

特殊教育系列丛书

PEARSON

专为教师准备的手边参考书

如何有效教育 自闭症谱系障碍学生

[美] E.阿曼达·布托 布兰达·史密斯·迈尔斯 著

E.Amanda Boulot

Brenda Smith Myles

贺荟中等 译



上海人民出版社

特殊教育系列丛书

[美] E.阿曼达·布托

E.Amanda Boutot

专为教师准备的手边参考书

如何有效教育 自闭症谱系障碍学生

Autism Spectrum Disorders:
Foundations, Characteristics,
and Effective Strategies

图书在版编目(CIP)数据

如何有效教育自闭症谱系障碍学生/(美)布托
(Boutot, E.A.), (美)迈尔斯(Myles, B.S.)著;贺芸
中等译.—上海:上海人民出版社,2016

(特殊教育系列丛书)

书名原文:Autism spectrum disorder: foundations
characteristics, and effective strategies

ISBN 978-7-208-13543-7

I. ①如… II. ①布… ②迈… ③贺… III. ①孤独症
-儿童教育-特殊教育-教材 IV. ①G76

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2016)第 001226 号

责任编辑 李 莹

封面设计 陈 酌

• 特殊教育系列丛书 •

如何有效教育自闭症谱系障碍学生

[美]E.阿曼达·布托 布兰达·史密斯·迈尔斯 著

贺芸中等译

世纪出版集团

上海人民出版社出版

(200001 上海福建中路193号 www.ewen.com)

世纪出版集团发行中心发行 常熟市新骅印刷有限公司印刷

开本 720×1000 1/16 印张 22 插页 2 字数 438,000

2016年10月第1版 2016年10月第1次印刷

ISBN 978-7-208-13543-7/G·1767

定价 75.00 元



译者序

自闭症谱系障碍因其高发性、复杂性与毁灭性,已对人类健康造成非常大的影响,引起世界各国政府与多学科领域学者高度重视。据美国疾病控制与预防中心 2015 年报告,自闭症谱系障碍发生率为每 45 个儿童就有 1 个。特殊教育学校中自闭症谱系障碍儿童越来越多。随着融合教育的推进,普通学校老师也会在班级授课中遇到这样的孩子。

笔者长期从事自闭症谱系障碍教育干预的有效性研究,并对特殊学校与普通学校自闭症谱系障碍儿童教育提供咨询指导。从中,笔者深刻感受到,为自闭症谱系障碍学生提供恰当的教育,是当前我国特殊学校教师、普通学校教师最为困惑、急求解决的问题,他们迫切需要相关著作来指导教育与教学。然而,这样的书籍在国内很少,系统全面地为班级中有自闭症谱系障碍学生的教师提供教育教学指导的书籍更付缺如。本书正是专门为班级里有自闭症谱系障碍学生的教师及未来即将成为教师和相关工作人员准备的自闭症谱系障碍教材。

将本书翻译推荐给大家,源于本书的以下几个特色:

一、基本涵盖了在职及职前教师们在教育自闭症学生时所面临的主要问题和疑惑。如:自闭症谱系障碍学生的特点及其学习特征是什么(第一章),应该对班级中自闭症谱系障碍学生教什么(第二章),应该采用什么样的教学技术与策略来实施,即如何教的问题(第六、七、八、九、十、十一、十二章)。

二、将循证实证的理念运用于自闭症谱系障碍儿童教育与干预过程中(第三章),这是我最为欣赏的。我多年来在科研与教学中践行循证实证理念,为特殊学校与普通学校自闭症谱系障碍儿童教育与干预提供咨询指导,培养一线教师运用科学评估与实证研究手段来检验教育与教学效果,修改教学(干预)方案,个别化教育计划。

三、关注到家长在自闭症儿童教育干预有效性方面处于重要角色、自闭症谱系障碍给家长及兄弟姐妹带来的影响,指导教师如何在教学过程中为家长解疑释惑,充分发挥家校合作的作用,促进自闭症谱系障碍儿童教育取得更大成效(第四章)。

四、关注到自闭症谱系障碍学生的转衔教育,还有成人自闭症教育(第十三章)。

其他特色还有:每一章节包含多个专栏,如多样化提示、研究提示、趋向与热点等。“多样化提示”专栏立足专业基础知识,针对还需深入探讨的问题作出思考,指出进一步进行相关研究的意义与重要性,对开阔读者视野、培养批判思维、展示多元化信息具有重要意义。

