辅助孩子的成长



这是本给孩子有早期介入
需要的家长指引的手册



前言

亲爱的家长[1]，

每个孩子都是独一无二的。身为家长，我们竭尽所能为孩子创造最好的机遇，支持他们茁壮成长并发挥最大潜能。

您之所以拿起这本手册，是因为您关心并想要更深入地了解自己孩子的成长发展。您可能希望了解更多信息，因为：

- 您注意到，与同龄儿童相比，自家孩子面临更多挑战，但您却不确定接下来该怎样做。
- 孩子的老师建议您带孩子去找儿科医生或通过辅助计划为孩子进行发育评估。
- 医生诊断出您的孩子的成长出了状况，并要求您考虑早期介入 (Early Intervention) 服务。
- 您希望学习如何让自己和家人更好地辅助孩子的成长。

这本手册将解答您的一些疑问。手册由一组看护者、专业医务人员、综合医疗保健专业人员 (Allied Health Professionals) 、早期介入专业人员 (Early Intervention Professionals) 和幼儿教育工作者 (Early Childhood Educators) 等人士组成的团队编写，致力于帮助有发展需要儿童的家长。

手册致力于协助您理解：

- 孩子的发展需要
- 怎样为孩子获得早期介入支持
- 怎样辅助孩子成长进步，并顺利完成从幼儿园过渡到小学/特别教育学校 (Special Education (SPED) Schools)
- 怎样获得有助于自己和家人的资源

这本手册并不能取代专业人士提供的建议，但我希望它能为您提供更多见解和渠道，让您获得您所需要的支持。如过您需要任何协助，请随时与我们联系，并持续与孩子的医生和老师一道努力，以最佳的方法帮助您的孩子茁壮成长。

经历过阳光风雨之后，才会有彩虹。祝您的育儿历程一帆风顺。

敬启



孙雪玲女士
新加坡教育部兼社会及家庭发展部政务部长

1 孩子的看护者不一定是父母，也可能是祖父母、养父母、阿姨、叔叔或哥哥姐姐。我们以家长一词概括代表所孩子的看护者。

目录

01 了解孩子的发展

- 了解孩子的发展
- 了解发展需要（Developmental Needs）
- 确定孩子的发展需要





02 接受早期介入服务

- 什么是早期介入
- 评估早期介入服务类型和服务供应方时需考虑的事项
- 政府资助的早期介入服务
- 逐步退出早期介入服务
- 您该如何支持孩子



文字说明

特色　查阅更详细信息　情绪审视

行动号召　常见误解

03 从早期介入过渡至学习年龄的教育选项



- 选择合适的教育途径时应考虑的事项
- 了解不同的教育环境
- 如何帮助孩子顺利过渡

04 支持自己和家人



- 如何为看护责任做好准备
- 看护者可申请的补助
- 让家人参与
- 如何照顾好自己
- 规划可持续的终身旅程

附录

点击 目录 按钮即可返回至此页

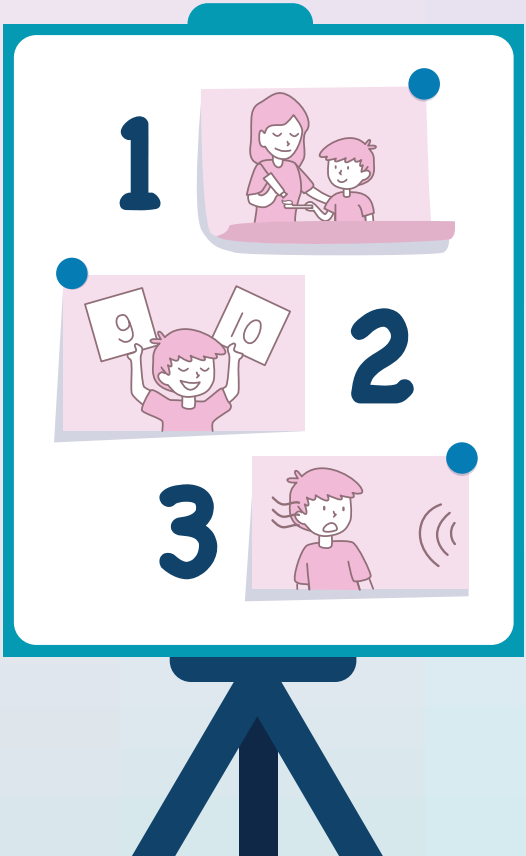
01

了解孩子的发展



目录

每**个孩子的成长步伐不一致。**这意味着，他们可能在某些领域发展地比其他孩子快，而在其他领域却较慢。要确保孩子发育良好，定期观察孩子的发育情况非常重要。本章将重点关注以下内容：



- *孩子正常发育的标准是什么；*
- *孩子有发展需要意味着什么；*
- *须观察哪些发展领域；*
- *定期观察为什么很重要；以及*
- *怀疑孩子可能有发展需要时该怎么做。*

目录

了解孩子的发展

孩子的发展

孩子的发展至少涉及五个领域：

❶ 社交与情感

社交技能是指孩子与他人之间开展并维持关系的能力。
这包括加入社交群体，与其他孩子建立关系，以及对社交信号做出适当反应。

社交情感技能是指孩子理解并管理自己的情绪以及解决问题的能力。
这包括辨别他人的面部表情和情绪，在感到恼怒时能够冷静下来，思考可能的对策，并做出适当的决定。

❷ 肢体动作

肢体动作技能需要运用身体的各个部位，涉及双臂、双腿和躯干的肌肉及协调它们的能力。
这包括跑步、跳高、骑自行车、游泳、投掷、接抛物和保持平衡。

精细动作技能涉及手部和手腕上小肌肉的动作。
这包括使用剪刀、写字、画画、系钮扣和系鞋带。

❸ 语言与沟通

语言是指孩子与他人交谈以及倾听和理解他人的能力。
这包括理解他人的手势和提出的问题。

沟通是指孩子清晰表达思想的能力。
这包括非语言性沟通（例如使用手势、面部表情和眼神）和/或语言性的反应（例如说出物件和图片的名称、将想法用词句表达出来和对他人讲故事）。

❹ 视力和听力

视觉或视力是指孩子看事物的能力。
视觉或视力问题包括只有部分视力和失明。这包括视觉缺损、视觉疲劳、以图形背景辨物存在困难以及缺乏视觉效率。

听力是指孩子察觉、识别、区分、感知和/或理解听觉信息的能力。
听障有不同级别，分为轻度到重度。听障有可能是单耳，也有可能是双耳。

❺ 认知

学习和记忆是指孩子通过所经历的事获取新知识和技能，将其记住并学以致用的能力。
这包括通过玩耍或亲自动手的体验来理解并处理关于自己和周边世界的新信息，以及识别和回忆物体及事件。

专注力和逻辑推理能力是指孩子留意事物且能一心专注，并以分析方法和运用信息来制定简单计划、解决问题或做出决定，展现出逻辑思辨的能力。
这包括表现出好奇心、提出问题、感知并探索周边世界、专注于任务并不受干扰、尝试不同事物和情况以理解因果关系并进行推断。

儿童在成长时期，在这些领域的发展通常会遵循一个可预测的规律，大多数孩子都会在特定年龄依次掌握具体的发展技能。

了解儿童发育筛查的重要性

儿童发育筛查(Childhood Developmental Screening)也被称为婴幼儿健康检查,进行检查是为了辨别存在发育迟缓风险的儿童,以进行早期介入。

一般的建议是所有儿童在出生至六周岁期间,于**七个指定参考点**(或称时间点)进行儿童发育筛查,其中包括出生时在医院里完成的第一次筛查。每次筛查都会一并涵盖生长发育监测、身体检查和针对社交技能、运动技能以及语言发育做发展检查。

这些筛查通常会与新加坡全国儿童免疫计划 (National Childhood Immunisation Schedule) 下所推荐的儿童疫苗接种同步进行。*在此*查阅详细信息。

进行儿童发育筛查,以及咨询专业医务人员,可以让您对孩子的成长发育更有信心,或是及早发现孩子的成长落差。如果您对孩子的发育有疑虑,可在检查时向专业人员提出。专业人员将为您提供更详细信息,以帮您确定如何为孩子提供最佳支持。

您可以做些什么

- 观察孩子的发育情况;可在 HealthHub 和社会及家庭发展部(Ministry of Social and Family Development)官网上查阅相关建议。
- 根据《健康手册》(Health Booklet)了解您的孩子是否达到他相应年龄的发展进度,并通过 HealthHub 应用程序中的数字版健康手册记录下观察结果。在带孩子赴诊时,您可与医护人员分享孩子的阶段性进展及成长图表,以帮助他们进行评估。
- 按照儿童发育筛查所推荐的时间参考点,带孩子前往最靠近的社保援助计划 (Community Health Assist Scheme) 的全科医生诊所或综合诊疗所。
- 详细了解更多为儿童作发育筛查约诊提供的补助。无论是在社保援助计划的全科医生诊所或综合诊疗所,符合条件的新加坡籍儿童可在七个儿童发育筛查时间参考点时获得全额补助。在规定年龄范围内,新加坡籍儿童可以在每个发育里程碑享有一次获补贴的儿童发育筛查看诊。

如需查阅关于儿童发展的更多信息和资源,请参考《残障咨讯指南网站(Enabling Guide)》。



目录

了解发展需要

发展需要的定义

发育情况正常发育(Typical Development)意味孩子**在预期的年龄范围内符合各项发育里程碑，包括**社交情感技能、身体或运动、说话（语言与沟通）、感官（视力和听力）以及认知领域**发育里程碑。**

