下一次就只给一块，并指着这块食物让孩子拿。这样，孩子

- 如需要跟随您的指向。
4. 洗澡的时候，通过用手指向、语言和伸出您的手来要求孩子把一只手或者一只脚伸出来给您洗。洗完澡后，向孩子要回浴室玩具，并依次指向这些玩具让孩子把它们放好。
 5. 在感觉社交游戏中，夸张地做出追逐、抓痒、摇摆、旋转，以及“淘气的蜘蛛（Itsy-Bitsy Spider）”等歌曲或手指游戏中的肢体动作。蹲下来，与孩子面对面并和他的眼睛处于同一水平，对着他露出非常兴奋的笑容，以引人注目的方式治好您的孩子，然后热情高涨地开始游戏。帮助孩子通过您的面部表情和身体姿势预期接下来会发生什么，从而让他兴奋起来，对接下来的活动充满期待。

步骤 2：加入可预期的步骤

如果您在游戏和日常照顾活动中加入一些常规步骤和顺序，然后用肢体语言或其他非口语动作提示孩子进行其中一个步骤，这将有助于孩子理解您的肢体动作。以可预期的步骤进行你们的活动或游戏，并以同样的顺序接连重复数次，以便让孩子理解游戏常规的步骤，并能预期接下来做什么。之后，当您重复这一顺序时，在进行其中一个步骤的时候停下来，做一个夸张的肢体动作，等待孩子的反应。

林迪给她 18 个月大的儿子安东尼建立了一个可预期的“吹泡泡”常规。将一个装有泡泡水的瓶子放在安东尼够不着的书架上，旁边还放着他喜欢的其他玩具。

开始：

步骤 1：林迪说，“想要玩吗？”并伸出她的手。安东尼拉着她的手，和她一起走向书架。

步骤 2：然后她转过身面对着孩子，等着孩子伸出他的胳膊，并且看着她，要求她抱。如果安东尼这样做了，她会说，“你想要抱。”然后把孩子抱起来。如果他没有，她就张开自己的胳膊，说：“要抱吗？”然后

等着孩子伸出胳膊，眼睛看着她，再把孩子抱起来。

步骤3：她抱着孩子朝向书架，孩子把手伸向装有泡泡水的瓶子。

步骤4：林迪腾出一只手拿起泡泡瓶，说：“你想要泡泡！泡泡在里。”然后把泡泡瓶递给孩子，再把孩子放下来。

步骤5：他试着打开瓶盖，但失败了，这时林迪伸出她的手说：“帮忙吗？”安东尼看着她，把瓶子放到她的手上。

步骤6：“打开，打开盖子。”她一边说一边打开盖子，把里面吹泡泡的小圈拿出来，做出吹的动作。

主题：

林迪看着安东尼的眼睛，说：“吹泡泡？”做了一下用嘴轻轻吹的动作。

步骤7：安东尼看着她，微笑，也做了一下吹的动作。

她立即给他吹出了一串泡泡。他笑起来，伸手抓泡泡、打泡泡。

变化：

步骤8：林迪用吹泡泡的小圈抓到了一个大泡泡，把它移到安东尼面前，说：“砰？”这时，安东尼用他的手指指并且戳泡泡。

步骤9：林迪也伸出她的手指戳破了另一个泡泡，他看着，然后模仿戳泡泡，此时林迪也在一边说：“砰。”

步骤10：玩了几次后泡泡都破了，安东尼四处看看，看到泡泡瓶还在那里，就把它拿起来。他把瓶子递给林迪并有目光接触，然后他们再次开始上述过程。

看看这个活动片段。它只花了2~3分钟的时间，但其中有10个不同的沟通步骤。在每个步骤中，安东尼都做出了一个或更多的非口语沟通行为，每分钟有若干次。对于一个3周前还没有任何沟通性示意动作的孩子而言，这是一个巨大的转变。而且，林迪用简单的游戏设置的这一常规，能够帮助安东尼预期下一个动作是什么，并向妈妈表示他想要什么。他现在是一个主动参与沟通的同伴，在这个简单的常规中，每个步骤都是双方共同构建的。

如果一个简单的“吹泡泡”游戏常规都可以引发这么多个沟通回合，那么想象一下在一个更复杂的常规活动中（如吃饭或者拼图游戏），能够实现的沟通会是多少呢。

以下列举的是在六种目标活动（玩具或其他物品游戏、社交游戏、吃饭、照顾、看书和做家务）的互动常规中，您可以使用的肢体语言：

1. 用手部的或身体的动作“询问”孩子是否想要继续唱歌或者做游戏。
2. 用目光接触和充满期待的眼神“询问”孩子是否想要拿某个物品或者食物等。
3. 发出一个声音效果，提示您的孩子，您将要用某个物品做一个动作。
4. 一边笑一边弯着手指，表示您要跟孩子玩挠痒痒。
5. 伸出您的手，表示您要跟孩子玩一个身体游戏。
6. 做一个轻轻吹一下的动作，表示您要吹泡泡或者气球了。

