使用手冊

自在交友

自閉症譜系青少年
性教育教材計劃教材套





自在交友 - 自閉症譜系青少年性教育教材計劃網頁
https://www.famplan.org.hk/sexedu/asdedu/

兒童事務委員會
Commission on Children
兒童福祉及發展資助計劃 – 由兒童事務委員會贊助
在此刊物或物品上／活動內表達的任何意見、研究成果、結論或建議，並不代表香港特別行政區政府或兒童事務委員會的觀點。

香港家庭計劃指導會
The Family Planning Association of Hong Kong

懷智
WAI ZI

目錄

04 序言

06 機構及計劃介紹

09 第一章 自閉症譜系人士定義及特質

12 第二章 教材套設計理念及框架
13 ● 心智解讀
13 ● 社交技巧
14 ● 情景分類表

16 第三章 教材套使用與遊戲玩法
16 ● 教材套內的物資
17 ● 心智解讀小測試
18 ● 情境卡使用方法
18 ● 練習模式
19 ● 遊戲模式

22 第四章 同行者備忘錄

26 第五章 自閉症譜系青少年性教育展望及建議

28 參考資料

附錄
30 心智解讀小測試
38 家計會性教育資源參考

序一

我們相信社會上每一個人，包括自閉症青少年，都應獲得性與生殖健康的資訊，並可擁有自由戀愛、選擇婚姻或生育，以及為自己的生活方式和身體需要作出決定的權利。

家計會多年來一直致力推廣全面性教育，很高興與基督教懷智服務處合作，發展專為自閉症譜系青少年獨特需要而設計的教學資源，包括社交故事和主題網頁，期望能夠持續支援同工及家長，為自閉症譜系青少年推行適切之性教育及兩性關係教育，提昇他們的交友及與異性相處的能力、建立開明的性態度，為他們未來進入戀愛及婚姻關係打好基礎。

香港家庭計劃指導會
執行總監
林慧翔醫生

序二

自閉症青少年與一般青少年的生理及心理需要是一樣的，只是在溝通表達方面比較特殊。每位自閉症青少年都是獨特的，就像所有人一樣，擁有自己的思想、個性、喜好及憎惡等，不能把他們一概而論。而這套教材，就是建基於這個信念而設計，為家長及照顧者提供多一個參考。

教導自閉症青少年發展社交需要花很多心思及時間，而在過程中，我們要經常提醒自己，不要只想着要為他們灌輸知識及觀念，同時也要了解他們每個人的思想及情感，鼓勵他們表達意願，在過程中一同參與做決定，尊重他們的自主及自決，讓他們有份為自己編寫屬於自己的人生。

基督教懷智服務處
總幹事
陳國明先生

機構介紹

香港家庭計劃指導會

香港家庭計劃指導會（家計會）為志願機構，致力為港人提倡、推廣及提供性與生殖健康方面的資訊、教育、醫療及輔導服務。我們相信，「性與生殖健康」，包括家庭計劃，是個人與家庭健康幸福的重要元素；任何人，不論性別、年齡、種族、宗教、婚姻及經濟狀況，都有權就個人的「性與生殖健康」，作出自願、負責和知情的選擇，並獲得相關合適的服務。

家計會的策略包括為不同年齡的男女提供優質整合保健及輔導服務；推行家庭生活教育及性教育、提供有關培訓；就「性與生殖健康」、家庭計劃、家庭健康、青少年與性、最新避孕方法等進行研究工作；與社區伙伴協力推動建立健康、快樂及和諧的家庭；並與政府、本地和國際團體合作，推廣「計劃生育、克盡親職」和「性與生殖健康」。

網頁：www.famplan.org.hk

基督教懷智服務處

源於九龍佑寧堂，在1979年由一群熱心的教友成立「九龍佑寧堂懷智訓練中心」支持智障人士，於1984年開始獲得社會福利署資助，本着耶穌基督的愛，致力為智障人士提供院舍、復康及職業訓練服務，希望智障人士能夠過有尊嚴及自主的生活，並能發展所長，見識世界，融入社會，過豐盛及有意義的人生，參與建設平等共融的社會。

懷智的服務隨着服務使用者的需要不斷擴展，現時，本會有7間展能中心，4間庇護工場及職業復康中心，10間殘疾人士院舍，1間殘疾人士地區支援中心，1隊私營殘疾人士院舍外展工作隊，以及1間社會企業（懷智匡業）。近年服務對象年齡亦由15歲逐步擴闊至6歲或以上智障及其他類別的殘疾人士。

網頁：www.wjcs.org.hk

自在交友——
自閉症譜系青少年性教育教材計劃

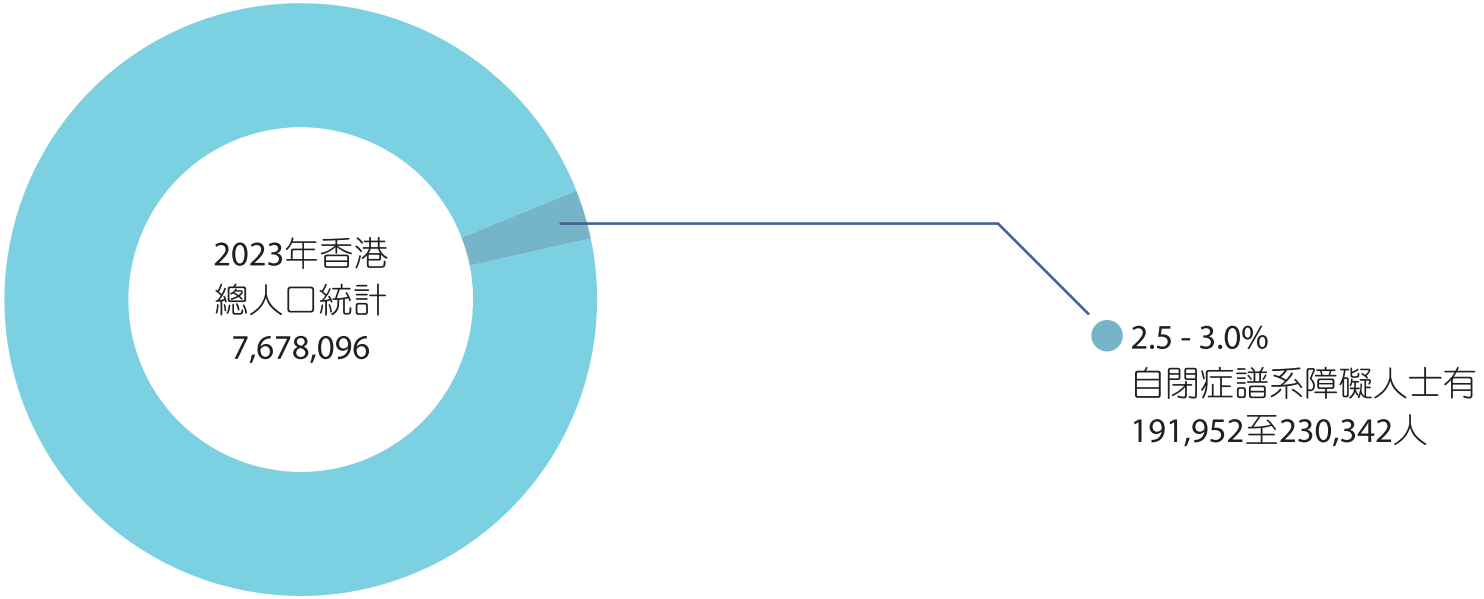
自閉症譜系青少年，往往會在溝通及人際交往方面遇到困難，影響他們生活及交友。有幸得到兒童事務委員會的兒童福祉及發展資助計劃資助，香港家庭計劃指導會及基督教懷智服務處得以攜手合作，一同推出《自在交友—自閉症譜系青少年性教育教材計劃》，希望以易懂、易用又有趣味的方式，幫助他們了解如何與人交往，並建立社交的技巧及信心。