如果六岁以下的孩子的发育水平远低于同龄人，他可能有发展需要(Developmental Needs)。例如，您发现无论您怎样变换您的指示，您的学龄前儿童都无法遵从指令行动，但是他与他同龄的孩子却大都可以做到。如果您对孩子的发育情况发育情况有任何疑虑，请咨询专业医疗人员，他们可能会建议对您的孩子进行更深入评估。接受评估/诊断非常重要，因为这能帮您确定最适合孩子的早期介入 (Early Intervention)。评估应被视为认清孩子优势和品质的起点，而不是终点。

如果您的孩子被评估为需要借助外界辅助来弥补发展需要或差距，那么他可能需要轻度、中度或重度的早期介入辅助。**与正常发育的同龄人相比，您孩子在发育上的差距表明了发育发展需要上的严重程度，以及所需的早期介入辅助水平。**有些孩子只有发育发展需要，但没有其他重大疾病，而有些孩子可能既有发育发展需要，也连带有其他重大疾病，例如可导致孩子患有发展需要的脑性麻痹、视障或听障。常见的发育问题/症状列表可见于附录。

一个有发展需要的孩子，往往从出生时起就有此类需要。**虽然这不是我们所能预料到并为之准备的，但您可以通过几种重要的方式帮助孩子。**这包括尽早让孩子进行评估，以便能为孩子提供必要的早期介入，从而帮助他尽快有所改善。评估孩子的专业人员可以告知您孩子发育水平是否处于正常范围内，并说明是否需要进一步的监测和介入。有时候，只有当孩子日渐长大，其发展需要才会日益明显。

几乎所有有发展需要的儿童都能通过适当的支持和早期介入得到改善。

确定孩子的发展需要

很多与您孩子密切接触的人都能帮您尽早发现孩子的发展需要



与孩子互动最密切的是您自己和孩子的老师。成年人在确定孩子是否有发展需要方面，发挥着重要作用，因为他们可通过与孩子的互动观察孩子。当您带孩子进行儿童发育筛查时，可与医生分享您以及他人对孩子发展状况的观察。

您可以参考以下三个部分，以了解如何通过这些接触者发现孩子的发展需要

目录

❶ 孩子的家长：要注意哪些内容——观察孩子的发育里程碑。

如果您的孩子符合其年龄的发育里程碑，那么他就属于发育正常。您可以对照《健康手册》来确定您的孩子是否达到他所在年龄段的发育里程碑。如果您的孩子在以下发育领域出现警讯，又或者您对他的发育有任何疑虑，应当尽早前往综合诊疗所、全科医生诊所或儿科医生看诊：

您是否对孩子的发展水平有所担忧?

请通过观察孩子如何玩耍、说话、学习，以及与他人互动，留意他的成长发育。如果您发现任何值得关注的事项，或是对孩子的发展有任何疑虑，请立即咨询医生。

	6个 月大	9个月大个月大	12个月大个月大	18个月大个月大	24个月大个月大	30个月大个月大	36个月大个月大	48个月大个月大
肢体动作	· 不会向任何方向滚动 · 在脸朝下俯卧时，无法抬起头和胸部 · 坐着时头不能挺直	· 不借助支撑时无法自己坐稳 · 不能借助支撑用双腿承受体重	· 借助支撑亦不能站立 · 不能用手膝爬行、用手腿爬行和/或使用臀部移动	· 不能独立行走 · 不能借助支撑攀爬台阶	· 不能奔跑	· 不能扔球或踢球 · 不能扶着栏杆用双脚上楼梯 · 不能跳下低矮台阶	· 经常跌倒 · 不能双脚交替爬楼梯	· 不能骑三轮脚踏车 · 无法单脚站立5秒
精细动作	在任何年龄，偏好使用某一侧的手臂/腿							
	· 不会伸手抓取并握住东西 · 难以将东西送到嘴里	· 不能换手拿东西	· 不能用拇指和食指提起小物品 · 不会寻找掉出视线之外的东西	· 不能用两块积木搭起高塔	· 不能用四块积木搭起高塔 · 不能乱涂乱画	· 不能用六块积木搭起高塔 · 不能画竖线 · 无法完成简单的形状拼图（如方形、圆形拼图）	· 不能画横线 · 不能逐页翻纸板书	· 不能画圆圈 · 不能使用剪刀
说话和语言	· 不会发元音（“啊”、“呃”、“哦”） · 不会被突如其来的声音吓到	· 耳际听到声音时不转头 · 不会咿呀学语（“妈妈”、“嗒嗒”、“爸爸”）	· 不会表达需求	· 使用“妈妈”、“爸爸”，但不了解意义 · 不会发单词的音 · 无法理解简单的手势指令（“给”、“来”）	· 不会说几个字以上的短语（“喝牛奶”） · 不能在没有手势的情况下遵循简单指令（“把球给我”）	· 熟悉的看护者也无法理解其意思 · 不能正确使用代词 · 很少对感兴趣的事物发表评论	· 不会说三个字的句子 · 言语不清 · 无法执行分为两部分的指令（“把玩具拿过来交给我”）	· 不会说4-5个字的句子 · 不会复述自己喜欢的故事 · 无法执行分为3部分的指令
社交	在任何年龄，与人的目光接触有限、时有时无或缺失							
	· 不会对看护者表现出对其有情感 · 不会笑或发出尖叫声	· 叫他的名字时没有反应 · 认不出熟悉的人	· 不会用手势（例如挥手告别） · 只玩玩具的某个部分，而不是整个玩具（例如只玩汽车的轮子）	· 不会向其他人指认东西 · 不会模仿别人 · 当看护者离开或返回时,不会注意到或不当回事	· 不会模仿动作或学人说话 · 不会向看护者展示自己喜欢的事物	· 不会玩角色装扮游戏 · 眼神交流贫乏	· 不跟其他孩子玩耍，不玩玩具 · 不会通过观察他人的面部表情来知晓其感受或想法	· 无视其他孩子，或是不回应家人以外的人 · 无法自己独立上厕所、吃饭或进行基本的穿戴

资料来源：儿童发展中心，邱德拔-国立大学儿童医疗中心，国立大学医院

目录

❷ 专业医疗人员：与孩子的医生预约儿童发育筛查时应关注哪些方面

从出生到年满六周岁，孩子应定期前往综合诊疗所、全科医生诊所或儿科医生处，进行疫苗接种和儿童发育筛查。在看诊时，医生可能会就孩子的发育状况提出各种疑问。

大多数儿童发育筛查的时间参考点都与儿童疫苗接种计划的时间一致，以更方便您一同进行儿童发育筛查和疫苗接种。即使没有安排接种疫苗，家长也应记住在所建议的30个月大和48个月大时间参考点，带孩子去进行筛查。

儿童发育筛查和疫苗接种时间参考点

请在所建议的时间段，与您的全科医生或综合门诊部，预约看诊。

年龄	全国儿童免疫计划疫苗接种	儿童发育筛查时间参考点	适合进行儿童发育筛查的年龄
出生时[2]	卡介苗 (D1) 乙肝疫苗 (D1)	-	-
4 周大	-	4 周大	[1] 4 - 8 周大
2 个月大	六合一疫苗 (D1)[3]	-	
3 个月大	-	3 个月大或 4 个月大 [4]	[2] 3 - 5 个月大
4 个月大	五合一疫苗 (D2) 肺炎疫苗 (D1)		
5 个月大	-	-	
6 个月大	六合一疫苗 (D3) 肺炎疫苗 (D2)	6 个月大	[3&4] 6 - 12 个月大
12 个月大	麻腮风三合一疫苗 (D1) 水痘疫苗 (D1) 肺炎疫苗 (B1)	12 个月大	
15 个月大	四痘疫苗 (D2)	-	[5] 15 - 22 个月大
18 个月大	五合一疫苗 (B1)	18 个月大	
30 个月大	-	30 个月大	[6] 24 - 36 个月大
48 个月大	-	48 个月大	[7] 48 - 60 个月大

资料来源：卫生部 —儿童发展筛查

D1, D2, D3: 第1剂、第2剂、第3剂
B1, B2: 第1针、第2针

[2] *通常在医院里接种的疫苗*

[3] *对于乙肝表面抗原（**HBsAg**）阳性的母亲所生的婴儿，应在1个月大时接种第2剂单价乙型肝炎疫苗，然后在3个月大时接种五合一疫苗。*

[4] *临床医生可能希望在三个月大开始接种五合一(DTaP/IPV/Hib）疫苗计划，以及在4个月大开始为孩子接种六合一疫苗计划的时候进行儿童发育筛查。五合一疫苗包含百白破疫苗、脊髓灰质炎灭活疫苗、B型流感嗜血杆菌疫苗。六合一疫苗包含百白破疫苗、脊髓灰质炎灭活疫苗、B型流感嗜血杆菌疫苗和乙肝疫苗。*

目录

您可以做些什么

如果您对自己孩子的发育有任何疑虑，或是在儿童发育筛查的间隔期有任何疑问，可以：

- 使用您孩子的《健康手册》和/或 HealthHub 应用程序中的发育检查表，观察孩子是否存有发展需要的任何迹象。
- 尽早咨询孩子的老师和/或到综合诊疗所或全科医生诊所寻求医生的意见。对于一岁以下的孩子，如果您任何时候对其发育水平有任何疑虑，应当立即看诊。孩子的教师或专业医疗人员可以就是否需要转介到发育儿科专家提出建议。
- 联系国立大学医院(国大医院)儿童发展中心 (CDU) 或竹脚妇幼医院 (KKH) 儿童发展部 (DCD)，直接预约。这些诊所均隶属于卫生部 (Ministry Of Health) 资助的儿童发展项目 (Childhood Development Programme)。请注意，如果没有获得综合门诊部的转诊推荐，您将无法获得带有补助的服务。

