

如何帮助有妥瑞症的子女

「关爱孩子好精神」家长教育系列

教育局 二零二二年

甚么是「妥瑞症」？

妥瑞症是一种神经发展障碍。患者的肌肉会有突然、快速、重复和不由自主的抽动，当中主要分为运动型抽动（例如：眨眼、耸肩和摇头晃脑）以及语声型抽动（例如：发出咕噜声、清喉咙和突然脱口说出字词）。

患者一般于年幼时便会出现以上征状，这些抽动可能会为他们的日常生活带来以下影响：

- 身体会感到疲惫或痛楚
- 难以集中精神学习
- 书写困难，尤其当需要长时间书写时
- 社交上的困难
- 自我形象低落
- 情绪困扰
- 当患者感到压力和紧张时，抽动的情况会恶化

家长角色

如怀疑子女有妥瑞症，我应该……

- 尽早带子女求诊及接受评估，以安排合适的治疗及支援训练
- 主动通知特殊教育需要统筹主任（统筹主任）、班主任、校内辅导组或学校社工，以便学校为子女提供适切的支持

我的子女已被评估为有妥瑞症，我应该……

- 配合医护专业人员建议的治疗计划，确保子女接受所需的治疗及按照医生指示服药（如有）
- 尽早及主动向学校提供子女的特殊教育需要资料，包括转交精神科医生报告予学校，以便学校安排合适的支持服务
- 与校内辅导组或学校社工、统筹主任、学生支援组、班主任及科任教师沟通，以便了解子女的学习及适应情况；若有需要，共同商议合适的支援策略

在支援子女时，可考虑运用以下策略：

正面处理病情

- 引导子女以正面积极的态度来面对抽动行为，如与子女一起查阅相关资讯，加深对妥瑞症的认识及了解，有助子女适应及接纳自己的情况

- 教导子女让别人明白自己的状况，以助融入社群，例如：如何向别人解释自己的抽动行为

情绪处理

- 教导子女适当处理情绪的方法，例如：作深呼吸或松弛身体的练习等
- 跟子女一同订定实际可行的时间表，让学习、休息与活动交替进行，舒缓紧张的情绪

学习支援及调适

- 按抽动的情况协助子女把工作细分，并分次完成，例如：抽动较频密时，每次安排较少份量的工作
- 协助子女明白课堂和评估调适的作用，并在决定有关安排的过程中鼓励子女向教师表达意见

建立自信心

- 发掘子女的兴趣和专长，以协助他们发展潜能

支援措施及策略

一般而言，学校可因应个别学生的情况提供下列支援：

协助学生适应校园生活

- 当学生感到十分紧张和压迫时，让学生在安全和宁静的地方休息和放松
- 特别座位安排，包括班房及特别室
- 容许学生按能力及状态参与课堂活动，避免令学生承受太大压力
- 为有需要的学生提供小组或个别训练，提升学生的社交及情绪管理技巧，避免以「减少抽动次数」作为学生的训练目标

协助学生与师长及朋辈相处和沟通

- 积极营造关爱的校园文化，增加师生对妥瑞症的认识，促进他们以包容的态度来接纳有妥瑞症的同学
- 向同学示范如何正确地响应有妥瑞症的学生的抽动
- 接纳和刻意忽略学生的抽动，能减低学生的压力和焦虑
- 为学生配对一些乐于助人的朋辈，以便在上课时给予学习或情绪上的支持
- 促进学生与朋辈之间的互动，例如安排同侪游戏小组

协助学生参与学习活动

- 在教学策略方面，可将工作细分及突显重点
- 为有需要的学生提供课堂上的笔记
- 训练有需要的学生利用电脑打字代替书写
- 按学生的需要安排功课调适，以减轻其压力
- 按学生的需要及专业人员的建议提供特别考试安排

加强支援及家校合作

- 按需要为一些出现严重困难的学生提供加强支援服务，例如：制定个别学习计划，并作定期检讨和跟进
- 学校、家长及专业人员（如医护专业人员、社工、心理学家等）保持紧密的协作和沟通

常用网址

教育局

主页

<https://www.edb.gov.hk/tc/index.html>

「融情．特教」融合教育及特殊教育资讯网站

<https://sense.edb.gov.hk/tc/index.html>

「校园．好精神」学生心理健康资讯网站

<https://mentalhealth.edb.gov.hk/tc/index.html>

「全校参与模式」融合教育运作指南

https://sense.edb.gov.hk/uploads/page/integrated_education/landing/ie_guide_ch.pdf

认识及帮助有精神病患的学生 – 教师资源手册

https://mentalhealth.edb.gov.hk/uploads/mh/content/document/CHI_Teacher's_Resource_Handbook_on_Understanding_and_Supporting_Students_with_Mental_Illness_Aug_2017.pdf

卫生署

儿童体能智力测验服务

<https://www.dhcas.gov.hk/tc/>

学生健康服务

<https://www.studenthealth.gov.hk/cindex.html>

社会福利署

<https://www.swd.gov.hk/tc/index/>

香港社会服务联会

<https://www.hkcss.org.hk/>

查询电话

教育局

有关特殊教育的一般查询 3698 3957

医院管理局

医院管理局精神健康专线 (24 小时) 2466 7350

卫生署

儿童体能智力测验服务 2246 6659

学生健康服务 2349 4212

社区资源及求助热线

<https://mentalhealth.edb.gov.hk/tc/early-identification-at-the-selective-level/helplines-and-community-resources.html>