本項計劃包含設計及製作社交故事卡和主題網頁，旨在建立一個教學資源庫，持續支援同工及家長，為自閉症譜系青少年推行適切之性教育及兩性關係教育。同時亦會善用兩個機構多年來建立的性教育推廣網絡，向各方合作伙伴如教育局、衛生署、平機會、各大專院校之教育學系、本地特殊學校、社會服務團體、家長教師會等推廣是項計劃。

第一章
自閉症譜系人士定義及特質

近二十年，有關自閉症譜系障礙的研究和資訊如繁星般多，大眾對自閉症人士的特徵往往會概括為：缺乏眼神接觸、說話時語調單一、性格內向且孤獨等，而忽略了每位自閉症人士的獨特性，Aston(2012)提示我們，自閉症人士跟世上每個人一樣，均是與眾不同的，都有自己的特質、個性及意見。Kellaher (2015)指出不少人對自閉症譜系人士仍然有很多誤解，如認為他們是無性趣的、性知識不足及欠缺相關經驗，對人際關係也缺乏興趣；同時亦因為社交上的困難，較少有機會與人產生親密關係。

在最新版本的精神疾病診斷及統計手冊 (Diagnostic and statistical manual of mental disorder, 5th ed., Text rev., 2022)，自閉症譜系障礙被列入神經發展障礙 (Neurodevelopmental Disorders)的範疇，指兒童在成長發展期間，出現不同障礙及症狀，包括在社交情感上、語言及非語言（如眼神交流，面部表情等等）的交流缺損；在人際關係上，他們亦欠缺建立關係及發展關係的概念，以致沒有建立人際關係的動力；在行為方面，會出現重覆及局限的行為，例如刻板及重覆的回應或不時發出特別聲響、狹隘興趣或固定日常活動及物件選擇等等。而診斷其障礙程度，取決於溝通及重覆或局限行為的嚴重程度而定。



因上述那些特質，他們不擅於明白別人的情緒變化及感受，亦欠缺能力解讀他人的想法，於是未能恰當回應別人的需要，更不能理解他人行為背後的動機 (Sala el at., 2020)。這特質會延續至成人階段，社交溝通的問題會令其生活大受影響，甚至難以與人建立親密關係。

而依附關係正正對戀愛關係有着重要的影響。即使自閉症譜系障礙人士在成長階段時已成功建立安全感型依附(Secure Attachment)，他們仍然要努力地運用不同的認知策略以彌補自己於社交及回應上的不足(Dissanayake & Sigman, 2001)。所以對未建立安全感型依附關係的自閉症譜系障礙人士來說，便是雙重困難了。

根據世界衛生組織的報告(2023)，大約每100個兒童中便有一人患有自閉症譜系障礙。香港自閉症聯盟在2023年進行了一項統計，估計香港自閉症譜系障礙人士有191,952至230,342人，佔總人口2.5-3.0%（基數為香港在2023年總人口統計的7,678,096）。協康會亦於2019年2月進行了一項有關自閉症青年談戀愛及兩性相處經驗的網上問卷調查，結果顯示有六成八的自閉

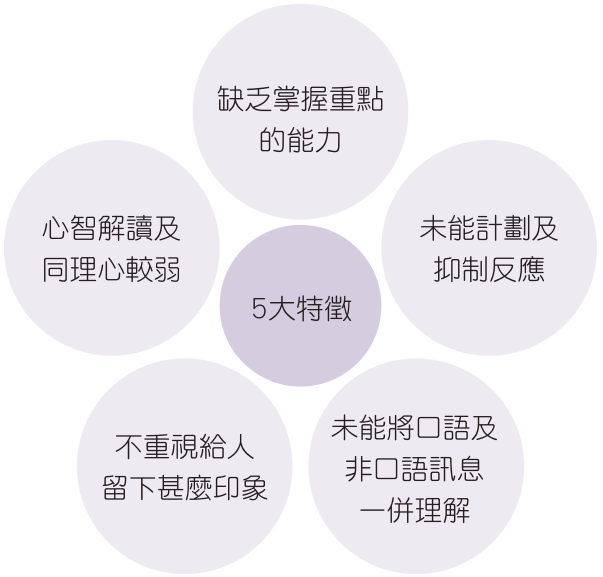
譜系障礙青年渴望談戀愛，當中七成受訪者沒有戀愛經驗、超過八成為單身一族。受訪者表示他們認為自己無法建立戀愛關係，主要有以下三個原因：一、不擅表達自己的想法；二、自覺難與異性溝通，及三、不夠了解對方情感需要。這些原因皆與自閉譜系障礙人士主要特質有關，包括：溝通困難、社交困難、固執行為及興趣狹隘。