“研究提示”专栏就每一章节所论主题给予研究上的支撑,这为倡导循证实践的自闭症教育与科学研究起到很好的示范。“趋向与热点”专栏提供最新研究成果信息及热点议题,同时提醒读者关注自闭症谱系障碍研究的新进展。

综上所述,本书在内容的全面性、组织的逻辑性、研究的指导性等方面,都体现了理论与实践的价值。无论对于在职教师,还是即将从事教育工作的人士,或对自闭症谱系障碍感兴趣的人士等,都具有重要参考价值。

本书是我和我的研究生共同努力的结晶。每人负责的章节为:前言、第一章与第十三章,贺荟中;第二章,梁志高(上海市浦东新区特殊教育学校);第三章,林海英(上海市聋儿康复中心);第四、五章,李卓辰(华东师范大学第二附属中学);第六章,闫洁(厦门市欣心幼儿园);第七、八章,顾泳芬(在读);第九、十章,洪晓敏(在读);第十一、十二章左娟娟(唐山师范学院特殊教育系)。由我全面负责统稿与审定,历时3年,共修改6次。非常感谢林海英在对本书目录、格式与各章节图表整理等付出的辛勤劳动。感谢上海人民出版社王为松总编、周峥编审、李莹编辑为本书顺利出版付出的辛勤劳动!

当前,自闭症谱系障碍日益引起大众关注,中国特殊教育积极发展,衷心希望本书成为特教百花园中的一朵,她在丛中笑,为星星的孩子带来福音。

贺荟中

2015年12月于华东师范大学

前言

这是一本针对自闭症谱系障碍(ASD)的入门教材。鉴于普通学校中青少年患有自闭症的情况越来越普遍,相应的教育手段和理念也层出不穷,这本书将有益于岗前教师和在岗教师加深对自闭症的理解,同时更清晰地了解其干预策略。这本书也将有助于自闭症谱系相关的特殊教育及普通教育,以及与谱系相关的其他课程教育,如心理学、学校心理学、言语病理学、职业疗法和儿童发展等。

这本教材旨在给未来的教育工作者提供一个全面的、最新的、以研究为基础的自闭症谱系障碍(ASD)入门介绍及综述。我们的首要目的是将教师所需的材料聚集在一本教科书中,对自闭症谱系障碍做出一个全面且有深度的概论。这样一来,教师就不用再从各个渠道搜集材料。

这本书可以为研究自闭症的学生们提供必要的背景信息,使得他们可以:(1)理解这种障碍,包括它的诸多显现形式及相关特征;(2)理解并体会自闭症儿童的家人所面临的诸多问题,进而在和他们一起合作时更有同情心;(3)充分了解诸多指导策略并从中获益,根据这些知识能够决定针对某位学生应该使用何种策略,并知悉原因。最重要的是,希望这本教材可以给予自闭症教育相关的主要领域提供充分的信息,教师们今后可以不再依靠媒体、网络、或者自己有限的经验来进行教学。在自闭症谱系障碍课程介绍中,学生们需要谨记一个很重要的概念,那就是没有任何两个自闭症患者是相同的。而且,针对这类人群也没有快速解决办法抑或是“一体适用”的方法,我们希望大家都明确这一点。有了这份资源,希望今后老师们可以成为自闭症谱系障碍领域行家里手。

没有一种入门介绍是可以穷尽所有信息的,本书也会有很多无法回答的问题。而这本书也并不是一本给自闭症儿童教师们提供的方法类或者食谱似的书籍,实际上我们在很多方面的研究还停留在表面。但如果今后的老师们、教授们只有这一本《自闭症谱系障碍》可以参考,按照本书的结构来组织课堂,那么我们相信,本书能够提供足够的辅助来帮助老师们与自闭症群体成功合作。希望教师们参照此书,可以提高自身对自闭症学生的了解与交流效果。

教材结构

这本教材试图囊括在岗及岗前老师们在教授自闭症学生时所面临的主要问题和疑惑。为了写出真实的、最新的章节,我们请教了许多来自职业治疗、心理学、特殊教育、言语—语言病理学等领域的专家。这本书是按照自闭症导论的方式编写的,希望教授自闭症入门课程的教师能够认为内容的递进方式对他们设计课程教学有益。

