



101 Tips for Parents of Children
with Autism:

Effective Solutions for Everyday Challenges



给自闭症 儿童父母的 101个建议

【美】Arnold Miller, Theresa C. Smith 著
柴田田 译 于素红 审校



中国轻工业出版社 | 全国百佳图书出版单位

给自闭症儿童父母的101个建议

101 Tips for Parents of Children with Autism:

Effective Solutions for Everyday Challenges

【美】 Arnold Miller, Theresa C. Smith 著

柴田田 译 于素红 审校

图书在版编目(CIP)数据

给自闭症儿童父母的101个建议 / (美) 米勒 (Miller, A.) 等著; 柴田田译. —北京: 中国轻工业出版社, 2016.6
ISBN 978-7-5184-0874-0

I. ①给… II. ①米… ②柴… III. ①缄默症—儿童教育—特殊教育—家庭教育 IV. ①G76

中国版本图书馆CIP数据核字 (2016) 第059282号

版权声明

Copyright © Arnold Miller and Theresa C. Smith 2014
Foreword copyright © Paul J. Callahan 2014
Afterword copyright © Ethan B. Miller 2014
First published in the UK in 2014 by Jessica Kingsley Publishers Ltd
73 Collier Street, London, N1 9BE, UK
www.jkp.com
All rights reserved
Printed in China

总策划: 石铁
策划编辑: 戴婕
责任编辑: 戴婕
责任终审: 滕炎福
责任监印: 刘志顺

出版发行: 中国轻工业出版社 (北京东长安街6号, 邮编: 100740)

印刷: 三河市鑫金马印装有限公司

经销: 各地新华书店

版次: 2016年6月第1版第1次印刷

开本: 710×1000 1/16 印张: 11.50

字数: 95千字

书号: ISBN 978-7-5184-0874-0 定价: 32.00元

著作权合同登记 图字: 01-2015-3714

读者服务部邮购热线电话: 400-698-1619 010-65125990 传真: 010-65262933

发行电话: 010-65128898 传真: 010-85113293

网址: <http://www.wqedu.com>

电子信箱: 1012305542@qq.com

如发现图书残缺请直接与我社读者服务部 (邮购) 联系调换
151372Y2X101ZYW

推 荐 序

十几年来，有关“来自星星的孩子”——自闭症儿童这一主题的内容不断受到人们的关注。电影《海洋天堂》的热映让公众很快熟知了“自闭症”这一名称，也让人们看到了自闭症儿童的一些特殊表现以及父母在养育过程中的辛劳与焦虑。而更多挑动公众神经的则是不断出现的有关“普通学校或者普通学生家长拒绝自闭症儿童入学”方面的负面新闻事件报道。在这些报道中，我们可以看到多方成员所面临的挑战及所遭遇的困境。无论是学校、老师，还是普通孩子和自闭症孩子的家长，他们都需要更深入的专业支持。

无论自闭症是由何种原因导致的，但无可争辩的一个事实是自闭症儿童的数量一直在增加。已经毕业十多年的学生回忆，十几年前刚刚工作时，学校里每个班级最多有一个自闭症孩子，全校最多也只有五六个。但是现在，情况已经发生了很大的改变，普遍情况是一个班级中大约有两三个自闭症孩子，有的班级中甚至一半的孩子是自闭症。从我本人给特殊儿童家长做咨询的经历来看，这几年来咨询的家长大多数是自闭症儿童的家长。按照2014年美国疾病控制与预防中心发布的自闭症发病率统计数据，2002年出生的孩子，自闭症发病率为68:1，其中男孩的发病率为42:1。这是一个事实！当今世界，父母比以往有更高的概率生育一个自闭症儿童，而教师也比以往有更多的机会遭遇自闭症儿童。