建立人際關係需要相互溝通，相互溝通則需要了解及明白對方的意思及想法，當中牽涉心智解讀(Theory of Mind)，即理解和預測他人的心理狀態，包括信念、願望、意圖等的能力，並以此詮釋他人的言語及行為、理解別人感受、推敲下一步行動等(Howlin, Baron-Cohen & Hadwin, 1999)。由於患有自閉症譜系障礙人士往往欠缺足夠心智解讀能力，出現社交互動、溝通等方面的困難，故本教材套以心智解讀為重心，設計出富趣味性及貼地的情景圖卡，希望幫助自閉症譜系障礙青少年理解別人的情緒或心理狀態，促進社交認知及回應(Howlin, Baron-Cohen & Hadwin, 1999)，提昇其交友及處理親密關係的技巧及信心。

第二章
教材套設計理念及框架

本教材套內容依自閉症譜系障礙青少年的特質而設計，以心智解讀 (Theory of Mind / TOM) 為主導配合他們的特性，令其更易理解。因大多自閉症譜系障礙青少年缺乏心智解讀(TOM)的能力，難以明白弦外之音、「眉頭眼額」、非語言訊息如聲調、語氣等，所以與人溝通時，未能洞悉及推測他人所思所想，也難以理解溝通對象的想法、感受、動機、願望、立場、信念、知識、經驗等，做成溝通困難。期望此教材套能提示自閉症譜系障礙青少年學習如何按對方的特性，預測對方的感受或行為，從而作出恰當的反應。

自閉症人士社交溝通能力有五大特徵：



本教材套根據自閉症譜系人士的兩大項需要：心智解讀(Theory of Mind)及社交技巧(Social Skills)，依上述五大元素訂立訓練策略，設計出特質測試及加入五種包含心智解讀及九種社交技巧相關的情景練習，期望能藉三十個不同情景，幫助自閉症譜系青少年更了解情景核心，及教導他們從別人的角度去觀察和感受事物，讓他們明白，在不同的社交場合如何掌握他人的信念、感受、期望和一些隱藏的社交常規，並作出合適回應。

心智解讀及社交技巧的各主題如下：

心智解讀

不理解說話背後的意思	不理解善意謊言	不理會別人感受
不理解隱喻 / 開玩笑	不明白反話 / 諷刺	

社交技巧

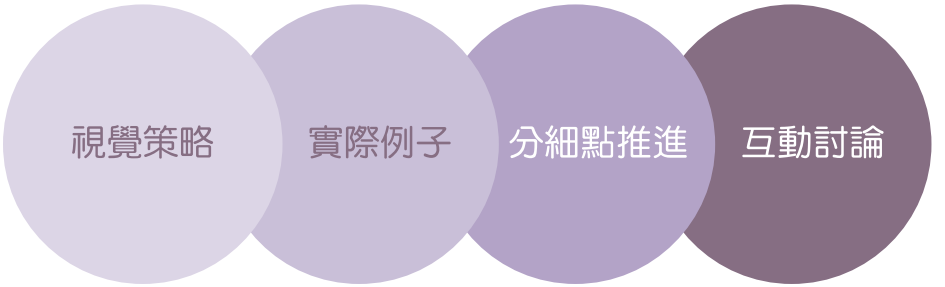
不恰當提問	發放過多資訊	不恰當社交距離
不懂修飾用語	不恰當眼神表達	不懂開展話題
缺乏對環境 / 人物的敏銳度	對話難有互動	說話過於直率

為使他們容易理解，情景設定包括了不同場地如學校、公眾場所、居所、網上社交平台（WhatsApp、Instagram等）、社交場所（朋友聚會）等，而人物關係亦各有不同，包括陌生人、普通朋友及同學、異性、好友、伴侶關係等，期望能配合他們日常生活需要，有助掌握面對不同境況。

	針對原因	陌生人	普通朋友或同學	好友	伴侶關係
心智解讀	不明白別人背後意思	10	9, 12, 27		16, 17, 18
	不理解善意謊言	4, 24	27		15
	不理解隱喻 / 開玩笑		26, 28		16, 17
	不明白反話 / 諷刺	25	23		
	不理會別人感受	11	6, 7		13
社交技巧	不恰當提問		1, 3, 5		
	發放過多資訊	2, 4, 29	8		
	不恰當社交距離	3	5		
	不懂修飾用語	19, 20	7, 23	22	
	不恰當眼神表達	11		21	
	不懂開展話題				14, 30
	缺乏對環境 / 人物的敏銳度	4, 24, 29	26, 28		13, 30
	說話過於直率		6, 19	21	14, 18
	對話難有互動	2, 4	8, 26		14, 16

*上述號碼為對應的三十個情景卡，使用者可依特性及需要來選擇，多作練習。

教材套設計原則



- 善用視覺策略，提供圖卡、短片及遊戲，讓自閉症譜系青少年從不同角度認識對話的含意及回應的方法，減少他們面對實際情景的焦慮；
- 善用實際例子，減少抽象概念，鼓勵自閉症譜系青少年多練習對話；
- 分細點推進，以不同特質配合不同情景及人物關係設計內容，能加強參與者的理解及應用；
- 利用有互動討論的情景及具明確指示的社交貼士，以解答形式清晰回應。

問題回應與策略

特質及困難	問題衍生	回應策略	具體形式
不懂表達個人感受	以他人不理解的方法表達需求	以日常故事作例子	圖卡及遊戲
欠缺對他人的理解及關顧	不懂處理社交衝突	心智解讀評估及練習	圖卡及遊戲
未能把抽象概念與現時社交實例連結	被誤會及排擠	心智解讀評估及練習	短片互動、實例討論

第三章
教材套使用與遊戲玩法

1. 教材套內的物資

教材套使用手冊 （內附心智解讀小測試）X 1

圖卡：

- 情境卡 X 30
- 社交貼士卡 X 30
- 應對卡14張一套，共5套、每套包括5張心智解讀卡及9張社交技巧卡
- 表情卡 X 8
- 人物介紹卡 X 1



教材套內的所有物資及內容，亦可於本計劃的網頁下載。

2. 心智解讀小測試

2.1 測試目的

以簡單方式來了解參加者哪一方面需要提升，從而選出合適情境故事圖卡來進行練習或遊戲。同工在進行小組練習或遊戲時，亦可以參考小測試的結果，歸納有共同需要的參加者。請留意，小測試只是個參考工具，參加者可以不進行測試，直接使用教材套內其他工具。