在国立大学医院/竹脚妇幼医院诊所或私人儿科诊所进行预约时，该怎样做？

第 1 步

儿科医生会先问您一些关于孩子和家人的问题。这包括孩子当前的发展能力，以及他何时达到这些发育里程碑。儿科医生还会问及您的家庭病史及孩子的人际成长环境。这些问题包括，您的孩子是在上学/上托儿所，还是在家照顾，以及您的孩子所熟悉的语言。儿科医生还会询问影响孩子健康的各种因素，例如：他的睡眠习惯、屏幕观看时间和饮食习惯。

第 2 步

接下来，儿科医生会给孩子做检查，以便确认他是否身体健康。儿科医生或护士还会与孩子交流互动，以掌握孩子各项能力的发育水平，孩子如何与他人互动，以及怎样回应指令。

第 3 步

如有需要，儿科医生还会要求进行其他评估，例如听力/视力筛查、心理/发育评估和问卷调查，这些评估需由您和孩子的教师共同填写完成，以便全面了解孩子的发育状况。

第 4 步

最后，儿科医生会向您提议可以辅助您孩子的介入服务，并让您在接受进一步介入之后再来复诊，以检查孩子的进展。

带孩子去看诊时，只需带上诊所要检视的文件（例如出生证明和《健康手册》），不用给孩子做特别准备。儿科医生会竭尽所能让孩子放松身心，以便愉快地就诊。儿科医生与孩子之间的所有互动，将在友好和玩乐的环境中进行。大多数孩子都很喜欢看儿科医生，因为他们在看诊时有玩具可玩。

目录

❸ 孩子的幼儿园老师：幼儿教育工作者怎样确定孩子的需要

有时候，孩子的幼儿园老师会与家长分享所观察到的问题。因为老师有着与孩子互动的丰富经验，因此他们的观察和反馈非常重要。如果老师发现您的孩子存在某些发展需要，孩子的幼儿园老师会建议您带他去进行评估。

- 对于需要接受轻度早期介入支持的五到六岁的孩子，老师会推荐启发辅助计划 – 学习支持计划(Development Support-Learning Support (DS-LS))，这是一个用于学前教育阶段的早期介入计划。
- 如果您的孩子需要更多支持（例如在语言与沟通方面发育过于迟缓、有破坏性行为或伤害自己和/或他人），幼儿园可能会建议您到一家儿童发展项目（例如国立大学医院儿童发展部或竹脚妇幼医院儿童发展部）预约看诊，以确认婴幼儿早期介入计划(Early Intervention Programme for Infants and Children (EIPIC)) 是否对您的孩子有帮助。早期介入中心拥有自己的早期介入教师和综合医疗保健专业人员，且采用小班教学，以便更好地满足您孩子的发展需要。

常见误解

✕ **孩子随着年龄增长应该能克服自己的发育情况或行为问题。我想先考虑下，看看他的进展，然后再决定是否要接受所推荐的评估或介入服务。**

✓ 虽然一些存在轻度发育问题的孩子，能在没有特定介入服务的情况下，最终符合相应的发育里程碑，但多数孩子仍然需要帮助。在大多数情况里，早期介入大有裨益。尽早确定您孩子的发展需要，让您能尽快为孩子提供适当的支持。尽早防患于未然往往能改善您孩子日后的发育。帮助孩子更早起步，更好地成长！

情绪审视

当自行发觉或被告知自己的孩子可能存在发育问题时，每个人的反应可能会各不相同。您可能会对孩子的未来深感**焦虑，忧心忡忡**，甚至会觉得**万分失落**。医疗人员或育儿专家所给出的信息可能会令您**疑惑不解**，或是**不知所措**。换一个情景，如果他人认真对待您的忧愁时，您也可能会因而感到**如释重负**。**您最爱的亲人也在整理思绪，且也可能会对这些消息有着不同的反应。**

这些感受可能缠绕您一段时间，也可能会百味杂陈。**您和家人百感交集是很自然的事情，许多家长都跟您一样，会有同样的反应。**给自己和家人一些时间，来理清这些关于孩子的新信息。彼此相互倾诉，相互理解，相互扶持，携手面对孩子的发育问题。您可能会发现，通过与经历过此类事情的其他家长或了解您心路历程的专业人员交流，您安心不少。您还可以加入互助群，寻找倾诉对象。

家长的经历

汤姆父母的故事以及他们怎样克服对孩子成长的恐惧

我们为汤姆感到骄傲。他是我们的孩子，他现在15岁，患有自闭症。我们的心态并非一直如此。当汤姆刚被确诊时，我们也曾经历过一段胡思乱想甚至抑郁的时期。他是我们的长子，代表着我们所有的希望和梦想。竹脚妇幼医院的专业人员告知我们孩子永远无法正常成长的情景仍然历历在目；正是在那天，我们对拥有一个正常孩子的殷殷期盼破灭了。

我们花了很长时间才接受这一诊断结果。我们极为震惊，伤心欲绝。我很担心孩子的未来。他以后能不能找到工作？他将来能不能成家？他能否在这个社会上立足？我开始设法存下更多的钱。我的妻子常常以泪洗面。我们的父母甚至怀疑这是否是因为我们当初怀孕期间对胎儿照顾不周。平心而论，我们都知道我妻子无法预防这一切。

诊断后不久，汤姆参加了婴幼儿早期介入计划。他接受了介入服务，这些服务帮助他使用不同工具进行交流，早期介入中心还教我们各种策略，以应对汤姆的行为问题。他在运动技能方面也获得了很多帮助。我们认真对待同教师和治疗师的所有会面，并按照建议实施这些方法。要完全接受自己孩子的缺陷，我们必须彻底改变思维方式。

我们认为自己的孩子是一个很棒的人，尽管存在缺陷，但仍然有无穷的价值。一个人的价值不在于以有多少文凭或多好的成绩来估量，我们把孩子看作是个有价值的人。每一天，我们都珍视他性格中的亮点和不怎么亮的点。确诊之后，我们从了解他的缺陷以及他跨越每一个小小的发育里程碑的过程中，获得希望和快乐，因为我们知道，他正在进步。即使他依然沉默不语，我们也能泰然处之。这些年，我们见证了一个萌萌的婴孩长大成为青葱少年，之后他还会继续茁壮成长。

养育汤姆的过程中，我们非常珍惜他的成长。当汤姆嘶喊和尖叫时，我们知道他的感官世界有些不适。我们知道自己不能为他解决所有的问题。但我们尽心竭力，例如帮他进行调节。我们逐渐萌生对生活中点点滴滴心存感激的态度。起初，我们万分沮丧，有时甚至怨天尤人。现在，我们变得更加宽容，更能对别人有同理心，更有爱心。我们知道，并非所有家长的反应都能像我们这样。原本这也不是我们的反应，这个反应需要由我们积极培养。

为人父母并非易事。我们深知，随着汤姆渐渐成长成人，我们将面临更多挑战。我们已调整对他的期望，不求他能独立或是功成名就。我和妻子对生活的态度是抱有信心，也坚信汤姆会得到很好的照顾。我们为汤姆存了一小笔钱，而且将来他的弟弟妹妹也会不离不弃。我们知道，如果有需要，政府也会提供一些财政补助和住房补贴。汤姆会同所有人一样过上有价值的人生，只是需求不同而已。

目录

02

接受早期介入服务



目录

第一章重点介绍了儿童的典型发育周期、需要注意的潜在发育迟缓以及能够通过各个不同渠道确定孩子是否有发展需要 (Developmental Needs)。

与医疗人员或早期介入专业人员商讨之后，您也许对接下来该怎么做没有头绪。**本章内容着眼于帮助您和家人摸清下一步，通过解答以下难题，选择合适的早期介入服务**

- *什么是早期介入，它对孩子有哪些好处；*
- *如何选择早期介入服务、中心或计划；*
- *政府资助的早期介入计划；以及*
- *您在家里该如何辅助您的孩子。*

在决定什么样的安排最适合您的孩子时，请务必咨询专业人员。他们会为您提供详细信息，让您更好地做出决定。若是事与愿违，您可以进一步寻求专业人员的意见，考虑其他的方案或选项。**这是一个不断探索的过程，您会愈加了解哪些选项最适合您的孩子和家庭。**

什么是早期介入

早期介入指为有发展需要(Developmental Needs)的婴幼儿及其家庭提供专业支持和服务，从而促进孩子成长。**在接受专业医疗人员或早期介入专业人员的评估，确定孩子在发展上有需要后，能越早启动早期介入越好[5]。**

早期介入服务是根据孩子的发展需要，通过综合方法设计的。它能帮助培养孩子掌握日常活动中所需的知识和技能。

早期介入团队将在全面评估孩子需求后，为孩子打造个人教育计划(Individualised Educational Plan)。个人教育计划可能需要专业中心或孩子所就读的幼儿园的早期介入团队协助实施。不同的专业人员可能会参与协助孩子的发展，其中包括语言治疗师、职能治疗师、物理治疗师和/或心理学家。

儿童发展的五大关键领域是社交与情绪、身体和运动、语言与沟通、视力和听力以及认知力。



早期介入的好处

幼儿时期是孩子在成长发育的过程中，最关键的时期。研究表明，在婴幼儿时期，大脑成长最快。早期介入正是利用大脑在这一关键时期的飞速发育来帮助您的孩子成长进步。例如，神经可塑性利用这种生长潜力，帮助有发展需要的儿童加速进步，从而改善他的发展过程。