很多人都会问，为什么自闭症儿童的数量一直在增加？目前谁也无法回答这个问题。但不管原因如何，对于家长和老师来说，所面临的挑战一直以来只有一个：就是如何支持他们、帮助他们，让他们也能和其他孩子一样有一个更好的发展空间，最终能适应生活、适应社会。在自闭症孩子的成长过程中，每一位父母都经历着同样的痛苦与煎熬。在咨询以及与家长合作的过程中，我能深切地体会到这种痛苦与煎熬，父母自身需要支持与帮助，也需要成长，但更能让他们受益的肯定是自助。正如一些家长所说，最能帮助自闭症孩子的是父母。父母是最揪心的人，也是最愿意投入时间、精力和金钱去帮助孩子的人。我见过不少家长，他们花费了大量的时间和金钱，辗转全国，甚至去国外寻求治疗，他们阅读了很多的资料，抱着极大的期望去尝试各种治疗和干预训练方法。在中国，绝大多数自闭症康复训练机构都是由这样的家长所创办的，他们秉着一腔期望，在自己孩子身上实践各种干预训练方法，然后再致力于让其他自闭症儿童及其家庭受益。

按照《精神疾病诊断与统计手册》（第五版）的诊断标准，自闭症谱系障碍儿童的症状表现为：在跨越多场景的社会沟通和社会交往上存在持续性缺陷；活动重复、行为刻板以及兴趣狭窄。但每个自闭症孩子由于其认知能力、语言能力、运动能力等发展水平不同，各有差异，在谱系中的位置也不尽相同。一些自闭症孩子由于认知功能水平较高，可以学会语言，也有社交意愿，但在社交技能尤其是涉及社会情感的沟通方面存在普通人难以理解的障碍，这一障碍将会影响他们与他人的相处与交往。随着自闭症孩子年龄的增长，社会交往范围的扩大，其负面影响会越来越明显，而严重的自闭症儿童可能连社会交往的意愿也明显缺乏，长时间沉浸于重复刻板的自我刺激行为中。如何在儿童早期对他们开展针对性的干预，发展其社交技能，是研究者、教育工作者和家长最关心的问题。

这也是翻译这套自闭症儿童家长用书的初衷。我们希望通过此套书，能够让家长拓展视野，学会利用日常生活中各种与儿童的接触机会，逐渐发展孩子与外部世界的联系，促进他们社交技能的提高。本套书共三本，但各有侧重。

《与自闭症儿童一起做游戏》这本书着重指导家长在日常生活中利用各种资源与儿童一起游戏，并在游戏中促进他们各方面能力的发展。游戏是儿童早期发展的重要途径，游戏的本质是玩与乐趣。让自闭症儿童在游戏中体会乐趣，继而更投入到游戏中，享受与人相处，从而与人建立良好的沟通关系，提高社交技能，是本书的重心所在。

《给自闭症儿童父母的101个建议》这本书介绍了不同于应用行为分析的方法——米勒法（The Miller Method），其主要内容是指导家长如何利用自闭症孩子的潜能与优势，发展他们的共同注意、互动沟通技能，以及如何处理他们的发脾气行为等。

《自闭症儿童社会规则训练》这本书则是从一个自闭症人的角度详细介绍了这类个体在人际交往中遇到的各种问题以及基本的社交策略，并解释了为什么这么做的原因。该书能够帮助自闭症孩子更好地了解和正常个体在人际交往中的基本社交策略，同时也能让家长、老师以及其他人员更好地理解自闭症孩子的社交行为，调整与他们相处的方式，容忍并接纳他们非常规的一些社交行为。

这三本书语言通俗，有些甚至非常口语化，完全不同于学院派的写作风格，而且因为是当事人的真实体验与实践，因而对自闭症孩子及家长更具有参考和指导价值。在自闭症儿童早期干预领域，创造性地利用生活中的各种资源，设计契合他们需求的干预活动或者游戏，才能真正帮助他们。这套书提供了很多制作玩具、设计游戏的策略与思路，有关干预以及如何与他们相处的建设性建议有时甚至会给人脑洞大开的感觉！



感谢策划出版本套书的出版社——中国轻工业出版社“万千心理”一直以来对特殊儿童教育与干预工作的关注，使得我们有机会翻译这套书，也感谢本套书的编辑戴婕老师的大力支持！