2.2 使用方法

i. 進行小測試時，建議最理想是導師與參加者單獨面談，並以開放式的問題進行，應避免以小組型式進行，以免參加者互相影響結果。在參加者未能回應開放式問題、或沒有導師陪同進行的情況下，才建議以用選擇題型式來定出測試分數。

ii. 小測試共有6條問題，協助提問的導師（下稱測試員）需依照文字把問題讀予參加者聽，並讓他們分享對問題理解。測試員可以重覆朗讀問題，但不需給予補充及解釋。

iii. 測試員聽了參加者的答案後，請依計分欄上的標準給予分數。測試員可以請被測試者重複回答，或請對方再具體解釋，但不要糾纏於同一問題，以簡短為要。

iv. 測試員應避免自己演繹答案，也不要以「是」或「否」這類封閉式方法來詢問參加者。

v. 心智解讀小測試問題詳見附錄P. 30。

3. 情境卡使用方法

按小測試結果，採用建議的情境故事圖卡作練習

指導下的練習模式

- 單人練習及小組模式
- 遊戲模式

自行練習模式

- 獨自練習方法
- 小組遊戲模式



4. 練習模式

4.1 單人模式

4.1.1 導師按參加者在小測試的結果取出適合的情境卡。

4.1.2 導師和參加者一起觀看卡上的故事及對話。

4.1.3 導師可詢問參加者能否解讀出情境出現了甚麼情況，並可拿出相同卡號的社交貼士卡，讓參加者了解卡中情景的正確狀況，及面對時的建議貼士。

4.1.4 導師可以請參加者想出恰當的社交應對方式，及分享過往是否有過類似的經歷。

4.1.5 亦可登入情境卡上QR code查看完整情境的影片及恰當的社交建議。

4.2 小組模式

4.2.1 小組內可能有不同能力的參加者，故建議導師可組合小測試結果相近的參加者成為一小組，建議最佳人數為2至4人。

4.2.2 導師可讓參加者隨機選並讀出情境卡。

4.2.3 導師可詢問參加者能否解讀情境中的情況，並拿出相同卡號的社交貼士卡，讓參加者了解卡中情景的正確狀況，及面對時的建議貼士。

4.2.4 導師可請參加者想出恰當的社交應對方式，並透過小組互動來增加參加者的思考及理解其他人的想法。

4.2.5 過程中，導師也可以邀請組員輪流扮演卡上的角色，讓參加者可在更加逼真的情境下模擬學習。

4.2.6 導師可邀請小組組員分享過往是否有過類似的經歷。

4.2.7 亦可登入情境卡上QR code查看完整情境的影片及恰當的社交建議。

4.3 遊戲模式

4.3.1 所需卡牌：情境卡及對應卡、表情卡（增潤模式才使用）。

4.3.2 建議參與人數：3至5人（包括導師）。

4.3.3 遊戲時間建議：每次5個情景，預計討論時間一小時內。

4.3.4 玩法：

i. 導師擔任主持人角色，把情境卡洗牌後全疊反轉放在各人容易取得的位置，另外每位參加者（包括主持人）需要有自己一套的應對卡共14張。

ii. 由導師左邊第一位參加者開始，邀請他取出情境卡攤開正面。導師先說出情境卡內的背景簡介，之後參加者開始依照對話框內容進行社交對話，建議每一個情境都由導師擔任主角（一心或子樂）說出對白。最後輪到導師抽情境卡時，可改由第一位抽卡者負責說出主角對白。

iii. 情景分享完畢後，導師向各人輪流發問兩條問題：

問題1 你猜情境卡中的人物在想什麼？

參加者需要在手上應對卡中5張心智解讀卡選一張最合適的卡牌翻轉放出。當所有人都放好後，再一起翻開。如所有參加者（不包含導師）都是選同一卡牌可得1分，如有人所選的卡牌與導師是一樣，可多取1分。

問題2 情境中主角需要甚麼社交技巧？

跟問題1的過程相似，參加者需要在手上應對卡中9張社交技巧卡選一張最合適的卡牌蓋住放出來。當所有人都放好後，再一起翻開。如所有參加者（不包含導師）都是選同一卡牌可得1分，如有人所選的卡牌與導師是一樣，可多取1分。

iv. 當完成了第一次社交對話後，就改為左邊第二位負責取第二張情境卡並正面攤開。第二位參加者就與導師一起依對話框次序讀出情境。對話後，導師同樣輪流詢問兩條問題，而且各人也同上自行選出心智解讀卡及社交技巧卡。

v. 參加者會輪流扮演角色後就會完成遊戲（攤開5次情境卡）。導師依整個遊戲結算有多少分數，每局遊戲最多可獲12分，而整個遊戲最多可獲60分。各分數代表不同「社交達人」級別。

達人指數	參加人數			
	2人	3人	4人	5人
入門級	0~25分	0~20分	0~10分	0~5分
中階級	26~40分	21~35分	11~25分	6~20分
高階級	41~55分	36~50分	26~40分	21~35分
達人級	56~60分	51~60分	41~60分	36~60分

vi. 遊戲重點

導師邀請各人講出為何選擇該心智解讀卡，並一起分析社交過程中，大家容易產生誤解的地方。若導師見到參加者的選擇並非最恰當，不需批評是對是錯，而是把重點放在透過遊戲發掘大家的獨特點，同時讓使用者瞭解其他人的想法。

4.4 進階（增潤）練習及遊戲玩法：

i. 當導師判斷參加者適合學習更複雜社交情境、或小組使用者已獲得遊戲中的達人級，可增加使用「表情卡」。

ii. 表情卡主要功能是讓參加者由表情辨認他人的情緒及社交反應。

iii. 在練習時，有兩個建議的使用方法；第一，導師可以依照情境卡故事中預設表情來進行練習，讓使用者回應表情卡上有哪些特徵。第二，導師可以隨機抽一張表情卡配對，使情境卡上有更多變化。

iv. 遊戲時使用方法同樣有兩個建議，第一，導師選擇一張表情卡蓋住，待完成遊戲中兩個問題（見4.3.4 iii）後，再由參加者共同猜是甚麼表情，如猜中可額外多5分。第二，導師選擇一張表情卡蓋住，但由導師演繹有關表情及對話，再由參加者猜估。如以小組進行，參加者可以輪流演繹。當猜中也是可以多5分。