我们强调在游戏和照顾常规中使用共同活动的结构，林迪和安东尼的例子说明了我们这样做的原因之一。如果她已经知道了接下来会发生什么，就会更容易理解您正在表达的内容。因此，在您和孩子的所有日常常规中，都尽可能多考虑四个连续的步骤：开始、主题、变化和结束。这在洗澡、换尿片、穿衣、吃饭等活动中很重要，在物品和社交游戏中也要这么做。如果您需要不断提醒自己，那么就回到第六章，回顾有关共同活动常规方面的内容。

步骤3：提供必要的帮助

在教孩子以看着您或把物品给您的方式来请求帮助时，一个有效的方法是使用一些对于孩子来说难以单独完成的物品。同时，您在给孩子提供必要的帮助时，也要使用不同的示意动作来帮助孩子理解非口语沟通的意义。

以下是一些可能用到的活动：

1. 如果一个孩子喜欢拼图，您可以用一幅孩子难以单独完成的拼图（比他的能力水平稍高一点）。当您和孩子一起完成这幅拼图的时候，您可以指向每一块的空白处，说：“放这里！这里！”孩子顺着您的指向就能正确地放进

零片。“你看，放好了！”——这是对孩子注意并跟随您的指向的奖励。

2. 您可以把孩子最喜欢的拼图的一些零片放在他打不开的、带盖的塑料容器里。把容器给他，等着他来找您帮忙。当孩子意识到自己打不开时，您可以伸出手并问他是否需要帮忙。接着，如果他把容器放到你手上，就立刻帮他打开并还给他。对于孩子来说，回应您伸出的手并提出要求，得到的奖励就是那些拼图零片。

3. 您可以和孩子玩一个她喜欢的、带发条的玩具，但是不要让玩具的效果持续太长时间！当玩具停下来时，等着孩子，看看她怎么办。她可能会看着您或把玩具给您。如果是这样，您就说：“还要玩？”同时上好发条再玩一次；如果她没有那么做，您可以伸出手并配以语言让孩子把玩具给您，只要她给了（可能需要您的辅助），就迅速帮她上好发条再一次。

除了上述这些需要您给孩子提供帮助的活动，感觉社交常规也可以用来教会孩子理解非口语沟通的意义。当你们玩这类游戏时（如追逐游戏 / “我要抓到你啦”、小飞机、“绕着玫瑰转圈”、拍手游戏 / “小馅饼”或躲猫猫），突出您的面部表情、肢体动作和身体律动，从而让孩子理解您的动作与游戏之间的关系。您的动作和语言将为孩子解释这个游戏。用常规的方式（即共同

活动的结构）跟孩子玩游戏以及进行日常照顾活动——玩玩具、进行感觉社交常规活动、换尿片 / 穿衣 / 洗澡 / 睡觉 / 吃饭，这可以帮助孩子学会将您的示意动作、面部表情、语言与常规联系起来。这样，您就是在教孩子如何读懂和理解您的面部表情、示意动作、身体活动和语言的意义。

有益的建议

与增加孩子和您的非口语沟通一样，提高孩子对非口语沟通的理解也需要您创造大量的练习机会、持之以恒，以及与孩子保持恰当的相对位置来吸引孩子的注意力。

在您跟孩子一起进行日常活动和游戏的区域贴一些便签或提示——在换尿片的桌子旁，浴缸边，餐桌上，孩子的小床边，游戏区域的墙上等——来提醒您安排好游戏常规和其中的示意动作。

做一些活动计划来促进非口语沟通

如果您使用我们在本章讨论过的两种形式来计划活动，这将有助于您越来越熟练地将之前提到的步骤整合到日常活动中去。首先，想出孩子真正喜欢跟您一起玩的一个物品游戏和一个感觉社交常规。在脑海中把这些游戏的步骤和顺序都过一遍。孩子会用什么动作来要求得到他想要的玩具、动作或游戏效果？看看第 164~165 页表格中的两个例子，试着填写一些本周要和孩子一起练习的活动。如果您喜欢，也可以将这张表格再复印一些，用来记录更多活动信息。

