輔導文粹-特殊教育

心理諮商師黃素娟：透過閱讀8方法，幫助特殊兒學習照顧自己、控制情緒、與人相處

親子天下/2018.8.6

**特殊孩子該如何與他人相處？控制情緒？以及培養生活自理能力？在美國擔任諮商師長達35年的黃素娟，陪伴大小孩子走過人生困境，經驗豐富的她與你分享透過閱讀幫助特殊孩子的8大方法。**

閱讀對人的一生是很重要的，老師父母能從閱讀中幫助特殊的孩子，學習如何和人相處？如何控制情緒？如何打理日常所需？

**1. 閱讀首重環境：**

讀書不一定要正襟危坐、正經八百的，講求舒適才是首要。鋪個小地毯，上面放幾個大抱枕或三角靠枕，再放幾個孩子喜歡的玩偶，就可以一起看書了。

**2. 與孩子一起讀書：**

小小孩可以先看圖說話。至於識字的小孩可以自己朗讀，也可以和大人分段讀文章，大人唸一段小朋友唸一段。在讀完整本書後，大人要問些問題去了解小孩的理解度，如果有不明白的地方，可以加以解釋。

**3. 選擇適合的題材：**

針對小孩子的年齡，選擇適當的題材。譬如小孩不愛刷牙或是要學習如何刷牙，那就找針對刷牙的書。今天小孩子不懂得分享，就找一些分享的書。

書唸完後可以一起去刷刷牙，看看刷牙方式是否正確；或者是拿一塊蛋糕和小孩子分著吃，一起分享。立即將在書本上所學的，應用到日常生活中。

**4. 作息固定：**

每天有固定的閱讀時間，這是非常重要的。例如在吃過早餐後，或者在睡完午覺後，就是閱書的時間。每天有固定的作息，對於這些特殊的孩子來說是有必要性的。

在作息上若有改變，我必須讓孩子事先知道，並且做適當的溝通和調整。事先的告知讓他們能夠有心理準備，而不至於到時候慌亂。

**5. 正向鼓勵：**

在閱讀時適時的給予口頭鼓勵：「唸得好棒」、「問題回答得很好」、「問題問得很好」……等等。在閱讀完畢後，休習時間一起吃個事先準備好的小餅乾或冰淇淋來犒賞自己和孩子。

**6. 玩遊戲：**

在閱讀完畢後將書中的詞彙、重點或問題做成紙卡，一起玩記憶卡的遊戲；或紙卡上別上迴紋針，在長線上綁個磁鐵，玩釣魚的遊戲。又或者將要問的問題藏於扭蛋內，再將扭蛋藏起來，讓孩子去找。待孩子找到扭蛋回答問題就給張小貼紙或蓋個圖章。等到貼紙或圖章集到一定數量就可以兌換獎品。

**7. 適時的修正：**

在一段時間過後，對於閱讀的時間、場地和所選的讀本，做適當的評估並適時的做修正，以求取最大的效果。

**8. 耐心等待成果：**

父母親必須要靜心耐心的等待成果。很多事情不是一蹴可及，尤其是要修正一個行為或教會一件事，是需要時間的。家長用對方法，孩子的改變是可預期的。

**作者簡介｜黃素娟**

擁有伊利諾州心理諮商執照，擔任心理諮商師35年，輔導過上千人次

資料來源: https://www.parenting.com.tw/article/5077554-%E5%BF%83%E7%90%86%E8%AB%AE%E5%95%86%E5%B8%AB%E9%BB%83%E7%B4%A0%E5%A8%9F%EF%BC%9A%E9%80%8F%E9%81%8E%E9%96%B1%E8%AE%808%E6%96%B9%E6%B3%95%EF%BC%8C%E5%B9%AB%E5%8A%A9%E7%89%B9%E6%AE%8A%E5%85%92%E5%AD%B8%E7%BF%92%E7%85%A7%E9%A1%A7%E8%87%AA%E5%B7%B1%E3%80%81%E6%8E%A7%E5%88%B6%E6%83%85%E7%B7%92%E3%80%81%E8%88%87%E4%BA%BA%E7%9B%B8%E8%99%95/?page=1