v. 如表情卡加入遊戲中，分數也可繼續使用同一量表，但滿分有機會超過60分。

第四章
同行者備忘錄

作為照顧者
當然希望子女能與其他人一樣，與人交往及接觸，希望他們能隨着年齡的增長，作出恰當的行為及反應。

作為老師
希望能幫助學生學習，學業成績理想，與同學和睦相處。

作為導師
希望學員可以增強社交或社區的生活技能。

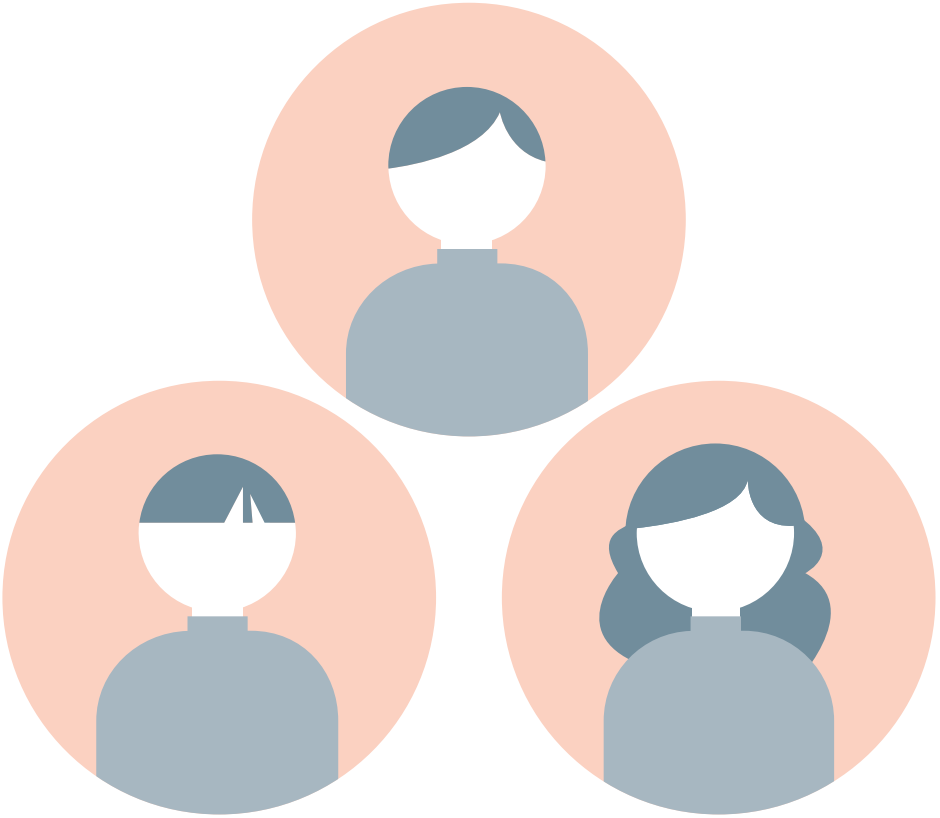
可惜，自閉症譜系人士很多時候會被誤會，以為他們不予回應、不遵守規則，或被貼上不合群等等的標籤。事實上，他們因為腦神經缺損而未能了解及做到應有的反應，他們需要更多支援來明白及學習大眾期望的回應。不斷的催促、責備，不單會增加他們的焦慮及不安，亦更令他們抗拒與人接觸。這些恐懼可能不知不覺間形成了，卻不被周遭的人所察覺。幸而，在特定方式及清晰的條件下，自閉症譜系人士亦能事半功倍地學習，例如利用ABA、TEACHH等技巧訓練，當有仔細步驟及指示，亦能學習或做得到符合社會規範的要求。

此外，有些照顧者並不接納自閉症譜系子女對性的好奇及需要，因而忽略他們的需要、甚至阻止他們的探索行為。

作為同行者，我們可以留意他們的天賦、優點弱點、安全感的強弱、個人的喜惡、解難力、相處模式及對象，以給予適切的支援。

在幫助他們的同時，我們可以先調整自己的期望及了解他們的特質。他們較難明白空泛的概念，例如對於善意謊言或雙重意思難以理解，亦較難掌握不同面部表情代表的意思，有些甚至有感官障礙，如對溫度、痛楚、氣味不敏感或過份敏感。

以下的一些小貼士，可予同行的家長、老師、社工或導師參考：



作為照顧者

- 與他們聯繫　：由於先天的缺損，他們欠缺對人際關係的概念，不覺得需要人際關係，故缺乏主動性。家長可以在日常設定聯繫時間，利用玩樂增強互動。
- Me-Time　：需要為他們留有獨處時間，讓他們充電。
- 避免設立期望　：在以遊戲來學習時，應避免訂立期望，純粹專注於遊戲及當中的趣味。
- 准許表達　：容讓他們表現挫敗感。
- 持續性　：給予持續的結果，能加強對事情的因果的印象。

作為老師

- 小休　：他們需要額外的力量學習，讓他們在疲倦時給予小休時間，以免因勞累而厭倦學習或遊玩。
- 給予讚賞　：當他們做到一些目標或給了理想的回應時，給予讚賞，能提昇他們的信心，更能讓他們知道他們做對了，加強日後利用該行為作回應，此為正增強作用(Positive reinforcement)。
- 柔和字眼　：他們對贏輸對錯往往很認真，在做得不理想時，要利用較溫和的字眼解釋，以免觸動情緒，破壞學習或玩樂氣氛。
- 具體解釋　：他們較難掌握空泛概念，可以利用具體例子及視象工具，幫助理解。
- 壓力程度　：挑戰行為，可能反映出他們的壓力指數，可先預備安全角落或信任人士以幫助抒壓。

作為中心社工或導師

- 不對號入座　：有時候他們或會說或做出不當說話或行為，例如會以較自我中心的字眼回應，這可能與以往的經驗相關，並不是刻意針對。
- 顯淺簡短　：簡單直接的字句會較易令他們明白。
- Redirect　：他們在提到特定情景會特別興奮，會專注分享自己的經歷，可稍為給予提示，請他們重回主題。
- 感官刺激　：他們在感覺統合會有較敏感或不敏感，可留意香水、美髮用品等的香氣濃度，或互動時的身體接觸。

