

——本工具由 Autism Spectrum Disorder Foundation 總裁 Michael Slutsky 授權給香港中文大學心理系禪武醫心智健康研究中心翻譯成為繁體中文版本。——

AUTISM SPECTRUM DISORDER FOUNDATION

自閉症早期檢測工具

自閉症是美國現時患者數目增長速度最快的唯一一種發展障礙疾病。在美國，每 88 名兒童就有一名患有自閉症，而其中每 54 名男童中就有一名是自閉症患者。

由於自閉症日益流行，其患病兒童的人數甚至超過了兒童期癌症、糖尿病及愛滋病人數的總和，因此及早診斷及進行干預性治療變得十分重要。我們自閉症基金會 (Autism Spectrum Disorder Foundation) 明白到對自閉症兒童盡早採取干預性治療，將有助改善他們的情況。這就是我們編制「自閉症早期檢測工具」的原因：協助辨認出具有患有自閉症潛在危機的兒童。

及早檢測到問題，意味著能及早讓患病兒童在大腦發展的敏感期得到干預性治療。數據顯示，能在 2 至 7 歲得到早期治療的兒童中，約有百分之 75 至 86 的人能在 9 歲之前發展出某種形式的溝通能力。

現時，兒童被診斷出自閉症的平均年齡大約在 3 至 6 歲；然而，假如症狀能被及早辨認，自閉症兒童也能在 18 個月大時被確診。因此，我們希望可以及早檢測及診斷出患有自閉症的兒童，從而盡快對他們實施治療。這樣才能讓更多自閉症兒童避免因診斷及治療的延誤，而導致各方面的能力殘障。

這套「自閉症早期檢測工具」包含一些簡便的參照工具，用以協助判斷幼兒的特徵是否有患自閉症的可能。這套工具附有一個關於兒童發展里程碑的列表，列表中提出了幼兒出生後四年時間內不同階段的發展程度。在兒童成長的過程中，你可以參照此列表以檢測孩子是否達到與其年齡相符的發展程度。如果兒童未達到與其年齡相符的程度，這是個危險的信號，意味著你可能有尋求專業評估的需要。

除了這個列表外，「自閉症早期檢測工具」也介紹了與不同年齡的兒童所相應的學習活動，以幫助他們成長發展。這些活動能讓兒童在充實的學習過程中掌握重要的學習技能，及達到與其年齡相符的發展里程碑。

鑑於全球自閉症兒童的比例日益增加，我們有責任確保這些兒童能得到最好的照顧。我們一同來協助給予自閉症兒童一個豐富而有意義的人生吧。

兒童的發展里程碑

每年，每 88 名兒童當中就有一名患上自閉症。被診斷出自閉症的兒童人數超過了兒童期癌症、糖尿病及愛滋病病人數的總和。在美國，自閉症是患者數目增長速度最快的一種發展障礙。及早檢測到問題，意味著能及早讓兒童在大腦發展的敏感期得到干預性治療。以下是一個兒童的發展里程碑。在兒童的成長過程中，你可以參照這個列表來檢測孩子的發展程度。每次和你孩子的醫生會面時，你可以使用這個列表和醫生討論有關孩子目前的發展情況，以及預計孩子在下一個發展階段將會如何轉變。*(重要提醒：如發現你孩子某方面的發展未達到與年齡相應的程度，請將這種情況告知你孩子的醫生，因為這可能是發育遲緩的徵兆。)*