对于书中译文的不当之处，敬请读者批评指正。

答 飞

华东师范大学特殊教育学系副教授

2016年1月于上海

前 言

第一次见到阿诺德·米勒 (Arnold Miller) 是在 1991 年 7 月的一个炎热的夏天，当时我刚毕业，渴望能有机会在自己从事的领域内做一番事业。我对那个位于古旧的红砖房子里的语言与认知发展中心 (Language and Cognitive Developmental Center, 简称为 LCDC) 几乎一无所知，更不知道它能够给我这个机会。那天，中心的米勒博士丝毫不受炎热天气和周围环境的影响，热情洋溢地迎接了我，使我开始了这份工作。

从那时起我印象最深的就是米勒博士在面对障碍儿童时所表现出的能力。他能发现儿童潜在的发展基础，以此为依据使儿童得到发展。他好像总是能发现别人发现不了的真相，并且总是能奇迹般地确认该从哪里开始对儿童进行干预。在我们共事的这些年里，我亲眼见证了他的很多成功案例，虽然有时会使人惊慌或产生抵触，但确实指出了事情的真相，并成为后来干预的基础。

他总是满怀信心，时刻准备着帮助更多的家庭，为这些家庭的孩子获得实质性进步找寻希望，使孩子们能够不断发展！

米勒博士总是启迪我要相信每位患者在语言、行为、思维方面会有更长远、更深刻的发展，我将一直铭记于心。

保罗·J·卡拉汉 (Paul J. Callahan)
发展治疗师，语言与认知发展中心副主任

序 言

与一位杰出但总是不断纠正我的错误的人士一起工作，既是一项挑战，又是一种优待。

这本书的所有灵感都来自米勒博士。我们在米勒博士生命的最后一段时间才开始这项工作。为了尽快传播他的智慧，我只能冒昧地负责本书的结尾部分。

米勒博士的视角是基于临床实践的。他提倡通过专业的教师、协调师、语言治疗师、职业治疗师的合作来干预儿童自闭症。他将他的整个职业生涯奉献给了重度自闭症儿童。

我做不到像他一样。

作为家长，我们是在泥泞中奋斗的人，我们与自闭症给孩子造成的障碍做斗争。我们喊出这种障碍的名字，藐视这种障碍，抓住障碍的咽喉。本书中我们去除鉴定的距离、避免使用临床术语，给家长以明确的指导。

这本书的相关资料主要来自米勒博士在担任我儿子本杰明的发展治疗师期间所做的工作表、笔记、邮件、个人信件、影像资料等。文中的许多例子、所有的插曲都来自我们和本杰明的生活的点点滴滴。

感谢保罗·J. 卡拉汉 (Paul. J. Callahan) 博士不吝时间，为我们审核了初稿。

书中的任何不足之处都由我承担。

特雷莎·史密斯 (Theresa Smith)

dr.theresasmith@gmail.com

目 录

- 1· 向自闭症儿童普及米勒法····· 001
- 2· 如何抓住并集中自闭症孩子的注意力，
发展其应对变化的能力····· 013
- 3· 如何使沟通最大化——诱导沟通····· 031
- 4· 如何扩大互动——利用混乱状态，引入新方法····· 063
- 5· 如何减少自闭症儿童的焦虑因素····· 071
- 6· 如何使孩子停止发脾气，恢复平静——发脾气利用法····· 081
- 7· 如何培养友谊····· 101
- 8· 如何增进家庭联系：你在家时可以做些什么····· 107
- 9· 给家长的另外一些建议····· 129
- 10· 结语····· 165

向自闭症儿童普及米勒法





应对变化的世界*

父母、孩子的看护者、朋友、亲属及爱孩子的人们，你们是否每天都想给爱着的那个人——那个自闭症孩子，提供一些帮助？这本书就是为你们而准备的。

重度的自闭症谱系障碍儿童经常会令与他们一起生活的父母和希望帮助他们的专家们感到束手无策。面对孩子表现出来的一系列异常行为，父母经常会无所适从，不知道“我要从哪里开始改善孩子的这种状况”，然而将事情变得更复杂的是，你的孩子的外表没有任何缺陷，他非常吸引人，甚至非常可爱，但他的行为举止却表现为对你的存在视若无睹。你渴望能得到孩子的回应，任何交流方式都可以，即使是匆匆一瞥、微微一笑，只要他不把你当作空气。但你的孩子却不愿意或是不会与你交流，就好像许多家长形容的那样：“你敲门，但没有人回应”。