对有些父母来说，将每一天分解成上述六种类型的游戏和活动，再把这些游戏和活动分解成共同活动的具体步骤，是非常有帮助的。在做这些时，您就会大致想好这些步骤中会用到的不同示意动作、面部表情和语言，第 166~167 页的表格为您提供了其他家长已经做好的一些范例。按照这些范例尝试做一做，并对其中的步骤做些变化，使活动更适合你们自己的家庭环境和材料。要确保解说每个步骤，给孩子提供清晰的动作提示，并且让孩子在每个步骤中都充当主动的角色。然后，试着在表格的空白行给自己写一个活动的“剧本”，并按照“剧本”做，看看它是否会帮助您把这个活动分解成几个简单的步骤，并且每一步都包含简单的解说和非口语沟通过程（参见上文林迪和安东尼吹泡泡的游戏）。您可能会惊讶于孩子很快就开始参与每个步骤，并且开始更多地用他的身体与您沟通。

如果您按照上面的活动方法跟孩子互动，您就会发现很多方法可以提高孩子对你的非口语沟通（示意动作、目光注视、面部表情）的关注和理解程度。您将会看到孩子可以理解示意动作、声音和目光注视的意义，并且用它们来回应您。看看您是否同意下面评估表中的大部分描述。如果是，那么您现在已经具备了帮助孩子发展非口语沟通的重要技能，而这些知识也能帮助孩子发展语言和言语；如果不是，就请继续练习上述各项活动，直到您认为下列评估表中每一条描述都与自己相符。

活动清单：我帮助孩子理解我的肢体语言了吗？

- 我每天都能找到很多机会来给孩子强调我的肢体语言。
- 我在很多不同的游戏和日常活动中给孩子创造用肢体语言沟通的机会，并且几乎每天都这么做。
- 当孩子用非口语方式与我沟通时（无论多么细微的表示），我都会试着跟随和回应，让孩子知道他/她可以用自己的身体沟通，得到他/她想要的。
- 我想出了在游戏中用我自己的身体与孩子沟通的方法，并且做出夸张的表情和示意动作吸引孩子的注意。
- 当我用示意动作和简单的语言与孩子沟通时，我知道怎样做到持之以恒，以及怎样帮助孩子做出回应，因而我们通常都能取得成功。
- 通常，我都位于孩子的正前方，并且与孩子的眼睛保持同一水平，让孩子很容易看到我发起的沟通。
- 孩子正在学习如何在家中越来越多的情境中读懂我的肢体语言，并且他/她习惯这种方式。

如果孩子没有用您想要的方法与您开始沟通，该怎么办呢？

“当我等着贝瑟尼用某种方式与我沟通的时候，她唯一会的就是哭闹和尖叫。只要东西被她看到，她马上就要去抓。我不知道怎样阻止她，让她能对我做出一个肢体动作来沟通。我应该怎么做？”贝瑟尼的妈妈带着这样的担心参加了一个家长指导课程。

贝瑟尼的治疗师很了解她，知道她不喜欢变化。治疗师建议妈妈不要阻止她拿东西，而应试着把东西放在盒子、带拉链的塑料袋或者罐子里再给她，这样她可以拿着但是打不开，这就意味着她对这个物品有一些控制权，但仍然要表示她需要帮助。为了帮贝瑟尼用示意动作而不是哭闹来表示请求帮助，妈妈需要把自己的手放在贝瑟尼面前，让她可以很方便地请妈妈帮忙，然后妈妈很快帮她打开，马上就将东西还给她，让她没有机会开始哭闹。

贝瑟尼妈妈用的另外一招是，当活动中有很多选择时，用很多小袋子，在点心时间每个袋子里只放2~3块饼干，在玩玩具游戏时只放一

一个玩具，或在玩画画游戏时只放一种颜色。经常这样做也能帮助贝瑟尼习惯这种方式，并减少哭闹行为。这一过程需要时间，但妈妈知道，如果他们经常重复这些过程，贝瑟尼就能很好地学习新事物。经过一段时间的练习，这些技能就会发展成自发、独立的行为。并且，由于贝瑟尼可以很快、很容易地达到她的目的——只要她把盒子/袋子递给妈妈就可以拿到里面的物品，她发脾气的次数也会减少。

这位妈妈也尝试了我们之前讨论过的一个建议：她在贝瑟尼开始不高兴之前就给她喜欢的东西。妈妈两手各拿着一个她喜欢和不喜欢的玩具，稍稍超出她能够到的地方。当贝瑟尼伸手朝向她喜欢的玩具时，妈妈很快就把玩具给她，这样，她就能学会当想要东西时，她可以伸手朝向物品，而不是发脾气。