第一章是自闭症谱系障碍概述,包括造成该障碍的神经学基础。它不仅为解释自闭症谱系障碍如何影响个人提供了必要的框架,同时也有助于更好地理解自闭症谱系障碍的诸多显征。对于教师们来说,知道如何为自闭症谱系障碍学员制作个别化项目是十分关键的,包括以何种方式评定授课内容、制定个别化教育目标、创建持续的进步评鉴系统等,更多细节会在第二章里讨论。讨论完该教什么之后就是如何教的问题,包括如何决定学员应该选用的指导性策略。第三章是循证实践章节,为制作项目性或者指导性的决定提供了框架和结构,其中包括根据某类特定学员的优势和需要,决定他最适用哪种策略。第四章的设计最让我们引以为豪,它主要研究如何与自闭症儿童的家人合作,这是老师们频繁提到的一个问题。把这章安排在这本书的前面部分(也是一门课的前面部分)是为了更好地理解家庭问题,以便在教材后面所讨论的各个领域中增强对家庭因素的考虑。接下来讨论了应该为学员成功以及各种技术指导(例如行为、沟通、社交)提供一个教室,但是在一门介绍性课程里却无法对具体“怎么做”提出深度剖析。余下章节为将来的老师们提供了足够的细节指导,来支持他们做出适当的决定,这其中就包括应该在哪些领域接受额外的、更加高级的培训。在这门课程的最后,我们集中关注了向成人阶段过渡的阶段以及患有自闭症的成年人的服务需求。教材的最后一章关注了过渡阶段和成人阶段,为读者们提供了一个宽阔的背景,以便日后能更好地与自闭症学生一起工作。此章节概述了过渡阶段的服务需求,并且研究了自闭症青少年及成年人中优秀的实践行为。总之,此教材对如今自闭症领域中的主要概念进行了综述,同时也特别强调了将这些概念与教学实践相结合的重要性。

教材特点

每章的开头都设有学习目标来引领读者认识重要的概念,每章末尾设有直接从学习目标中演化而来的研究问题,旨在帮助读者进行自我反思。每个章节都有真实的情节、轶事、案例分析来支撑所述观点。另外,每一章还设有当前研究或者经典研究的梗概(“研究栏”),进一步支撑所提观点。每章都设有“多样化提示”,展示多样化的信息,而“趋向和热点栏”则为此领域的重要议题提供最新信息。每章都有关键词列表来引导学习过程,大多数章节

设有网络资源列表,以供想在课外继续研究的人深入了解。

致谢

我想感谢帮助我完成这本书的所有人。我十分感激培生编辑出版团队中安·戴维斯、佩妮·伯利森以及谢里尔·朗纳的支持。我想提名这三位女士获得“耐心奖”,因为尽管我是个不折不扣的新手,她们却从未让我有这样的感觉。我也想感谢那些为各个章节的编著贡献出自己的时间和专业知识的各位:鲁斯·艾斯派、吉纳·巴恩希尔、司各特·贝里尼、詹尼·克拉克·布拉克、克里斯蒂娜·卡纳汉、特利西亚·卡塞尔、周雨琪、查尔斯·杜克斯、詹妮弗·杜罗切、凯蒂·帕蒂诺、冈萨雷斯、巴利·格罗斯曼、李孝珍、梅丽莎·奥利弗、乔纳森·塔巴斯、田凯谦、詹妮弗·瓦尔贝格和伊丽莎白·韦斯。我要特别感谢我的朋友兼同事查尔斯·杜克斯博士,因为我每次打电话请教他时,他都随时倾听,并且带给我额外的见解,他称得上是一名真正的专家。我个人也要感谢克莱尔·西摩女士,因为她对这本书所做的贡献已经远远超出了她的职责范围。

这本教材的完成同样也离不开这些评论家们宝贵而又智慧的点评与建议:北德克萨斯大学的凯文·卡拉翰、贡萨格大学的托马斯·麦克劳克林、雷诺市内达华大学的香依·泰勒、堪萨斯大学的简·韦格纳以及弗吉尼亚理工大学的托马斯·威廉姆斯。十分感谢你们宝贵的时间与精力。