7 個月 <ul style="list-style-type: none">● 聽到別人呼叫自己的名字時有反應● 對別人的情緒有反應● 用聲音表達自己的喜悅及不適● 喜歡與人互動的遊戲 (例如捉迷藏)	1 歲 (12 個月) <ul style="list-style-type: none">● 使用簡單的身體語言 (例如揮手表示再見)● 發出如「媽媽」、「爸爸」、「喔哦」之類的聲音● 在玩耍的過程中模仿別人的行為● 被告知「不准、不可以」的時候有反應
1.5 歲 (18 個月) <ul style="list-style-type: none">● 持續地玩簡單的模仿性遊戲 (例如用玩具電話講電話)● 指著自己感興趣的事物● 完成包含單一要求的口頭指令，例如「坐下」● 說一些單字	2 歲 (24 個月) <ul style="list-style-type: none">● 使用 2 至 4 個單字組合而成的短語● 完成簡單的指令● 對其他孩子變得更感興趣● 指著某些事物或書本中的圖片
3 歲 (36 個月) <ul style="list-style-type: none">● 對與自己一齊玩的人表示喜歡● 在對話中使用 2 至 3 個字詞組成的句子● 模仿大人或與自己一齊玩的孩子 (例如當其他孩子跑起來時，他亦跟著跑起來)● 跟公仔、動物和人玩模仿遊戲 (例如為動物公仔餵食)	4 歲 (48 個月) <ul style="list-style-type: none">● 會講故事● 會講述自己的喜好及興趣● 更願意和其他孩子一齊玩耍而不是獨處● 能說出某些顏色或數目字

0-6 個月大的嬰兒的活動情況

嬰兒在一個月大的時候會出現很多變化。他將會學習張開他的雙眼並注視事物，這是身體發展的開始。他將對自己的名字及你的聲音有反應，並出現一些大幅度或小幅度的身體活動。他將會開始牙牙學語及用手指去捉、拿和搖晃物件。待他發展到某個程度，他會懂得如何抓緊一些細小的物件，如何放開物件，可以自己坐下來玩，也可能開始到處爬。

活動一: 早期的對話

時間：5-10 分鐘

說明：

- 嬰兒容易被人的面容及聲音吸引，你和他的首次溝通是透過你發出的聲音，及向他靠近的面容而發生的。你談話的內容並不重要，只要你和他是親近的，閒談也可以。

內容延伸：

- 你用嬰兒的手輕輕地掃過你的嘴唇、頭髮、雙眼和鼻子，並邊做邊向他講述你正在做什麼。
- 你重複剛做過的，這次換成你的手在嬰兒的面上掃過。
- 你留心觀察及重複嬰兒發出的任何聲音，並以你的專注、微笑及笑聲來熱情地回應他。
- 按你說話的節奏，你邊說話邊輕拍嬰兒，尤其當你在重複一些短語或聲音的時候。
- 你給嬰兒邊玩耍邊唱童謠。童謠中的節奏和調子，都是孩子們喜歡的。

活動二: 輕輕的碰觸

時間：5-10 分鐘

說明：

- 使用特定的方式去照顧嬰兒，能讓他們感覺到被愛及被在乎。當你溫柔地對嬰兒說話時，你可以把注意力集中在你抱起和移動他們的方式上，讓他們感受人與人接觸的感覺是多麼美好。

內容延伸：

- 你輕輕地按摩嬰兒身體某些部分，如手臂、大腿，並邊做邊向他講述你正在做什麼。
- 你用鼻子輕輕觸碰嬰兒並在他耳邊輕聲說話。

- 當你幫嬰兒穿著衣服或換尿片的時候，告訴他你正在做什麼。
- 不論嬰兒是因任何原因在哭泣，你須盡快回應他，以表示你明白他需要被關注。

6-12 個月大的嬰兒的活動情況

嬰兒會不斷學習如何活動他的身體，他將會開始爬來爬去，在傢具之間爬上爬落，甚至開始走路。另外，他將會學習到如何玩玩具，如何揮手與人說再見，及開始牙牙學語說一些類似「媽媽」、「爸爸」這些簡單的字詞。