您在孩子的成长中扮演关键角色。**家庭和学校一起支持孩子的发展**是最理想的状态，也是最有利于孩子成长进步的方法。这包括运用简单的策略来帮助孩子更有效地投入到日常生活作息，或是与孩子的学校老师密切协作，以便巩固孩子在学校里所学的知识。孩子拥有更多机会练习在早期介入中心/幼儿园学到的东西，就能够熟练掌握各种技能，将所学转用到不同环境中。这也会建立孩子的自信和自尊。

[5] 早期介入专业人员是指学习支持计划的教育工作者和早期介入教师。

目录

评估早期介入服务类型和服务供应方时需要考虑的事项

关键考虑的事项

每个孩子都有自己独特的长处和有可改进的短处。最好的早期介入服务应是那些能够满足**孩子特定需求**的服务，且能根据孩子所需的服务类型和强度进行调整。

选择合适的早期介入服务[6]，需要所有家人的参与。您和家人可能需要考虑很多其他因素，包括家人的需求和情况（例如对托儿服务的需求、家人时间的安排），中心和住家的距离，以及相关的费用开支。选择早期介入服务时，应该考虑以下几个方面：

早期介入服务的类型和强度

医生或早期介入专业人员会告知您政府所资助的早期介入服务有哪些。

- **轻度的早期介入辅助** – 短期辅助（例如六个月或更短时间），次数低（例如每周一次），每次时段较短（例如一小时）。在孩子的幼儿园里开展（例如，启发辅助计划 – 学习支持计划 (Development Support-Learning Support (DS-LS)) 和升级版启发辅助计划 (Development Support-Plus (DS-Plus)) 等），此类计划由早期介入专业人员和/或综合医疗保健专业人员 (Allied Health Professional) 组成的团队提供。
- **中度的早期介入辅助** – 长期辅助（例如一年或更长时间），次数较高（例如每周数次），每次时段较长（例如两个小时或更长），由早期介入专业人员和/或综合医疗保健专业人员组成的团队提供。将在专门的早期介入中心开课（例如婴幼儿早期介入计划 (Early Intervention Programme for Infants and Children)）。
- **重度的早期介入辅助** – 辅助的时间比轻度或中度的早期介入辅助要长得多，而且是一对一授课。

您也可选择私人的早期介入供应方。每个服务提供方都以各自的方式为辅助的类型和强度分类。

[6] 政府资助的早期介入服务类型和强度将依据专业人员的筛查/评估，并结合家长的意见。



目录

选择合适的早期介入供应方

您可向属意的服务供应方提出以下问题，以评估他们是否适合您的孩子：

团队的资质和经验

- 其理疗师是否已在综合医疗保健专业人员理事会 (Allied Health Professional Council)[7] 注册？
- 其心理学家是否已在新加坡心理学学会的心理学家名录上注册？
- 其早期介入教师是否拥有相应的资格且经过培训？

服务的质量

- 该中心早期介入计划受承认是否基于以证据为原则的教学法？

监测方法

- 中心怎样监测孩子的进展？
- 中心是否为您的孩子制定了明确的目标？

家庭的参与

- 中心怎样让家人参与辅助孩子？
- 中心是否为看护者提供培训？
- 您或某位看护者是否需要陪同孩子参加每次课程？

孩子的安全

- 是否设有适当的儿童安全措施，例如监控儿童与教师的互动、环境标准等？

交通/地点

- 早期介入中心/幼儿园的地点是否便利？
- 您或家人是否能够方便地接送孩子往返早期介入中心？

欲了解政府资助的早期介入提供方和计划，请查阅下一章，或登入残障咨讯指南网站了解详细信息。



[7] *综合医疗保健专业人员委员会会按照2011年颁布的《综合医疗保健专业人员法案》监管和规范已注册的综合医疗保健人员的职业行为和职业道德。*

目录

需要幼儿园或托儿服务

如果您的孩子正在某家早期介入中心接受早期介入辅助（例如婴幼儿早期介入计划），您可能还需要考虑学前教育服务以解决孩子的看护需要，并使让孩子接受学前教育以及学习与同龄的孩子相处。您应该充分考虑各种安全因素，例如幼儿园是否提供额外的支持，并在决定适当的学前教育时，考虑您的孩子能否有建设性地融入课堂教育和游戏活动。您应当联系早期介入工作人员或专业医疗人员，以寻求建议，从而确定您的孩子会从其中得益。

下列幼儿园能为有发展需要的儿童提供多种支持：

- **提供轻度早期介入辅助（例如启发辅助计划 – 学习支持计划）的幼儿园**：请联系启发辅助计划学习支持计划服务提供方，以了解报名的录取机会。
- **参加包容性辅助试点计划（Inclusive Support Programme）的幼儿园**：请登入幼儿培育署 (ECDA) 网站，以了解详细信息。
- **其他**：请联系新加坡协助残障者自立局 (SG Enable)，以了解适合您孩子的其他学前教育服务。

其他注意事项



报名等待期

- 如果您倾向于选择某一提供方、地点位置和课程时间，那么等待期可能会更长。受政府资助的婴幼儿早期介入计划和婴幼儿早期介入强化计划-P(EIPIC-P) 的等候时间长，从转诊日算起可能要至少六个月。如果您正在等待孩子加入计划，那么您或许想了解一下在此期间该如何帮助孩子。



费用开支

- 每月计划参与费用是多少?
- 是否涉及其他费用，例如设备费用或其他的辅助介入服务?
- 政府是否补贴早期介入服务或相关费用（例如交通费）?
- 您能否使用儿童培育共同储蓄户头？向早期介入服务提供方查询其是否为婴儿花红认可的机构 (Baby Bonus Approved Institution)。



交通

- 是否有“校车”接送孩子往返于早期介入中心？请*在此*查阅关于交通服务的更多信息。

您可以做些什么

请记住，在这段旅途中，您并非孤军奋战。以下的各种方式可以协助您做出最好的决定：

- 请咨询您孩子的儿科医生或医务人员，以了解孩子的发展需要，并了解孩子需要多**深入和频繁**的辅助。
- 与您的家人沟通，仔细考虑您和家人需要做出哪些安排，以便帮助孩子获得早期介入服务，并考虑这些安排对您在育儿和看护上的影响。
- 加入一个看护者互助群，以了解更多不同的选择。您还可以参考网上资源，例如《为残疾儿童、自闭症儿童和额外需求儿童作决策的指南》。
- 与新加坡协助残障者自立局 、社会工作者或早期介入服务个案经理沟通，以了解关于可定制项目的详细信息。
  - 了解更多信息，以便为您的孩子申请最适合和最实用的计划和服务。
  - 与您孩子的早期介入提供方或主治医院沟通，以商讨怎样为孩子使用辅助科技 (Assistive Technology)，并在有需要时进行辅助科技评估，从而确定哪类辅助科技最适合您的孩子。您也可以与在新协立综合设施 (Enabling Village) 的辅助科技与培训中心 (Tech Able) 工作的 SPD 治疗师进行预约。

来自不同背景的专业人员所组成的团队，可以携手帮助您的孩子成长。您可能不需要所有专业人员的协助，具体取决于个别孩子的需求。

1. 早期介入专业人员和学习辅助教育工作者

早期介入教师

为需要轻度到重度水平早期介入辅助的儿童提供介入服务。早期介入教师整合了一系列教学举措和学习途径，且会为您的孩子确定新的方法，以进行授课。他们还会与您和您的家人合作，从而在介入计划和服务进行期间充分支持您的孩子。

学习辅助教育工作者（LSEDs）

帮助需要轻度水平早期介入辅助，并就读于学前教育中心的儿童。他们发挥着重要的作用，能够在学前教育环境中为您的孩子进行相应评估并提供合适的辅助服务，从而确保最大限度地发掘孩子的潜力。学习辅助教育工作者还会与您及孩子的老师密切合作，以在不同的环境中帮助孩子维持技能，并将所学到的技能运用在不同的环境里。学习辅助教育工作者接受过儿童学前教育培训，且经过特定培训，能够帮助孩子完成启发辅助计划 – 学习支持计划。

2. 综合医疗保健专业人员，其中包括听力专家、职能治疗师、理疗师、心理学家以及言语和语言治疗师

听力专家

评估孩子的听力或平衡能力。听力专家通过教孩子辨别唇语、推荐助听设备或其他相关服务，帮助孩子应对听障并开展有效沟通。

理疗师

为您的孩子进行评估，并通过各种治疗（例如物理疗法、治疗性训练和助行器等辅助科技）来帮助孩子改善肢体运动和功能。这将协助孩子应对行动、平衡、力量和协调等各种问题。

心理学家

评估和诊断孩子可能存在的学习和发育问题，并在孩子的学习、行为和社交情绪上给予帮助。他们会帮助您的孩子学习知识、管理行为及调节情绪。

语言治疗师

针对语言与沟通问题进行评估、诊断，并提供支持和管理。治疗师还会帮助有进食或吞咽困难的儿童。

职能治疗师

评估和改进孩子投入与进行日常活动的能力。他们会帮助孩子培养认知、感觉信息处理、注意力、调节力以及自理的能力，并提升孩子的行为、社交、精细运动和游戏技能。他们还会教您如何调整家庭环境，以满足孩子的发展需要并鼓励孩子独立。