最后,我想把我最特别的感谢献给一位伟大的自闭症代言人布兰达·史密斯·迈尔斯博士。她不仅帮助了这个项目起初的成型过程,同时也在与所有才华横溢的撰写人的联络中起到了举足轻重的作用。迈尔斯博士一路指引我、鼓励我,给了我太多宝贵的点评与建议,能够和她共享这本书的主笔职位,是我莫大的荣幸。

E.阿曼达·布托
德克萨斯州,奥斯汀市

目 录

译者序	001
前 言	001
第 一 章 自闭症谱系障碍概述	001
章节目标	001
案例研究	001
引 言	005
第一节 自闭症谱系障碍	005
第二节 自闭症谱系障碍的诊断	012
第三节 自闭症谱系障碍的可能成因	016
第四节 自闭症谱系障碍的典型特征	017
小 结	029
章节回顾问题	029
关键词	030
网络资源	030
参考文献	031
第 二 章 自闭症谱系障碍学生指导计划目的测评	040
章节目标	040
案例研究	041
引 言	043
第一节 自闭症谱系障碍的症状	044
第二节 自闭症谱系障碍的谱系特点	046
第三节 评估程序	047
第四节 适用于自闭症谱系障碍学生的特殊评估准则	049
第五节 核心评估量表的组成部分	053

第六节 认知评估	055
第七节 自闭症谱系障碍评估量表中的其他内容	058
第八节 个别化教育计划(IEP)的发展	062
小 结	068
章节回顾问题	068
关键词	069
网络资源	070
参考文献	070
 第 三 章 自闭症谱系障碍学生教育过程中的循证实践	072
章节目标	072
引 言	072
第一节 循证实践:定义和基本原理	073
第二节 自闭症干预方法的理论基础	078
第三节 多元理论取向	084
第四节 以儿童和家庭为中心的策略	085
第五节 选择一种教学取向	088
小 结	092
章节回顾问题	093
关键词	093
网络资源	093
参考文献	094
 第 四 章 与自闭症谱系障碍儿童的家庭合作	101
章节目标	101
案例研究	101
引 言	105
第一节 获得诊断	105
第二节 父母对自闭症孩子的优先期望	107
第三节 自闭症对父母的影响	108
第四节 自闭症对兄弟姐妹的影响	118
第五节 自闭症对家庭的毕生影响	120
小 结	123

章节回顾问题	123
关键词	123
网络资源	123
参考文献	124
第 五 章 自闭症谱系障碍儿童教育中的环境支持	128
章节目标	128
案例研究	128
引 言	130
第一节 创设支持性环境的策略	132
第二节 创设一个安全的环境	136
第三节 视觉支持	136
第四节 实施	140
小 结	148
章节回顾问题	148
关键词	148
网络资源	149
参考文献	150
第 六 章 自闭症谱系障碍儿童教育:以应用行为分析原则为基础	153
章节目标	153
案例研究	154
引 言 应用行为分析概述	154
第一节 使用应用行为分析教自闭症学生习得技能	157
第二节 教学重点和进程的变化	165
第三节 用应用行为分析(ABA)来解决挑战行为	169
小 结	173
章节回顾问题	173
关键词	173
参考文献	174
第 七 章 自闭症谱系障碍人群的综合行为干预	178
章节目标	178

引 言	178
第一节 功能行为评估	179
第二节 基于功能行为评估的干预	181
小 结	190
章节回顾问题	191
关键词	191
网络资源	192
参考文献	192
 第 八 章 教会自闭症谱系障碍儿童交流	195
章节目标	195
案例研究	195
引 言	196
第一节 社会沟通:定义及重要性	197
第二节 自闭谱系障碍个体的沟通	201
第三节 沟通评估和干预	203
小 结	210
章节回顾问题	210
关键词	210
网络资源	211
参考文献	212
 第 九 章 自闭症谱系障碍儿童及青少年面临的社会挑战	221
章节目标	221
案例研究	221
引 言	222
第一节 正常社交技能的缺失	223
第二节 社交技能评估	227
第三节 社交技能训练	229
小 结	239
章节回顾问题	240
关键词	240
参考文献	241