活動一: 送飛吻

時間：5-10 分鐘

說明：

- 當你向嬰兒送出一個飛吻時，你也可以教他如何送出這樣一個包含愛意的禮物。你可以張開雙臂鼓勵他說「給我一個飛吻吧。」

內容延伸：

- 幫助嬰兒模仿你的動作及給你一個飛吻作為回應。
- 你和嬰兒在鏡子前面給對方互相送飛吻。

活動二: 你能聽到我說話嗎？

時間：5-10 分鐘

材料：一些大件的，可以讓人躲藏在後面的傢具

說明：

- 在捉迷藏遊戲中，你躲藏在一件傢具的後面。
- 呼喊你嬰兒的名字，以吸引他們的注意力，然後你再從傢具後面走出來。

內容延伸：

- 玩捉迷藏遊戲時，你躲藏在附近的房間並呼喊嬰兒的名字。
- 玩捉迷藏遊戲時，你用一塊大浴巾遮蓋你的頭部。

- 等嬰兒午睡醒來時，你在他的床邊悄悄地探頭出現。不論嬰兒是因任何原因在哭泣，你須盡快回應他，以表示你明白他需要被關注。

1-2 歲兒童的活動情況

當孩子進入成長的第一年，他可能開始堆砌物件，敲擊物件及將一個物件放進另一個物件裡。他能更準確地抓起物件，可能開始胡亂地寫寫畫畫，及自行使用有柄的水杯。他也將開始玩一些模仿式遊戲，例如為洋娃娃或動物公仔餵食。他走路及跑步的能力將會發展起來，而步伐亦變得越來越穩固。

活動一: 與剛學走路的孩子玩模仿遊戲

這種活動將使孩子通過想象，以練習他的大肌肉的運動。

說明：

- 給你的孩子一系列的指令，例如「假裝你是一隻兔子，你能不能像兔子那樣跳？」或者「假裝你是大象，你能不能像一隻又大又重的大象那樣走路？」
- 你嘗試讓孩子模仿成其他動物，或可以模仿其他事物例如是從泥土生長出來的植物，在夏日盛放的花朵，或一個膨脹的氣球。

活動二: 假裝在雜貨鋪的遊戲*

材料：有手抽的紙袋或籃子、空的食物盒和容器

說明：

- 留起空的食物盒和容器。裝布丁或啫喱的盒子都是個不錯的選擇，另外裝麥皮的盒子，裝乳酪的小盒和裝維他命丸的空瓶子也可以。
- 你把盒子開合的邊緣用膠紙或膠水槍把它黏起來。
- 把你的「貨品」存放在大盒子或洗衣籃中。
- 你的孩子將從拿著手抽紙袋或籃子玩購物遊戲得到樂趣。

*剛學會走路的孩子喜歡將袋子或籃子裝滿物件。除了上面的建議之外，你也可以使用積木來假裝成貨品。

活動三: 我聽見雷聲

說明：

- 這是一首按照法國童謠「雅克兄弟」或「你在睡覺嗎？」的樂譜填所填寫的，粵語相同樂譜的童謠為「打開蚊帳」。
「打開蚊帳、打開蚊帳
有隻蚊、有隻蚊
快啲擺把扇嚟、快啲擺把扇嚟
撥走佢、撥走佢」

3-4 歲兒童的活動情況

砌堡壘、畫圖形是你的孩子進入成長的第三、第四年的時會達到的發展程度。除了會扣鈕釦外，他也開始自行換衣服，及懂得說長約六個字詞的句子。同時，他的身體動作技巧也持續地發展，以至他能學習玩拋接皮球。

活動一: 拼寫名字遊戲

這個活動將使用印有字母的卡片來教導還孩子怎樣寫自己的英文名字。

材料：一些卡片、鉛筆或油性水彩筆

說明：

- 將你孩子名字中的每一個字母分別寫在一張卡片上。
- 用這些卡片擺出你孩子的名字。
- 把這些卡片混在一起，再讓孩子嘗試正確地擺出自己的名字。

活動二: 你的感受是.....

時間：10-20 分鐘

材料：孩子最喜歡的一本圖書

說明：

- 當你給孩子讀完他喜愛的故事之後，你可以進一步問他故事中的某個人物在某故事情節中有甚麼感受。
- 當孩子嘗試尋找表達感受的方法時，你便可以教導他利用更多的字詞來表達自己。

內容延伸：

- 用列表方式寫出能描述某個故事人物的情緒字詞。
- 向孩子提問「故事是否有另一種結局？」。
- 向孩子提問「故事中的人物是否能選擇另一種的行為方式？」。
- 向孩子提問「你對故事中的某個情節有什麼感受？」。

——如欲得知有關本研究中心的資訊，請前往 <https://neuropsychwellbeing.com> ——