3. 社工

社工

帮助您和家人更好地了解孩子的长处和需改进的短处。他们还能帮您在家庭、孩子学校与社区之间建立牢固的伙伴关系。



政府资助的早期介入服务

政府与各种社会服务组织 (Social Service Agency) 和幼儿园开展合作，提供一系列经济实惠的计划，以满足学龄前儿童可能需要的各种早期介入辅助。

很多幼儿园都可提供启发辅助计划 – 学习支持计划 (Development Support-Learning Support (DS-LS)) 、升级版启发辅助计划 (Development Support-Plus (DS-Plus)) 、和包容性辅助计划(InSP) ，孩子可在一个放松自然的环境中获得支持。婴幼儿早期介入计划(Early Intervention Programme for Infants and Children (EIPIC) 和婴幼儿早期介入强化计划 - P (Early Intervention for Infants and Children - P (EIPIC-P)) 则由专门的早期介入中心提供。

早期介入计划

早期介入中心

需要中高程度早期介入辅助的孩子可参加早期介入中心提供的婴幼儿早期介入计划 (EIPIC) 和婴幼儿早期介入强化计划-P (EIPIC-P)

幼儿园

需要**中低程度**早期介入辅助的孩子可接受幼儿园提供的早期介入计划





婴幼儿早期介入计划（两岁以下孩童）
EIPIC Under-2s
- 适用于两岁以下的孩子
- 需要看护者陪伴孩子
- 非常重视看护者的培训，目的是在日常的居家生活中进行介入活动

婴幼儿早期介入计划
EIPIC@Centre
- 适用于两岁至六岁需要中高程度早期介入辅助的孩子

婴幼儿早期介入强化计划-P (EIPIC-P)
- 适用于两岁至六岁需要中高程度早期介入辅助的孩子
- 由私人介入服务提供方提供

升级版启发辅助计划 (DS-Plus)
- 为在婴幼儿早期介入计划下取得进展、目前需要低水平早期介入辅助的六岁以下孩子提供服务
- 早期介入教师者将在课堂上和其他幼儿教育工作者一起教导孩子

包容性辅助计划 (InSP)
- 适用于需要中度早期介入辅助的三到六岁孩子
- 早期介入教师和幼儿教育工作者将在课堂上共同策划和教导孩童，并与到访的综合医疗保健专业人员合作，将早期介入策略纳入孩童的日常学前作业中

启发辅助计划 (DS)
- 适用于在 K1 和 K2 阶段需要轻度早期介入辅助的孩子。通过疗程为孩子提供所需支持

学习支持计划 (LS)
- 适用于在 K1 和 K2 阶段需要轻度早期介入辅助的孩子。通过学习辅助教育工作者的介入为孩子提供所需的支持

早期介入教师、综合医疗保健专业人员和/或心理学家将根据儿童的需求，通过疗程或专门介入服务来支持儿童。

幼儿教育工作者、早期介入教师、学习辅助教育工作者、综合医疗保健专业人员和/或心理学家将根据项目和儿童的需求为儿童提供支持。

目录

启发辅助计划 – 学习支持计划 (DS-LS)

启发辅助计划 – 学习支持计划适用于在 K1 和 K2 阶段，并在语言与沟通、社交技能、运动技能、行为和读写能力等领域需要轻度早期介入辅助的孩子。这些计划着眼于帮助孩子培养相应的技能并提升其全面发展，且所有计划均在幼儿园环境中开展。

提供启发辅助计划 – 学习支持计划的幼儿园会评估您的孩子是否有资格参加这项计划。如果您孩子就读的幼儿园不提供启发辅助计划 – 学习支持计划，您可以要求他们联系相应的治疗团队。

婴幼儿早期介入计划 (EIPIC)

需要中度到重度早期介入辅助的孩子会被转诊至早期介入中心提供的婴幼儿早期介入计划。与启发辅助计划 – 学习支持计划和升级版启发辅助计划相比，婴幼儿早期介入计划能为孩子提供更深入的辅助；这些旨在提升孩子技能的介入服务，通常不会在幼儿园内进行（包容性辅助计划除外，详见下文）。您的孩子必须先经过专业医疗人员评估并获得推荐，才能参加婴幼儿早期介入计划。

EIPIC Under-2s 适用于两岁以下的孩子。它非常重视看护者的培训，目的是在日常的居家生活中进行介入活动。EIPIC Under-2s 计划需由看护者陪同参加。当孩子年满两周岁时，孩子将过渡到 EIPIC@Centre 计划。

EIPIC@Centre 适用于两岁至六岁的孩子。治疗和教育介入服务均由专业人员所组成的团队在早期介入中心举办，且实行小班教学。此外，还会针对孩子的进展定期进行评估，并根据您孩子的需求定制介入目标和策略。

升级版启发辅助计划 (DS-Plus)

升级版启发辅助计划旨在帮助那些已在婴幼儿早期介入计划中取得足够进展的孩子，在进入幼儿园时继续接受介入服务。符合要求的孩子必须同时报名参加早期介入中心和已接纳升级版启发辅助计划的幼儿园。您无需另外报名申请升级版启发辅助计划 - 如果您的孩子符合资格，早期介入专业人员会直接联系您。

包容性辅助计划 (InSP)

包容性辅助计划适用于需要中度早期介入辅助的三到六岁孩子。该计划将早期介入和幼儿园的学前教育整合为一体。指定的试点幼儿园拥有全职的早期介入教师和客座的综合医疗保健专业人员，他们与幼儿教育工作者 (early childhood educators) 密切合作，以帮助孩子更好地投入学前教育。

您可参阅以下资源，以获取更多的资料和信息：

- 残障咨讯指南网站详细介绍了政府资助的早期介入服务。
- Preschool Search Portal（幼儿园搜索门户）提供了幼儿园名录。如需了解关于幼儿园的更多信息以及如何为您的孩子挑选托儿服务，请参考幼儿培育署网站。
- 转诊流程信息图概述了您的孩子怎样被转诊至指定的早期介入计划的过程。

常见误解

如果我把孩子送到早期介入计划，那么孩子肯定会被贴上特殊教育或残疾的标签。我的孩子将来将无法过上正常生活，也难有成就。

寻求介入服务或诊断并不意味着您的孩子会被贴上有特殊需求的标签。介入服务有助于确保您的孩子获得他所需的辅助。有些在早期介入中心接受辅助服务的孩子会升入主流小学，而另一些孩子则可能会更适合入读特别教育学校(Special Education (SPED) Schools)。

入读特别教育学校的孩子也可以过上充实且有价值的生活。

介入服务应当以一对一的方式开展，这样才能更有效。

介入服务旨在创造改变，有可能在小组环境（例如课堂）或一对一环境中开展介入服务。例如，在各地点的早期介入中心里，由早期介入专业人员和综合医疗保健专业人员（通常是早期介入教师、言语治疗师、职能治疗师和心理学家）组成的团队协同合作，商定怎样满足孩子在日常课堂活动中的需求，就此作出建议，然后再由班主任落实。将介入措施纳入课堂日常活动，有助让孩子得到所需的连贯性而用心调整自己的行为从而孩子更好地成长。

帮孩子做好准备，以进入早期介入中心

如果您的孩子已被转入早期介入中心，请帮孩子做好准备，以让孩子更好地过渡到早期介入中心。

1. 带您的孩子前往该中心所在的社区，让他熟悉附近的环境。
2. 带您的孩子探索前往该中心的不同路线，让他熟悉这些路线。
3. 借助故事向孩子解释他将在课堂上见到什么— 会遇到的人、参加的活动等。
4. 确保您的孩子带齐了课堂上所需的全部物品 — 零食、水壶、替换衣物等。
5. 孩子参加婴幼儿早期介入计划课程时，要为孩子做好早起准备，以建立日常作息。例如，起床、吃早餐、刷牙、换衣服，然后出门。您也可以制作一个时间表来以方便向孩子说明。
6. 与孩子的婴幼儿早期介入计划老师沟通，并分享所有相关信息，以帮助老师了解该怎样才能最好地跟您的孩子一道合作。

您可参阅以下资源，以获取更多的信息和资料：

- 凝聚家庭理事会 (Families For Life) 育儿资源针对学前教育准备提供了很多资源。
- 残障咨讯指南网站详述了关于政府资助的早期介入计划的补助。

您可以做些什么

- 如果您的孩子已被转至婴幼儿早期介入计划，请报名参加由新加坡协助残障者自立局举办的 Start Right Workshop，以认识更多有关早期介入和社区的资源。点击*此处*即可了解关于其他计划的详细信息。
- 加入看护者互助群，以便与其他父母和家庭交流。如果您的孩子已在早期介入中心报名，请向该中心的个案工作人员咨询有关看护者互助群以及相关资源。



逐步退出早期介入服务

如果您的孩子正通过婴幼儿早期介入计划或幼儿园接受政府资助的计划，那么您的孩子将在以下情况下，退出当前的早期介入计划：

1. 您的孩子已达到小学入学年龄；或
2. 您的孩子在当前的早期介入计划中已取得进步，可过渡至另一个更能满足其发展需要的计划。

在早期介入计划结束时，帮助您孩子的专业人员将会与您联系，以讨论孩子在介入期间所取得的进展。

- 您将与辅导孩子的专业人员以及其他相关的专业人员（例如他的老师或治疗师）会面，结合孩子的介入目标，以及取得的进展。
- 您可借此机会探讨怎样在家中继续辅助孩子、可行的后续服务，以及怎样与专业人员一起监督孩子的进步。
- 您可以与孩子将要入读的新学校分享关键信息，以帮助孩子顺利过渡。