第 十 章	教会自闭症谱系障碍儿童学习与功能性技能	247
章节目标		247
案例研究		247
引 言		249
第一节 对自闭症谱系障碍了解的重要性		249
第二节 有效教育项目的核心要素		252
第三节 核心的学业及功能性技能		254
第四节 调整、补偿技能和改善		261
第五节 融合		263
小 结		265
章节回顾问题		265
关键词		265
参考文献		266
第 十 一 章	自闭症谱系障碍及感官统合	271
章节目标		271
案例研究		271
引 言		272
第一节 感觉加工概念		274
第二节 七种感觉系统		277
第三节 建议/简单解决方案		280
第四节 干预		285
小 结		286
章节回顾问题		287
关键词		287
网络资源		288
参考文献		288
第 十 二 章	自闭症谱系障碍教育中的辅助技术	291
章节目标		291
案例研究		291
引 言		292
第一节 人体功能区域		295

第二节 辅助技术服务传输系统	299
第三节 合作	303
小 结	303
章节回顾问题	303
关键词	304
网络资源	304
参考文献	306
 第十三章 自闭症谱系障碍儿童的转衔及成人时期	310
章节目标	310
案例研究	310
引 言 进入成人期对自闭症谱系障碍人群意味着什么?	312
第一节 自闭症谱系障碍人群转衔期导引	317
第二节 对成人转衔期给予辅助	320
小 结	329
章节回顾问题	329
关键词	330
网络资源	330
参考文献	330

第一章

自闭症谱系障碍概述

凯蒂·冈萨雷斯博士(Ketty Gonzalez, Ph.D.)

特利西亚·卡塞尔博士(Tricia Cassel, Ph.D.)

私人诊所心理学家

E.阿曼达·布托博士(E.Amanda Boutot, Ph.D.) BCBA

德克萨斯州立大学

章节目标

阅读完此章节后,学习者应当能够:

1. 描述自闭症谱系障碍的典型特征
2. 解释如何识别并且诊断自闭症谱系障碍
3. 识别多种自闭症谱系障碍的差异
4. 讨论与自闭症谱系障碍相关的因果理论
5. 描述自闭症谱系障碍对神经系统的影响

案例研究

• 罗伯特案例

罗伯特7岁,他父母却不知道怎样才能让他度过接下来的十一年学校生涯。虽然罗伯特一直都喜怒无常,但他知道自己想要什么,所以3岁开始上学前班之前,父母在家教方面从来没有过太大的难度。

但从进入学前班开始,罗伯特就因缺乏社交魅力并且过度活跃而被同伴们孤立。实际上,罗伯特从踏进校门起,就被贴上了“过度活跃”的标签。在“同伴围坐成一个圆圈的活动”时间中,他不愿坐下、拒绝分享玩具、不停地藏在桌子底下。罗伯特的母亲带他去看了儿科医生,医生说罗伯特是有些过度活跃,但是随着长大会慢慢正常起来。但不幸的是,罗伯特在学校里的情况依旧糟糕。他总是闷闷不乐,而且时不时地就会咬同伴或者和同伴打架。“隔离”这个办法并没有起效,罗伯特也因此被两所学前班开除,并且被贴上了“坏种”的标签。罗伯特的父母对他在学校的行为十分不解,因为他在家里整日只与火车玩具为伴。不过父母也开始相信老师的判断,认为自己肯定在某些地方做得不对。

上幼儿园后,情况没有任何好转,罗伯特的老师觉得他可能患有“注意力缺陷多动障碍(ADHD)”,学校心理师后来也证实了这个疑虑。除了好斗,罗伯特也开始在书写和绘画方面滞后于其他同学。体育方面表现也很差,总是一个团队最后挑选的孩子。渐渐地,罗伯特在每天早晨上学前都开始肚子疼。

罗伯特上到一年级的時候,他开始厌恶学校,想不通为什么自己没有朋友。他的父母也开始考虑让他在家里上学。然而父母有时候也对罗伯特在家里的表现感到疑惑,因为他的面部表情有时与真实情绪不符,有时会爆发性崩溃,让父母感觉就像一颗炸弹一样有可能随时爆炸。同时,父母也注意到罗伯特听不懂笑话,也看不懂电影,因而开始担心他的智商。医生们除了诊断罗伯特有注意力缺陷多动障碍,认为他可能患有早期双向情感障碍(onset bi polar disorder),这就能解释罗伯特的爆发性行为。除此之外,还提到了患有对立违抗性障碍(Oppositional Defiant Disorder, ODD)的可能。