家长们对这类孩子的第二个反应是寻找借口拒绝承认孩子的障碍。毕竟要承认你爱的孩子是个特殊儿童是非常痛苦的，家长往往会刻意忽视、逃避这个问题。因此，最开始许多家长和专家会用一些借口来解释孩子的这种障碍，将它说成是成长的改变或是性格的变化，用性格“变得固执”这类简单的借口来拒绝承认事实，并且会用其他普通孩子的一些例子来证明这些孩子也是正常的，会出现这种表现只是孩子独立的天性而已。即使是现代社会，一些儿科医生面对家长焦急地询问为什么他们的孩子不能与人交流时，也只能安慰他们不要担心，“毕竟爱因斯坦也是直到4岁才会说话”。

* 这部分内容在米勒博士的另一本书——《米勒法：发展自闭症儿童的能力》(The Miller Method: Developing the Capacities of Children on the Autism Spectrum)——出现过。本书中再版，取得了之前一书的出版商 Jessica kingsley 的同意。

当然，儿童可能会因一些自然的原因导致说话晚，这并不是值得过分担忧的问题。例如，如果家长在家中讲两种或两种以上的语言，那么他们的孩子开口说话的时间可能要比普通孩子晚一些。但是，如果你的孩子是因为失去语言能力或者其他能力而导致不言语，那么你最好立即带他去进行评估。

当自闭症的各种障碍发展到最严重的状态时，儿童可能会不断地拍打他们的手臂、旋弄手指、绕圈跑或从房间的一边跑到另一边；持续地开灯关灯、按抽水马桶、把东西都悬挂起来、在家具上爬来爬去；甚至会在家或是一小段路程中迷路。言语障碍的儿童会不断地重复电视或广播里的广告，或重复别人对他们说过的话。有时，他们还会表现出迟钝：对疼痛没有反应，不确定自己的身体感受等。数十年来，米勒博士、卡拉汉博士和他们团队的教师、治疗师都致力于应对出现在学校、家庭、私人机构中的这类挑战。这些年的经验使米勒博士相信，要想对儿童的干预取得效果，必须要以儿童本来的样子而不是我们希望他们变成的样子来看待他们。

观察可以帮助我们更多地认识儿童的发展性障碍，了解儿童经由教学、治疗、医疗干预能够得以改善的方面。米勒博士是一位持怀疑态度的观察者，他认为高估自闭症儿童的能力是一种非常严重的错误，这可能导致开始训练的项目超出儿童的实际能力，浪费宝贵的时间，或者还会忽视有价值的医学治疗。要记住，儿童可以接受的治疗项目有很多。

在观察自闭症谱系障碍儿童的表现时，专家有时会说：“如果某个动物走起路来像鸭子，还像鸭子似的嘎嘎叫，那么这个动物就是鸭子。”换言之，许多实践者认为如果一名儿童的行为、言语或阅读都有特定功能的外在表现，那么这个儿童能真正理解他在做什么、说什么、读什么。然而，米勒博士观察到，很多看起来行为恰当、构音正确或是阅读流畅的特殊儿童实际上并不了解他们所做、所说、所读的真正含义。因此，米勒博



士强烈反对这种关于“鸭子”的说辞，他想要培养儿童真正的能力、沟通和理解，而不是只让儿童了解形式而不知其本质。

因此，在米勒法项目中，米勒博士坚持，只有当儿童能够在不同情境下对行为和语言都正确理解后，才可以进行下一个任务。当然，也可能有意外出现，如果在训练过程中儿童出现了暗示或是早期沟通的其他方式，那么这是真实而又非常有意义的一刻，此时我们鼓励你立刻抓住时机，这样孩子就可以逐渐学会这种方式。