本章总结

我们在沟通时最初的方式就是使用我们的身体和面部表情。在还不会说话时，大多数幼儿就已经学会使用身体信号传递信息。他们在使用非口语方式沟通相当多的信息方面越来越熟练，然后他们才能够说出他们的第一批单词。一个发达的非口语沟通系统形成之后，言语才会出现。随着您帮助您的孤独症孩子学习使用他或她的身体、眼睛和声音传递信息，并理解简单的沟通，您可以逐步地增加对肢体语言沟通的期望并为其提供更多的机会，从容易或熟悉的肢体动作开始，让您的孩子去使用，然后慢慢地教一些新的肢体动作。您正在教您的孩子一门关键的生存课程——满足某个需要不是通过抓、尖叫、哭闹或动动身体来实现，而是需要人与人之间进行沟通和互动。我们不仅要注意对方传递的信息，也要向他们传递我们的信息——我们的需要、我们的感觉，以及我们想要分享的事物。我们传递的信息是关于想法、感受、渴望和需要，这也促使我们通过面部表情、肢体动作、姿势、目光接触，最后是说话来接近、参与他人，并与他人交谈。您的孩子的话语将会按照这个顺序发展起来。

制订活动计划，以促进非口语沟通

活动	我的孩子喜欢	我如何参与	孩子如何用他／她的身体表示要求	我要对孩子的哪种肢体语言做出回应
玩具或其他物品游戏 玩火车	来回推火车	把火车递给孩子 让他推 把火车轨道给孩子，并让他连接起来，并在上面来回推火车 我自己来回推另外一列火车	把他打不开的、装有火车的盒子递给我 指向他想要的火车 告诉我他想要哪种颜色的火车 给我一节火车轨道让我帮他连起来 用手指向或用语言告诉我我把轨道放在哪里 当他想要我的火车时，他给我一列火车作为交换	给我一列火车或一节轨道指向一列火车或一节轨道看着我说一个单词
	听“轰隆轰隆”的声音	在来回推动火车或把我们的火车对撞时，发出“轰隆轰隆”的声音	发出“轰隆轰隆”的声音 一边看着我一边发出“轰隆轰隆”的声音 把他的火车撞向或移向我的火车	发出声音，伴有或不伴有目光接触用他的火车模仿我的动作
社交游戏 挠痒痒	在她的腿和肚子上挠痒痒	轻轻挠她的腿和肚子	把她的身体靠近我，等着我挠痒痒 说“痒痒”或者要挠痒痒的身体部位的名称 给我看她的肚子 抬起她的腿 看着我 看着我并对我笑	直接走向我看着我说一个单词看着我看着我并对我笑

续表

活动	我的孩子 喜欢	我如何参与	孩子如何用他 / 她的 身体表示要求	我要对孩子的 哪种肢体语言 做出回应
吃饭				
照顾(洗 澡/穿衣/ 换尿片/ 睡觉)				
看书				
做家务				

把活动分解成非口语沟通的步骤

日常常规	步骤	“会说话的身体”选择
照顾（洗澡/穿衣/ 换尿片/睡觉） 穿衣服	准备好要穿的衣服 穿上衬衫 穿上裤子 扣纽扣或拉拉链 穿上袜子和鞋子	1. 按要求把要穿的衣服一件一件地递给照 顾者 2. 把头套进T恤，把每只手臂伸进袖 子里，把衣服拉过腹部 3. 听指令站好，抬腿穿裤子，帮忙把裤 子拉过双腿和臀部 4. 快要完成时会指向纽扣或拉链，或者 把它们扣好/拉上 5. 听指令坐下，把每只袜子/鞋交给 大人，抬脚穿袜子/鞋，帮忙拉上袜子， 提上鞋，在结束时听指令站起来
做家务 收拾脏衣服	拿起衣物 打开篮子的盖 把衣物扔到篮子里面 盖上篮子的盖	1. 听指令把相应的脏衣服从地板上拿到 篮子旁边或递给照 顾者 2. 发出声音表示要打开篮子的盖 3. 发出声音或用手指向以表示从两件里 选择把哪一件放进篮子里 4. 跟随肢体动作或者语言指令盖上篮子 的盖
玩具或其他物品 游戏		

示例表单

续表

日常常规	步骤	“会说话的身体”选择
社交游戏		
吃饭		
户外活动		
看书		

重要提示

目标：为您提供一些方法，以帮助您的孤独症孩子学习使用身体语言表达渴望、情感和兴趣，也帮助您的孩子学习理解您的身体语言。

步骤：

- ✓ 您少做一些，这样您的孩子就会多做一些。
- ✓ 暂停并等待——某个肢体动作、目光接触或者发出声音。
- ✓ 在游戏和日常照顾中，将肢体动作加入共同活动的步骤中。
- ✓ 在游戏和日常照顾中，夸张地做出面部表情和肢体动作。
- ✓ 在游戏过程中，把材料分成几部分，练习“给我”的肢体动作。
- ✓ 设置一些障碍，让您的孩子需要帮助。
- ✓ 指向物品和图片，等待您的孩子跟随。
- ✓ 在您和您孩子的身体语言中加入一些简单的语言
- ✓ 把关键活动——社交和玩具 / 物品游戏、吃饭、照顾（洗澡 / 穿衣服 / 换尿片 / 睡觉）和做家务分解成具体的沟通步骤。