请参阅《了解不同的教育环境》章节，以了解学龄孩子的可选内容。

常见误解

一旦我的孩子完成了介入计划，他就不再需要定期监测技能和发展。

接受介入服务之后，您的孩子可能会仍然存在特定的发展需要。最佳做法是继续监测孩子的进展，观察他的需要，并通过定期练习新技能来帮助孩子巩固取得的进步。

您该如何支持孩子

身为家长，您在支持孩子接受介入服务上扮演的角色：

鼓励孩子的知心好友



- 鼓励孩子，认可他的努力和进展
- 庆祝每一次的努力和进步
- 花些时间去感同身受地理解孩子，孩子在成长过程中可能与许多困难搏斗

倡导者



- 带孩子一起去接受介入服务，体验社区生活
- 与孩子的老师和社区分享孩子的特殊需求
- 向相关机构申请孩子和家人所需的服务和支持

伙伴



- 即使是跟孩子一起征战，也需要休息和充电
- 加入**看护者互助群**，以找到更多同伴

学习者



- 收集信息，以了解孩子的特殊需求和可获得的辅助服务
- 找出最适合孩子学习的服务和学校
- 学习并制定在家辅助孩子的策略

合作者



- 同意与孩子的早期介入中心、幼儿园和儿科医生分享有关孩子长处和学习需求的信息
- 针对专业人员所推荐的策略提供反馈，评估这些策略用在孩子身上是否见效
- 将幼儿园和婴幼儿早期介入计划团队联系起来，使大家得以共同为促进您孩子的发展而努力
- 向教师和儿科医生告知您孩子在家中的新进展

老师



- 观察并培养孩子的优势、兴趣和学习风格
- 在日常的居家生活中，为孩子抓住学习机会。如需了解更多信息，请查阅 ECHO Frameworks 的家长工具包
- 寓教于乐，边玩边学能够事半功倍
- 帮助孩子学会与他人相处、学习新技能并顾及自己的需求
- 肯定并鼓励孩子的努力
- 为孩子树立积极向上的榜样

目录

如何为孩子的学习创建支持性环境：

1. 与孩子建立牢固的亲子关系

a) **牢固的亲子关系至关重要。当孩子感到您坚定的支持和关爱时，他会：**

i) 尝试新事物并从中积累经验。

ii) 当面临挑战时会向您寻求指导。

b) **因此，创建充满信任和关爱的环境非常重要，这样才能与孩子建立起牢固的亲子关系。另一些建议包括：**

i) 与孩子共度有质量的时光。

- 参加孩子喜欢的活动，例如玩棋盘游戏或去公园。
- 通过游戏来与孩子互动。一起玩耍可以使孩子感到关爱和安全，从而巩固您与孩子的亲子关系。
- 如果您有多个孩子，请花些时间与每个孩子单独相处，这点非常重要。
- 与孩子共度时光也会是一个良好的学习机会。例如，当您和孩子一起阅读时，可以帮助他提炼语言技能。
- 让孩子一起参与日常活动，例如一起做家务。这是一个为您的孩子提供学习生活技能并培养责任感的好机会。

ii) 建立信任关系，以帮助培养牢固的亲情。

- 如果孩子需要您的帮助和支持，请站在他的身边。
- 理解并尊重孩子作为他自己的本性。

c) **如需关于如何建立牢固关系及与孩子互动的更多资源，请参阅残障咨讯指南网站。**

2. 确定孩子的优势

a) **了解孩子的优势和喜欢做些什么。**

i) 例如，如果孩子擅长唱歌但却并不喜欢唱，那么唱歌就只是一项技能，而非兴趣。

ii) 如果孩子在阅读、写作和谈话方面需要更多的支持，那么您需要想办法帮助他提升这些技能。不过，您也应当培养他天生的兴趣和优势。

b) **以下是关于发掘和培养孩子优势的一些建议：**

i) 观察哪些活动最能激励您的孩子。如果您的孩子已能表达出自己的想法，问问他喜欢做什么。

ii) 除了学业的优势，还要关注孩子在非学业领域的长处。

iii) 让孩子参与自己最擅长的各种活动。

iv) 支持孩子的兴趣和优势。例如，如果孩子喜欢音乐，您可以送他去上音乐课。

v) 以具有创意的方法来利用孩子的优势，帮助他应对自己不擅长的事务。

vi) 当孩子表现出色时，就他的具体行事提出表扬，庆祝孩子的成就，以提升他的信心。

c) **为何认可孩子的优势极其重要。**

3. 帮助孩子克服挑战和困难

i) *当孩子表现出叛逆的行为时，他们可能会难以管教。但最重要的是提醒自己，孩子的行为是一种交流形式。*

ii) *通常，孩子会在以下情况时表现出叛逆行为：*

- 他们无法清楚表达自己的想法。
- 他们很难理解别人。
- 他们没能得到自己想要的东西。
- 他们感到难以掌控局面（例如，惯常的事务突然起了变化，不能选择自己想要看或吃的东西）。
- 他们的需求未能得到满足。
- 他们难以控制诸如悲伤或恐惧等强烈的情绪。
- 他们又累又饿。
- 他们在身体或心理上感到不适。
- 他们想要避免自己觉得不愉快的情况。

iii) *通过观察，学会识别触发孩子叛逆行为的原因。注意这些情况的相关细节。需要考虑的问题包括“谁曾在孩子身旁？在此事之前、期间及之后发生了什么事？”*

iv) *之后，您可以利用这些信息来找出引发孩子叛逆行为的原因及其影响，并摸清这当中显现了什么与孩子行为有关的模式。*

v) *如需获取关于如何管理孩子叛逆行为的更多资源，请参阅残障咨讯指南网站。*

摸透人际出现变化时显现的情绪

教育和发展心理学家 Pamela 分享父母可以如何帮助孩子厘清成长中的行为变化。这其中包括帮助有特殊需求的孩子厘清自己的复杂想法和情绪。

点击***此处***即可观看视频。

帮助孩子管理自己的情绪和行为

竹脚妇幼医院旗下儿童发展部的心理学家 Koh Hwan Cui 博士就如何帮助孩子做好入学准备分享了各种资源。其中包括愤怒管理和如何应对 COVID-19 疫情。

点击***此处***即可观看视频。

管理叛逆行为

来自国立大学医院儿童发展部的 Tammy Lim 博士、Alison Cheng 女士和 Hepsi Priyadharsini 女士讲解了叛逆行为出现的原因、如何找出解决这种行为的方法以及怎样教导替代行为。

点击***此处***即可观看视频。

有特殊需要儿童的焦虑

来自心理卫生学院的 Sung Min 博士就父母如何帮助孩子理解和管理焦虑分享了一些建议。其中提及了可用于解决该问题的多项工具和举措。

点击***此处***即可观看视频。

常见误解

我的孩子表现出叛逆行为，是为了得到关注或故意刁难。

行为是一种沟通形式。孩子会因各种愿意表现出叛逆行为。有些孩子会通过这种行为来得到自己想要的东西，但有些孩子在调整自己的情绪或表达自己的想法和感受上有特定的困难。有些人可能感到不适、有特殊习惯、感觉恐惧或有未被满足的需求，他们可能会通过叛逆的行为来表达自己。**您可能需要煞费苦心才能真正了解导致孩子表现出叛逆行为的原因，但重要的是要有耐心，并不断尝试去厘清他们要表达的意思。**

4. 在家中营造有利于培养孩子学习的环境

a) **早期介入并不仅在早期介入中心或课堂施行。还需要在家中练习，以便将所学内容融入至日常生活。打造一个专门的学习空间，让孩子更轻松地专注于您和面前要做的事。**

b) **确保您的孩子拥有适宜的环境，拥有充足的光线和舒适的家具。**

c) **在学习环境中备齐必要的学习材料，且保持整齐有序。**

d) **保持学习环境整洁干净，尽量减少噪音和视线干扰。**

e) **制定时间表，让孩子清楚知道当天安排的事项和目标。按照孩子的水平，以图片或文字形式设计时间表。将时间表放在显眼的位置，以提醒孩子要完成的任务。**

f) **鼓励年龄大一点的孩子为自己的学习环境添加装饰或艺术品，以打造个性化空间，这能为他们营造归属感，并帮助他们保持积极性。**

g) **建立日常作息，例如吃饭时间和就寝时间。借助日常作息，孩子会知道自己需要在什么时候做什么事情。这些日常习惯将为孩子的生活带来可预测的规律，帮助孩子培养生活、学习和玩耍所需的技能。**

h) **培养健康的生活习惯、护理习惯和睡眠习惯对孩子的成长和发展至关重要。**

i) **如需了解更多关于帮助孩子建立日常作息并培养好习惯的方法，请参阅残障咨讯指南网站。**

与 Lim Hong Huay 博士一起借助日常作息来打造理性

Lim 博士是孩子的主要看护者。她的孩子中有两个有特殊需要。她也是一名儿科医生兼流行病学家。她分享了自己怎样借助日常作息来让自己和孩子的生活更有规律，同时改善情绪、思想、身体和健康。她的建议特别适用于居家学习的环境。

点击***此处***即可观看视频。

03

从早期介入过渡至学习年龄的教育选项



目录



当您的孩子完成早期介入计划 (Early Intervention) 和/或学前教育后，您就需要考虑怎么样的教学环境最能够帮助孩子成长。在新加坡，于2003年颁布的《根据强制教育法令》(Compulsory Education (CE) Act) 规定，居住在新加坡，并达入学年龄 (6岁~15岁) 的新加坡公民都必须接受小学教育。法令还规定，2012年1月1日以后出生，有特殊教育需要 (Special Educational Needs) 的小孩也必须入读政府资助的特别教育学校 (Special Education (SPED) Schools) 或主流小学，以接受小学教育，除非已得到豁免。

您必须了解孩子的需求，以为他的教育途径以及最适合的辅助服务做出最好的决定。在本章节，您将详细了解：

- *为孩子挑选合适的教育途径时需要考虑的事项；*
- *可供选择的不同教育途径；以及*
- *怎样通过建立强大的辅助系统来帮助孩子从婴幼儿早期介入计划和/或幼儿园顺利过渡到下一个教育环境。*