在一年级升二年级的那个暑假,罗伯特参加了一个夏令营,其中一位咨询师建议父母带罗伯特去做一个爱斯伯格综合症测评。于是父母带他去了一家大学的医务室。在那里他们得知,虽然罗伯特确实有很多符合注意力缺陷多动障碍的症状,但是他的很多毛病却无法用这个症状解释。在做了一份全面的测评之后,罗伯特被诊断为患有爱斯伯格综合症。为治疗并发的注意力缺陷多动障碍症状,医生提供的建议包括药物治疗、行为指导、对父母进行的培训课程、给出对待孩子发生特定行为的建议、学校调节配合,以及对特定缺陷进行治疗。听到诊断后,罗伯特的父母虽然担忧,但也松了一口气。现在,罗伯特正准备上中学,尽管一切还不是那么完美,还在继续努力,但是他已经在社交方面有了很大的进步,还有了一个他自己都会觉得有点奇怪的朋友。尽管如此,他俩成为好朋友的这一事实对罗伯特的自尊心有着奇迹般的作用,他现在也重新变得乐意上学。

• 雅各布案例

雅各布 18 个月大的时候,父母开始担忧他的生长发育,因为雅各布不像同龄孩子那样说话或者牙牙学语。等到雅各布大些的时候,他对自己的玩具也鲜有兴趣,一般都只是把它

们排好,或者一边在眼前晃动一边盯着它们看。他时不时地会发出声音,但发声并不是想要和人沟通。雅各布除了在有东西的时候,很少和家人交流。即使母亲手里有对他来说很重要的东西,也很少与母亲有眼神接触或者向她微笑。当沮丧或者兴奋的时候,他会不停地摆动胳膊,原地转圈,或者全身紧绷。雅各布快3岁时,父母带他去做鉴定。鉴定结果表明,雅各布在与自闭症谱系障碍相关的三个方面都有着严重缺陷。雅各布现在5岁了,依旧会摆动胳膊,前后摇晃。他没有朋友,对别的小朋友也不感兴趣。尽管雅各布和家人还比较友爱,但全凭他的情绪而定。他现在能说一些词语了,但主要还是用画画来与家人交流。他酷爱“托马斯蒸汽火车”,到哪里都带着一辆玩具火车。

• 蒂姆案例

在孩子们都安静下来之前,蒂姆给他的一个同学看了下自己的哈利·波特卡片。结果那个同学一把抓走了卡片,并且不停地撩逗蒂姆,不肯把卡片还他。尽管蒂姆要比这个折磨他的男孩高出六英尺,重四十磅,却只是漫不经心地想找回来,且远不如那个男孩动作快。蒂姆看起来十分迷茫,不知道接下来该怎么做。在学校里观察蒂姆的临床医生不得不出手干预。她紧贴着那个捉弄人的孩子,用威胁的口气勒令他归还卡片。这个班容量很大,有38个学生,而老师一直在忙着安顿别的孩子,根本没有注意到这里发生的一切。临床医生希望那个捉弄人的孩子能够吸取教训。

• 乔希案例

在测评过程中,乔希在和自己的哥哥们玩耍,看起来很喜欢手里的铁路模型。但是当哥哥们给他的火车玩具突然发出噪音的时候,乔希把它扔在地上,踢了几脚就离开了。在后来的游戏中,乔希的一个兄弟不小心靠在一个玩具上,使玩具发出了噪音。乔希十分懊恼,捂着耳朵踢打玩具箱。乔希的弟兄们都试图关闭那个玩具,并且向他道歉,保证不再玩会发出噪音的玩具了。整个测评过程中,乔希的家人都小心翼翼,防止弄出声响,再惹他烦心。

• 豪尔赫案例

在办公室见到豪尔赫的时候,发现他只要在不做测试的时候就会不停地用铅笔敲打自己的脸。他过去也有不寻常的举动,例如,当他焦躁或者抑郁的时候,他会用又长又硬的物体(如铅笔和压舌器)不停地击打自己。在家的時候,他会不停地在这堵墙面之间跑来跑去,触摸墙体。他也有自残行为,如抠自己的指尖,直到抠到流血为止。

• 杰克案例

杰克频繁地看表,然后告诉测试员几点了,或者马上就到几点了(如“马上就10点了”)。