另一方面，许多家长的经历要远比这复杂。他们经常会被自己患自闭症的孩子的能力、想法和技巧欺骗，虽然有时这些孩子会露馅，但这并不是因为孩子们技艺不精，而是因为感觉失调的干涉或神经联结暂时的失调所导致的。这种时好时坏的状况交替出现，时隐时现，因此要对孩子进行全面的评估。家长通过自己的观察认识到，自闭症儿童有时会由于时间限制而无法完全表达自己的想法，但实际上他们要比表现出来的知道得更多。当家长有足够的耐心和在恰当的时机时，自闭症儿童会逐渐向家长展示这些能力。这意味着对于自闭症障碍儿童来说，即使他们完全理解任务，但要他们展示出全部的能力也是非常困难的，甚至是不可能的，尤其对于那些极重度自闭症儿童更是如此。即使是语言流畅的本地人在说母语时偶尔也会出现一些错误。与自闭症儿童一起工作和生活时，我们应该期待他们比实际上表现出来的更有能力、更善解人意、更有意志力。只有这样，自闭症儿童才会回应给我们更多的能力。

什么是自闭症？如何对它进行干预？

自闭症是一种起源复杂的神经性障碍，它会影响儿童对自身和周围

环境的信息进行加工的能力*，也会影响儿童游戏和沟通的能力。如果你的孩子是一名自闭症患者，他可能在感觉、身体运动、神经等一系列复杂障碍中存在某一特定障碍，诸如语言缺失、身体知觉不足、感觉不敏感等。

由于自闭症儿童表现出了一系列的感觉和运动方面的问题(Bogdashina, 2004)，他们可能很难完全掌控自己的身体，并表现出感觉亢奋或感觉不敏。例如，对一些对声音感觉亢奋的孩子而言，教室、体育场总是如此吵闹，待在里面令他们感到非常痛苦，因此他们会捂起耳朵、跑出教室、做可以让自己分散注意的事情。当这些手段都不管用时，绝望之下，他们会伤害自己以使声音停止。还有一些感觉亢奋的孩子可能会对别人的碰触感到痛苦。许多自闭症谱系障碍的儿童会对衣服、食物的味道和口感、气味特别敏感。梳头、理发、剪指甲、刷牙对他们来讲可能都是一种折磨人的体验。

相反，一些感觉不敏感的儿童——虽然他们有非常正常的听力——但是好像对他人的言语甚至很大的噪声都无动于衷。很多这类的儿童跌倒并磕破膝盖或撞到头时，都不会哭或查看伤口，这是由于痛感和身体知觉的错乱导致的。**

感觉异常和极端的的感觉缺乏可能意味着孩子身体的某部分到大脑的感觉传输出现了问题。感觉异常也意味着肌肉和大脑间正常的双向交流被阻断了。这种传输的问题能引发孩子的言语问题，并且可能会限制儿童恰当地使用自己的身体的能力。例如，儿童可能无法清晰地感觉到身体一端与其他部位有何差别，并因此而爬不过篱笆；或者他们没办法将身体的上下部分协调一致，因此很难学会骑三轮车绕过障碍、爬行和游泳。这些困难体现了儿童明显缺乏对身体的整体知觉，因此这类儿童可能会

* 自闭症的致病因子包括遗传、环境污染、饮食、病毒感染等，但遗传不是决定性因素，因为有案例证明（如斯坦福大学 Hallmayer 等人在 2011 的研究）同卵双胞胎中有一人患自闭症而另一人正常。

** 一些感觉不足可能是因对含麻醉剂的食物产生反应而导致的；此时，特殊的饮食也许能帮助他们。



用诸如旋转、拍手等自我刺激的身体活动来补偿知觉，用寻求边缘感觉的方式来帮助自己定位，通过以上方法获得更多的身体知觉以使自己安心。有言语问题的自闭症孩子指出：攀爬、站在淋浴器下、躺在流动的水中都复原了他们对身体的知觉。因此，要求这些感觉不敏感的孩子长时间坐着可能会让他们感觉像死了一样，因为这剥夺了他们所必需的感觉输入。缺少感觉输入可能会促使自我刺激行为、自伤行为甚至使那些你力图避免的、会造成严重后果的行为增加。这类儿童可以通过室外活动、身体接触运动、集中的作业治疗、关节处重压来增加感觉输入。