[8] *当孩子被正式诊断为患有残疾、需要不同或超出一般的额外资源、与同龄孩子相比表现出学习困难、在使用教育设施时显现困难，又或在社交、学业、身体或感官方面存在障碍，那么孩子就会被归类为有特殊教育需要。*

选择合适的教育途径时应考虑的事项

可行的教育途径

对孩子的人生来说，下一个重要里程碑就是从幼儿园过渡到学龄期。孩子的选项包括：

1 主流小学

适合具备认知能力和适应能力的孩子，孩子将在全国统一课程下受教育并融入主流学习环境。

2 特别教育学校 (Special Education (SPED) Schools)

适用于需要更强效的专业辅助的定制课程，以便培养基本的读写和算术技能，以及过好日常生活并在小组环境中学习的适应能力的孩子。

延期缓入学 (Deferment)

专业医疗人员或早期介入专业人员(Early Intervention Professionals) 可能会在评估您的孩子后，确定孩子因健康状况、特殊教育需要 (Special Educational Needs)、发展迟缓或其他情况，尚没准备好过渡至正规教学环境。您可以为孩子申请延期入读小学一年级或特别教育一年级。申请时须附上具资格的专业医疗人员给予的证明。



在为孩子选择合适教育途径时，您必须理解、接受和支持孩子的学习需求，并认可、重视且培养孩子的优势。可供选择的教育途径很多。不同的教育途径，可以让拥有不同强点和需要的孩子，在人生每个阶段得到既适时又最适合的辅助，从而帮孩子实现最好的发展。

应当按孩子当前的发育水平、强点和需求以及是否为入学做好准来决定教育途径。这样，孩子就可获得最合适的资源和辅助类别，协助孩子最大限度地发挥潜藏的能力。

转学时的全面评估

您孩子的心理学家及其他专业医疗人员或综合医疗保健专业人员 (Allied Health Professional) 可能会建议您孩子参加入学测试 (School Placement Test) 或适学能力评估 (School Readiness Assessment)，以便在幼儿园/婴幼儿早期介入计划 (Early Intervention Programme for Infants and Children) 结束之后，为孩子找到最合适的教育环境。评估将让你更清楚了解孩子的认知能力，诸如沟通、社交和自理等适应能力，以及读写和计算等学习能力。

这类评估通常会在孩子已适龄入读小学一年级或特殊教育一年级时进行。

目录

常见误解

如果我送孩子去参加入学评估或入学准备评估，那么孩子就必须去读特别教育学校校。

为孩子选择哪所学校，最终决定权在家长手中。通过评估，专业人员将帮您更好地了解孩子的需求，并推荐您的孩子可从中哪些辅助类型和水平中获益，以及最为适合孩子的教育环境。评估可视为孩子的择校指南，以帮您决定哪种教育环境最适合您孩子的学习和健康发展。

即使专业人员根据入学评估建议孩子最好去读特别教育学校，孩子还是入读主流小学较好，因为孩子可能在那里发展得更好。

如果照顾孩子的专业人员经过评估之后，发现入读特别教育学校的定制课程能够更好地满足孩子的需求，那么建议您还是送孩子就读专业人员所推荐的学校。主流小学的要求以及辅助与资源水平可能无法让您的孩子受益，也无法充分应对其需求。入读能提供适合孩子辅助服务和定制计划的特别教育学校，能让孩子按自己的节奏学习，有利于他的久远发展。

评估结果可助您做出最明智的决定，从而为孩子选择最合适的教育途径。照顾孩子的早期介入专业人员将会就转校事宜，向您提供建议，并鼓励您带孩子接受评估。



情绪审视

确定孩子的教育途径是件耗时耗力的事情。发掘孩子的长处和需求、了解他所需的辅助以及申请合适学校的旅途可能充满了颠簸。在这个过程中，您可以向照顾孩子的专业医疗人员和早期介入专业人员寻求帮助。

目录

您应当何时考虑合适孩子的教育途径?

当您准备让孩子过渡到正规教育时，请为孩子、您自己以及家人考虑这些事项。

	K1	K2*
您能为孩子做些什么	• 确定您的孩子在认知能力和适应能力，并耐心地了解他能够胜任的事务 • 花些时间收集资料，了解孩子的教育选项，以及各选项为孩子提供的支援 • 与孩子的老师、早期介入专业人员或综合医疗保健人员探讨孩子的需求、可行的过渡计划和评估。 • 如有必要，考虑延缓入学	• 尽早开始入学申请流程。请注意，申请特别教育学校的过程可能长达一年 • 送孩子去做必要的评估，以确定他们的能力和技能 • 收集必要的报告并留意申请日期 • 如果可以，去参观一下学校 • 同孩子谈谈上学的事情，消除其疑虑并制定策略 • 给您的孩子打气，让他在学校尽自己最大的努力
您能为自己做些什么	• 同其他家长谈谈您的情况 • 想一想自己的期望和信念；如有必要，加以调整 • 阅读与了解如何营造适合孩子学习与成长的环境 • 了解孩子在小学阶段能够获得哪些辅助	• 敞开心扉 • 提出疑问 • 同早期介入提供方或竹脚妇幼医院/国立大学医院的儿科医生沟通，以详细了解由教育部 (Ministry Of Education)、竹脚妇幼医院和国立大学医院所组织的有关特别教育学校的家长论坛 • 加入看护者互助群，以便收集有关下一步骤的意见和资源
您可以同配偶/家人做些什么的事	• 同家人谈谈可行的选项 • 全家人应该多沟通，保持一致的期望、价值观和想法 • 分享你们的发现	• 邀请配偶一起参与和 投入学习，共同做出决定 • 向孩子的祖父母解释，并划定界限 • 让时间使新的生活习惯沉淀

** 请注意，如果您的孩子已经延期入读小学一年级，那么同样的流程在1年后依然适用。*

目录

写给年轻时自己的一封信

在这段视频中，Terence Lew 分享了想要对年轻时的自己说的话。这是一段鼓舞人心的视频，其中展示了他如何身残志坚，克服困难。

点击***此处***即可观看视频。

养育患有自闭症障碍的孩子

Noah 在三岁时被诊断出患有自闭症障碍。他长大后在新加坡国立大学攻读期间获得了奖学金。

点击***此处***即可查阅 Noah 的母亲 Florence Goh 女士抚育患有自闭症障碍的孩子的历程。

查阅详细信息

- 在残障咨讯指南网站中阐述人生阶段的章节，介绍了孩子将经历的各个阶段和过渡期，以及您可能会为孩子考虑的各种方案。
- 残障咨讯指南网站服务目录可帮您为孩子找到最合适的服务提供方。
- Schoolbag Newsletter 介绍了主流学校及特别教育学校的各种计划和辅助内容。
- 彩虹中心早期介入计划的家长手册介绍了过渡流程的各个阶段以及注意事项和资源，以帮助您做好准备。

了解不同的教育环境

主流小学

所有主流学校

主流小学适合那些在学习全国统一课程并融入主流学习环境上具备认知能力和适应能力的孩子。主流小学可以接纳有特殊教育需要的学生，包括轻度自闭症障碍、注意缺陷与多动障碍、阅读障碍、听障和视障。

主流学校提供一系列校内支援计划。老师有基本的了解和策略，帮助在课堂上有特殊教育需要的学生。学校还拥有已接受过特殊需要培训的教师(Teachers trained in Special Needs)、学习辅助和行为辅助的协作教育工作者 (Allied Educators (Learning and Behavioural Support))、介入和辅助计划，以及其他专门为需要额外帮助的孩子打造的环境。您可以参考教育部的SchoolFinder，以获取详细信息，从而为有特殊教育需要的孩子确定最适合的学校。**如果您的孩子需要额外的支持，应在报名时告知学校，以便学校提供适当的辅助。**

专题故事

为孩子做好入读主流学校的准备

如果您的孩子有特殊教育需要，并在主流学校上学，您可能会非常担心。种种问题可能浮上您的心头，例如“他们能不能应付？”、“他们是否适应不了？”。首席教育心理学家兼副教授 Mariam Aljunied 博士分享了有特殊教育需要孩子入读主流学校会遇到什么，以及家长如何帮助孩子尽可能地顺利完成适应过程。点击*此处*即可查阅 Mariam 教授分享的内容。

每个孩子都有学习和成功的潜力

身为一个患有阅读障碍的孩子的家长，弗洛 (Flora) 回忆起发现孩子对艺术有着惊人的热情和天分时的转折点。她与孩子的学校携手合作，共同帮助孩子投身于艺术追求，而后来，孩子凭借自己的才华获得了无数肯定才华的赞誉和奖项。点击*此处*即可查阅她的故事，以及她怎样帮助孩子绽放才华。

为主流学校里有特殊需要的学生提供帮助

乐赛小学的一位协作教育工作者（学习辅助和行为辅助) Mohammad Azhari Bin Basiran 先生分享了他在主流学校帮助有特殊教育需要学生的经验和观点。点击*此处*即可查阅他的经验。



指定的主流学校

本地有些指定的主流学校，会专门为有中度至重度听障或视障的孩子提供专业辅助。

如需详细了解此类学校的环境、文化和课程，请登录这些学校的网站、在开放日亲自造访学校或登录 Schoolbag，以查阅关于主流学校内课程和辅助的详细信息。

回顾我的学生生涯

完全聋盲的 Tan Siew Ling 分享了她上学的经历。她谈到了帮她克服残障的各种资源，以及当今的教育环境怎样更加包容像她这样的孩子。点击*此处*即可查阅她的故事。