最後，提提各位同行者：不要看輕你的子女、學生或服務使用者！他們均有獨特的潛能及特質，希望在你們的同行陪伴下，能發揮及發掘他們更多的可能性。

資料來源:
https://www.myaspergerschild.com/2018/07/if-you-are-mother-or-father-of-teenager.html
https://www.autismparentingmagazine.com/advice-help-autism-teenager-thrive/

第五章
自閉症譜系青少年性教育展望及建議

踏入青春期，對於自閉症譜系青少年來說是充滿挑戰的時期。愈趨複雜的社交溝通需求和逐漸多樣化的技能要求，均會為他們帶來壓力。另一方面，自閉症譜系青少年也開始對談戀愛感到有興趣，渴望與人建立親密關係，但由於不懂有效表達自己或理解他人想法和需要，在與人建立情感及親密關係時，比一般人遇到的障礙確實較多。

自閉症譜系青少年不論在校園或家庭中接受的性教育，往往缺乏完整性，以致他們對戀愛和建立親密關係的理解相當有限。聯合國教科文組織(UNESCO)發表的《國際性教育技術指導綱要》(2018)，提倡幫助青少年發展性知識、技能和態度，以享有良好的性與生殖健康，懂得為自己做出明智的決定。自閉症譜系青少年有獲得全面性教育的權利，其中有關如何與人相處、建立正面的人際關係和親密關係，為健康快樂的人生奠下良好的基礎，乃是重要的一環。

自閉症譜系青少年由於有社交發展的困難，難於看通社交暗示或處境，對社會大眾普遍接受的規範亦不理解，要掌握當中的知識、態度、技巧相當不容易。然而，只要透過引導和教育，自閉症譜系青少年亦能認識和諧人際關係及健康戀愛關係之要素，建立正面的性態度，掌握所需的溝通技巧和生活技能，去表達他們對其他人的興趣和情感，獲得真摯的感情。

香港家庭計劃指導會

相關資訊

聯合國教科文組織(2018)。《國際性教育技術指導綱要》修訂版。
https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000260770_chi（於2024年3月登入）

美國疾控中心(CDC, 2020)統計數字表示約80%以上的自閉症譜系人士表示從小到大也沒有或只有少量朋友。實際上，缺少朋輩支持及缺乏與人相處經驗，對學習重要的社交技巧有很大的困難(Prendeville等，2006)，這是一個負面的循環，須得到大眾正視。

疫情對成長中的自閉症譜系人士青少年生活也有很大的衝擊，尤其是在交朋結友上，連續幾年缺乏機會建立朋友網絡及減少了社交溝通的機會，令很多自閉症譜系青少年本身已經狹窄的社交圈子更縮緊，窒礙他們在社交及性觀念及價值方面的發展。

成長中的青少年可能會被異性吸引，同時也有可能被同性或雙性所吸引。自閉症譜系青少年在性方面的發展及挑戰與其他現今青少年都是一樣的，但自閉症譜系青少年是需要較多協助及支援，尤其是人際關係的解讀及社交技巧方面。自閉症譜系青少年或多或少對性會產生興趣，亦有可能是無性需要(Asexual)，但無論如何，都不應以異性戀者、同性戀者、或無性者去區分，他們或可能純粹是喜歡一些浪漫或親密的關係，作為家長或照顧者，都應持開放接納的態度，鼓勵他們表達，尊重他們的自決，陪伴他們成長。

基督教懷智服務處

相關資訊

現時本地為自閉症譜系青少年提供以中心為本的服務包括：

1. 殘疾人士地區支援中心（全港21間）
   https://www.swd.gov.hk/tc/pubsvc/rehab/cat_supportcom/centrebase/dsc/
2. 自閉症人士支援中心（全港5間）
   https://www.swd.gov.hk/tc/pubsvc/rehab/cat_supportcom/centrebase/spa/

參考 資料

American Psychiatric Association (2022). Diagnostic and statistical manual of mental disorders (5th ed. Text rev.). https://doi.org/10.1176/appi.books.9780890425787

Aston, M. C. (2003). Asperger in love. London: Jessica Kingsley.

Aston, M.C (2012). Asperger syndrome in the bedroom. Sexual and Relationship Therapy, 27:1, 73-79, DOI: 10.1080/14681994.2011.649253.

Attwood, T. (2015). The complete guide to Asperger's syndrome. London: Jessica Kingsley Publishers.

Autism Hong Kong (2023). World Autism Population. Retrieved on 10 August 2023 from https://www.autism.hk/2019/asd-pop.htm

Bond, M. H., & Hwang, K.K. (1986). The social psychology of Chinese people, The psychology of the Chinese people (p. 213–266). Oxford University Press.

Byers, E.S., Nichols, S., Voyer, S.D (2012). Sexual well-being of a community sample of high-functioning adults on the autism spectrum who have been in a romantic relationship, pp. 418–433, https://doi-org.easyaccess1.lib.cuhk.edu.hk/10.1177/1362361311431950

Centers for Disease Control and Prevention, USA. (2020). Autism spectrum disorder (ASD): Data and statistics. Retrieved January 25, 2020, from https://www.cdc.gov/ncbddd/autism/data.html

Dissanayake, C., & Sigman, M.(2001). Attachment and emotional responsiveness in children with autism. International review of research in mental retardation: autism, 23, pp.239-266.

Hancock, G., Stokes, M.A. & Mesibov, G. (2019). Differences in Romantic Relationship Experiences for Individuals with an Autism Spectrum Disorder. Sex Disability(2020), 38, 231–245. https://doi-org.easyaccess1.lib.cuhk.edu.hk /10.1007/s11195-019-09573-8

Heep Hong Society (2019). 自閉症青年戀愛調查：近七成憧憬愛情 惟憂溝通困難易撞板. Retrieved on 10 August 2023 from https://www.heephong.org/whatsnews/detail/survey-nearly-70-autistic-young-people-long-for-romance-while-communication-difficulties-become-their-biggest-obstacle

Howlin, P., Baron-Cohen, S., & Hadwin, J. A. (1999). Teaching children with autism to mind-read: A practical guide for teachers and parents. John Wiley & Sons.

Kellaher, D.C.(2015). Sexual Behavior and Autism Spectrum Disorders: An Update and Discussion. Sexual Disorders. New York.

Prendeville, J. A., Prelock, P. A., & Unwin, G. (2006). Peer play interventions to support the social competence of children with autism spectrum disorders. Seminars in Speech and Language, 27(1), 32–46.