自闭症最早由莱昂·坎纳（Leo Kanner, 1943—1971）提出，最初这种障碍主要体现在患者缺乏与人交往的能力上，现在这种病症被认为是一种谱系障碍——自闭症谱系障碍（Autism Spectrum Disorder）。患这种障碍的儿童既包括发展最为落后的孩子，也包括仅轻微地表现出一些坎纳所描述的特征的孩子。本书和米勒博士的毕生事业一样，是特别为那些照顾较严重自闭症孩子的人而设计的。

对自闭症成因的解释最早出现在20世纪50年代，那时将自闭症归为一种精神疾病。可能是因为自闭症儿童的外在表现就像情感缺失和混乱的婴幼儿一样，Bruno Bettelheim（1950）和其他心理学家认为是冷漠的“冰箱母亲”拒绝抚养自己的孩子导致孩子患上自闭症。当被正常抚养时，这些被忽视的孩子就能得到快速的发展。看到自闭症孩子身上某些共同的行为特点，如大量的口头表达，精神分析治疗师希望通过弥补特定的功能缺失以找到治疗障碍的方法。米勒博士记得，Joseph Weinreb 博士——一位杰出的精神分析学家——负责 Worcester 青少年指导中心10多年，他的前胸口袋里一直装着棒棒糖用来引导看似被剥夺了口语的自闭症孩子。

20世纪60年代早期，情感剥离观点被行为分析理论取代。行为分析理论起源于学习理论，并基于1951年斯金纳的动物实验的发现而产生。Ivar Lovaas（1987）是从行为分析理论发展出应用行为分析理论（Applied Behavior Analysis, ABA）的创始者之一。与此同时，米勒及其妻子提出

了他们自己的扎根于 Heinz Werner 发展学说的认知发展系统方法 (Miller & Eller-Miller 1989, 2000; Miller, 1991)。米勒的方法其后由 Stanley Greenspan 在马里兰州贝塞斯达的临床咨询会上加以描述。米勒的方法比应用行为分析更加自然, 现在通常被称作“米勒法”。

应用行为分析理论并没有对自闭症的成因或是自闭症儿童的内在情感状态做出推论。从业者只是将儿童不受期待的行为用学习理论的工具强化, 包括用棒棒糖奖励、食物、代币或表扬来转化为正向行为, 并试图使儿童学会抑制逃避、延时、厌恶等不被接受的行为。行为主义者假设: 如果他们能够使一个障碍儿童表现得像正常儿童, 那么这个儿童需要在所有方面都表现得或回应得像个正常儿童。因为正常的儿童是坐在课桌前的凳子上听老师讲课的, 因此行为主义者认为自闭症儿童在上课之前也需要坐在桌子前的椅子上, 眼睛望向治疗师或教师。

这是我们认为行为主义不会起作用的依据之一。

我们现在知道 Weinreb 和典型 ABA 项目所做的用心良苦的努力并没有解决深层的生理方面的问题。近年来, 对自闭症人士大脑的研究显示, 其大脑解剖学上的显著异常现象也许可以解释大部分自闭症人士异常的感觉加工和异常行为问题。

因此, 伴随着目前全世界自闭症发生率急骤增加的状况, 到底什么方法管用, 尤其是什么样的早期干预有用成为了新的待解决的事情。40多年前, 自闭症的发生率是每 10000 人中有 4 个, 一些地区甚至低到每 40000 人中才有 1 个。

2012 年, 美国疾病控制和预防中心 (The US Center for Disease Control and Prevention, CDC) 指出, 2008 年至 2012 年的数据显示, 美国的 8 岁儿童, 每 88 人中就有一人患某种形式的自闭症。这比他们 2002 年公布的数据增加了 75%, 比 2006 年公布的数据增加了 23%。男孩的发病率比女孩更高, 根据美国疾病控制和预防中心 2008 年公布的数据, 每 54 名男童中就有 1 名自闭症患者, 而每 252 名女童中会有 1 名自闭症患者。在美国, 男孩的