Sala, G., Hooley, M., Stokes, M. (2020). Romantic Intimacy in Autism: A Qualitative Analysis. Journal of Autism and Developmental Disorders. https://doi.org/10.1007/s10803-020-04377-8

World Health Organization (2023). Autism, Retrieved on September 2023 from https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/autism-spectrum-disorders

附錄
心智解讀小測試

小測試問題：

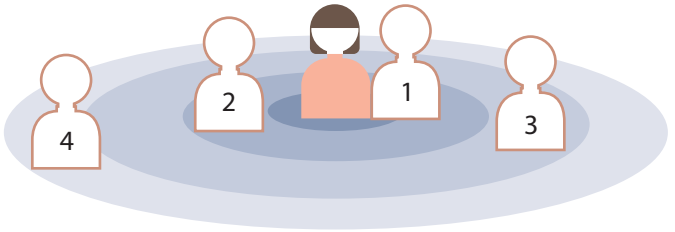
測試目的及使用方法，請見P.17第三章 教材套使用與遊戲玩法。

第1題

情境描述：在聯校晚會上，阿明新認識了一位友校的女同學姍姍，發現大家都喜歡看動漫。

問題：如果你是阿明，你會站在以下哪個位置跟姍姍聊天？

2	姍姍 1	2
3	2	3
4	4	4



＊如果被訪者未能理解以上九宮格位置，測試員可以改用有人像的圖片，顯示四個不同距離，包括「非常近距離貼近姍姍」、「一個適當握手的距離」及「站立在很遠的距離」。

開放式答案：最近（在姍姍同一格內）/ 最遠 = 0分，中間的方格 = 1分。

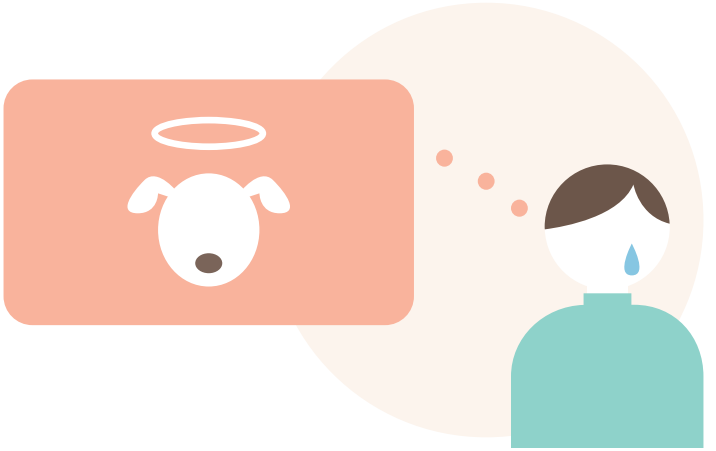
選擇題答案：A. 1 = 0分
B. 2或3= 1分
C. 4 = 0分

計分：___/ 1

第2題

情境描述：阿德是你的同班同學。他養了十年的小狗昨天突然離世。阿德整天都悶悶不樂，雙眼已經哭得通紅。

問題：你會如何安慰阿德？



開放式答案：任何不對應事情（愛犬過身）/ 未能從阿德感受出發，或紓解阿德傷感的嘗試 = 0；能對應事情 / 從阿德感受出發 / 紓解傷感的嘗試 = 1。

選擇題答案：A. 阿德，不要太難過，狗狗去了彩虹橋都知道你很愛錫自己。=1分
B. 狗狗死了，再買一隻吧！= 0分

計分：___/ 1

第3題

情境描述：小修是阿仁的好朋友。小修是個好學生，平日上堂很留心，但今天上課時，阿仁見小修動來動去坐不定，又不時站起來。阿仁去關心一下小修甚麼事，小修就悄悄地告訴阿仁，原來自己長了一顆痔瘡。

小修的異常舉動，原來同班同學小文也留意到。小息時，小文趁小修走開時，就問阿仁：「小修沒事吧？他今天為何坐立不安？」

問題：如果你是阿仁，你會如何回應小文？



開放式答案：明確或半明確（例如提及臀部）將小修生痔瘡的狀況告知小文 = 0分；嘗試隱晦地轉述（有點不適）/ 帶走話題 = 1分

選擇題答案：A. 他有點不舒服，還是不要打擾他了。 = 1分

B. 他長了顆痔瘡，覺得好痛。 = 0分

計分：___/ 1

第4題

情境描述：心怡和小齊是很好的朋友。心怡數學很厲害，而小齊就常常數學不合格。有一天，他們如常約了放學一起做功課。有一條數學題，小齊怎麼都算不出來，就走去問心怡。可是心怡用了半個小時來解釋，小齊始終不明白。心怡就說：「哎啊，算啦算啦，你抄我的答案算啦，你真是『蠢過隻豬』！」

問題1：心怡講的話，是有多認真呢？（問題1可以最多取2分）



開放式答案1：能指出心怡並非真的認為小齊「蠢過隻豬」= 1分

指出心怡只是朋友間開玩笑 = 1分

選擇題答案1：A. 心怡真的認為小齊「蠢過隻豬」= 0分

B. 心怡的話，只是朋友間的玩笑 = 1分

C. 心怡並非認為小齊「蠢過隻豬」，只是朋友開玩笑 = 2分

問題2：小齊聽到心怡說自己「蠢過隻豬」會生氣嗎？為甚麼？

開放式答案2：指出小齊很大機會不會惱怒，因為兩人是好友，小齊知道心怡只是開玩笑= 1分

選擇題答案2：A. 小齊聽到後會很憤怒，因為他覺得自己被羞辱 = 0分

B. 因為兩人是好友，小齊知道心怡只是開玩笑 = 1分

計分：__/ 3

第5題

情境描述：子健和阿恆是很好的朋友。有一日，他們約了一齊上子健家中打遊戲機。子健正準備插線開始打機的時候，阿恆帶了雪糕到了子健家，並把雪糕放在桌上。打了大半天的遊戲後，子健想吃雪糕，怎知在雪櫃找不到，最後才在桌上找到那盒已經溶化的雪糕。子健拿着雪糕對阿恆說：「你真是聰明到極點！」

問題1：子健有幾大機會真的認為阿恆「真是聰明到極點」？
（問題1可以最多取2分）



開放式答案1：指出子健並非認為阿恆 「聰明到極點」= 1
指出阿恆只會一笑置之 / 沒有甚麼特別負面的感覺 = 1

選擇題答案1：A. 子健認為阿恆真是一個聰明的人 = 0分
B. 子健嘲笑阿恆 = 1分
C. 阿恆知道被子健嘲笑，但他聽到後一笑置之，沒有特別負面感覺 = 2分

問題2：阿恆聽到子健說他「你真係聰明到極點」會有甚麼反應呢？為甚麼？

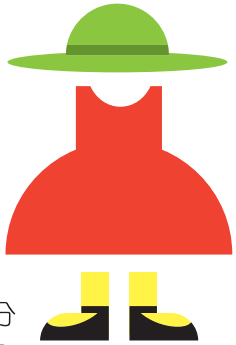
開放式答案2：指出阿恆很大機會不會惱怒，因為兩人是好友，阿恆知道子健只是開玩笑 = 1分

選擇題答案2：A. 阿恆很大機會不會惱怒，因為兩人是好友 = 1分
B. 阿恆很大機會很惱怒，因為覺得被羞辱 = 0分

計分：__/ 3

第6題

情境描述：小茵和阿佩是很好的朋友。小茵後天約了自己心儀的男生去郊野公園燒烤。小茵一向對自己的衣著品味很有信心，而且感到自豪。為燒烤那天，小茵預先準備好衣著：青色帽、紅色長裙、黃色襪加黑皮鞋。她把自己配襯好的衣服組合拍照發了給阿佩看，想問阿佩的意見：「喂，這套『撞色』配搭，你覺得如何？」阿佩見到照片，呆了一下，皺眉頭又想了一會，回覆：「這套衣服很有特色呀。」



問題1：阿佩有幾大機會覺得小茵「這套衣服很有特色」呢？
（問題1可以最多取2分）

開放式答案1：指出阿佩並非覺得小茵「這套衣服很有特色」
（若答是：追問一次，仍答是：結束提問）= 1分
指出阿佩可能認為配搭奇怪或其他較負面的形容
（從面部表情/反應）= 1分

選擇題答案1：A. 阿佩覺得小茵去郊野公園燒烤着這衣服「很有特色」= 0分
B. 阿佩並非覺得小茵「這套衣服很有特色」= 1分
C. 阿佩不覺得小茵「這套衣服很有特色」，而且覺得很奇怪 = 2分

問題2：阿佩為甚麼要這樣講呢？

開放式答案**2：**指出二人為好友，阿佩知道小茵對自己的衣著品味很自豪，不想令她尷尬或不開心 = 1分

選擇題答案**2：**A. 阿佩與小茵是好朋友，知道阿佩不喜歡批評，所以用「很有特色」來迴避負面的字眼 = 1分
B. 阿佩覺得小茵用新的打扮去郊野公園燒烤是「幾有特色」好特別= 0分

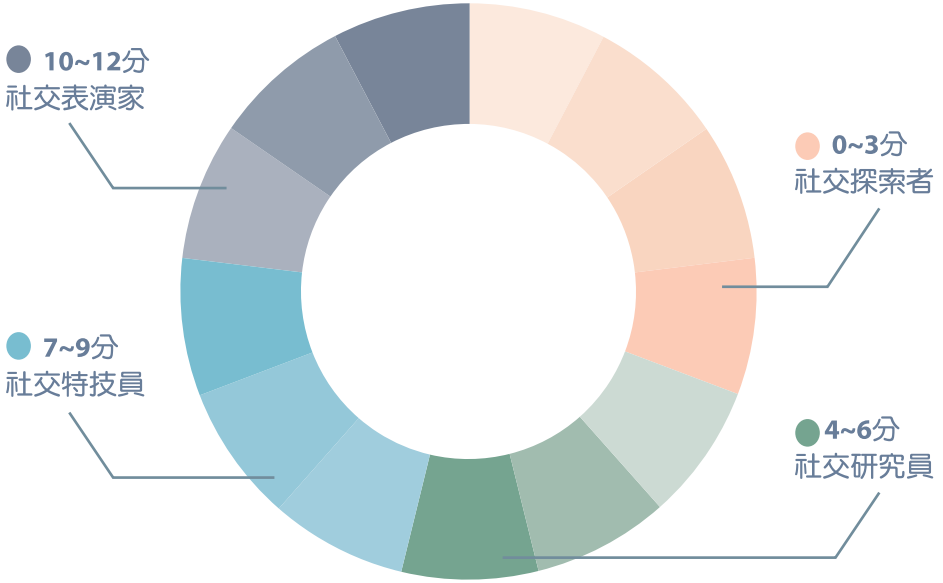
計分：___/ 3



結算分數：

計分表

人物關係	想法解讀	題目加總算法	得分	該題目如獲	建議可用題目
初相識/陌生人	初階	1)	___/1	0分	2, 4, 10, 11, 19, 20, 24, 25, 29
點頭之交/普通朋友或同學	初階	2) + 3)	___/2	0~1分	3, 5, 6, 23, 26, 27, 28
				2分	1, 7, 8, 9, 12
好朋友	進階	4) + 5) + 6)	___/9	0~4分	21, 22
伴侶關係	進階	4) + 5) + 6)	___/9	5~9分	13, 14, 15, 16, 17, 18, 30
總分			___/12		



心智解讀小測試總分結算類型：

0~3分：社交探索者

你正在努力探索及學習如何代入別人角度思考，了解別人的感受，就像一個整裝待發的探索者。

4~6分：社交研究員

你已基本掌握別人的想法和感受，正在努力了解更高階的社交語言（如：諷刺） 就像一個研究員一樣。

7~9分：社交特技員

你充分掌握如何解讀各種社交情景中別人的想法、意圖和感受，與較相熟的朋友溝通感到自在，正在努力將這些「特技」帶到與初相識的人或與陌生人的溝通中。

10~12分：社交表演家

你充分掌握與任何一種社交關係人物的溝通技巧，能明瞭別人的想法和感受，就像一個可以作即興表演的表演者。

家計會性教育資源參考

香港家庭計劃指導會 性教育專頁

香港家庭計劃指導會 網上動畫及遊戲

家計會賽馬會青Zone 活動及資源館(ARC)

香港家庭計劃指導會 YOUTUBE 頻道

自在交友 - 自閉症譜系青少年性教育教材計劃 教材套
使用手冊

香港家庭計劃指導會　基督教懷智服務處
2024年4月
版權所有。不得翻印