关爱之旅

Glen育有一位自闭症的孩子。他分享了自己和家人在理解并满足孩子需求的过程中所遇到的各种挑战。尽管在育儿过程中遇到了重重困难，但他仍然保持着积极向上的态度，竭尽所能帮助孩子学习和成长。点击*此处*即可查阅他的经验以及他对孩子的期望。

目录

如需了解怎样帮助孩子从幼儿园顺利过渡至小学，请点击此处。

其他注意事项包括：

- 从家到学校的距离；和
- 孩子的兴趣和学校的课外活动。

在孩子入学后，如有必要，您可直接联系学校，以商讨怎样向孩子介绍学校的环境、课程和相关教职工。

申请流程

教育部通常在每年的七月至八月举办小学一年级报名活动。在结果公布日，报名结果将会通过短信形式告知家长。如要了解小学一年级报名的详细信息，请点击此处。

您可以做些什么

选择学校时，请考虑以下建议：

- 帮孩子做好准备，以便顺利过渡到学龄阶段，并咨询负责您孩子的医生和/或早期介入专业人员、孩子当前就读的幼儿园以及会中选的小学。同这些关键人员沟通，以确定您孩子的需求及所需的辅助。
- 了解关于学校文化和课程的详细信息。充分考虑孩子的需求和偏好，这将有助于获得最好的**匹配和支持**。
- 让孩子参与这整个探索过程。与孩子一起参加学校的开放日，或是阅读学校的网站并咨询学校教职人员，以了解更多信息。如果可以，安排孩子参观您属意的学校，看看他是否适应该校环境。如果您的孩子喜欢这所新学校，参观学校之旅将会鼓励孩子，让他们对校园生活更加期待。
- 如果可以，同配偶一起参加开放日，或是阅读学校的网站并咨询学校教职人员，以了解更多信息。
- 您可以参考教育部的指南，例如《如何选择小学》和《为孩子选择哪所学校？给有特殊教育需求的儿童的家长指引的手册》，以便为有特殊教育需要的孩子确定哪所是最能提供帮助的学校。
- 如果您准备送孩子入读特别教育学校，请参考教育部的指南《为特殊人生打特别教育：新加坡特别教育学校信息指南》和教育部专为特殊教育学校设立的网站，以了解更多信息。

特殊教育学校

如果您的孩子需要更高水平的教育辅助，那么他可能会从定制课程和额外支持受益，从而提升其的基本读写能力、算术能力和适应能力（例如沟通技巧、管理日常生活需求的技能、与他人交往和管理情绪的能力）。所有特别教育学校都会针对有中度至重度特殊教育需求的儿童提供更强效的定制课程。

您得将特殊教育申请表连带所需文件提交给您首选的特别教育学校。与主流小学一样，不同特别教育学校的申请截止日期不同，但都是在孩子入读的前一年。您可在教育部网站上找到特殊教育申请表的表格及其随附的用户手册，以及特殊教育申请日期。

您可以做些什么

对于申请过程，请考虑以下建议：

- 您可在申请表上填写最多**三所特别教育学校**。重点考虑事项包括，合格的专业人员提出的评估和建议、学校的课程是否适合您孩子的需求，以及从家到学校的距离。
- 请注意，各所学校的申请时间可能会有所不同。
- 请仔细附上所有所需文件。只有当**所有**必要的文件都提交齐全，申请才会被受理。
- 您将在提交申请之后的**三至六个月内**收到申请结果。如果您在提交申请之后的一个月内仍未收到任何消息，可以联系您所申请的特别教育学校，以了解申请进度。
- 请在收到录取通知书后的**两周之内**，为孩子在学校报名。
- 如需了解关于申请流程的详细信息，请点击*此处*。

查阅详细信息

- 常见问题
- SchoolFinder | 教育部
- 特殊教育需求资源
- 如需详细了解学校所提供的辅助内容，请参考残障咨讯指南网站

延缓入学

让您的孩子延期进入下一阶段的教育（即幼儿园/婴幼儿早期介入计划 (EIPIC) 结束之后的教育）。**只有在特殊情况下**（当您的孩子需要更多时间培养接受正规教育所需的技能），合格的专业医疗人员和/或早期介入专业人员才会建议延缓入学。教育部会认真考虑每一份延缓入学申请。所有申请都必须附有专业医疗人员给予支持的证明。您可以参考教育部的延缓入学申请表，以了解更多信息。

如果已从婴幼儿早期介入计划处获得评估和推荐，申请时就无需再提供专业医疗人员的证明。

如果孩子被建议延缓入学，您需要知道些什么

- 根据《强制教育法案》，延期进入下一教育阶段的所有孩子在整个延期期间，都需要入读幼儿园或早期介入中心（除非教育部已给予豁免，让孩子接受由系统的家庭教育）。
- 延期期间，建议让您的孩子接受有针对性的辅助和学习机会，以便掌握必要的知识和技能，从而为上学做好准备。
- 您应当持续监测和检查孩子的进展，并在延期结束之前就下一个教育阶段的安排咨询专业人员。

专题故事

为有特殊教育需要的孩子寻找学校

在所有有特殊教育需要的孩子中，20%就读于政府资助的特别教育学校。教育部的首席教育心理学家 Chong Suet Ling 女士详细讲解了特殊教育课程发生了什么改变，以及如何为孩子选择特别教育学校。点击*此处*即可查阅 Chong 博士的建议。

通过个人教育计划，同孩子的特别教育学校教师一同巩固家庭和学校的联系

点击*此处*即可查阅如何同孩子的学校合作，以便定制个性化的教育计划，从而为孩子在学校的需求提供支援。

您并非孤军奋战

一位自闭症少年的母亲分享了她抚养特殊孩子的经历。点击*此处*即可查阅她给面对同样情况的家长们写的信。

共同的旅程：建立友谊一忆恩学校和伊丽莎白公主小学

友谊是通过共同的活动和相同的兴趣建立起来。Jaylen Lai 和 Prapvina Bathmanathan 的友谊正是在一起打羽毛球时缔结的。点击*此处*即可了解 就读于忆恩学校的自闭症儿童 Jayden 怎样与伊丽莎白公主小学共融游戏 (Play Inclusive) 计划的成员 Prapvina 邂逅。

教育有特殊需求的孩子

一位母亲对自闭症儿子的爱，成就了一段可圈可点的教育和自我发现之旅，其中就包括为儿子挑选合适的学校。点击*此处*即可查阅 Brenda 的故事。

如何帮助孩子顺利过渡

为了确保孩子从幼儿园/婴幼儿早期介入计划顺利过渡至主流小学或特别教育学校，您可与专业人员、学校及孩子一起配合，在孩子融入期间帮助孩子适应这些转变。

情绪审视

转变对您自己和孩子来说都是一项挑战

- 在观察孩子的强点和需求时，可能需要不断调整您的希望、梦想以及对孩子的期望。
- 随着孩子转入新学校（可能是您心仪的学校，也可能不是），您可能会感到难过或焦虑。
- 学会照顾自己。尤其重要的是必须悉心照顾自己的情绪、心态和身体健康，以确保自己、孩子和家人在整个过渡期间都保持最佳状态。

针对有发展需要者和具体残疾支援群所提供的资源如下：

- 残障咨讯指南网站 – 支援群
- Caring.SG 资源（仅限会员，可免费注册）

同时还应了解由学校/社会服务组织 (SSA) 组织的各种家长支援群。

- 随着孩子升入新学校，请不要忘了庆祝孩子在旅途中所取得的每一个小小的进步。这些胜利的点点滴滴会给您力量，使您有勇气面对未来。
- 在探索过程中，尽可能地让家里的重要成人（例如祖父母）都参与进来。只有当您的决定和计划得到家人的更多理解和支持，那么家庭才能凝聚一体，成为孩子的坚实后盾，孩子迈入生活的下一个阶段也就更容易办到。

目录



帮孩子做好入读新学校的准备

孩子需要您的全力支持，才能做好准备，顺利地从一个教育阶段过渡到下一个。**您是孩子的重要支柱和联系人**。在孩子进入新环境**之前**，您需要联系孩子的新学校并提供相关信息，这些都至关重要。

您可以做些什么

- **主动联系：**录取您孩子的学校，并在入学的当儿与学校工作人员会面，讨论孩子的需求。
- **与录取学校分享信息：**例如报告（由专业人员进行的评估、转校报告等）和您孩子在早期介入中心或幼儿园的教育计划，或是孩子所用的任何材料和设备。这些信息能帮助录取学校更全面地了解您的孩子，以便为孩子制定计划并提供必要的辅助，从而让孩子一开始就有良好的根基，顺利融入校园生活。
    a. 如果您的孩子正要入读主流小学，而您希望孩子的老师能了解孩子有哪些需求，那么您可以提前（例如，入学当年之前的十月份）将孩子的情况知会学校。
    b. 如果您的孩子将入读特别教育学校，请务必在特殊教育学校的申请表上列明孩子的这些关键信息。
- **沟通：**与孩子的学校沟通。学校将会提供您孩子的最新信息。与此同时，也鼓励家长与学校和老师坦诚分享和定期沟通，以便大家共同努力给支孩子支援。您也可以把孩子的早期介入教师和/或幼儿园老师与录取学校联系起来，以商讨辅助计划。

帮孩子做好准备

对孩子来说，这将是全新的环境，您应当多花些时间与孩子倾谈，以介绍那个新环境，并向他说明可能会遇到的各种变化。

您可以做些什么

- **培养孩子的独立性**：大多数早期介入计划都会在孩子的 K2 学年结束之前整理好入学准备计划。也有私人业者提供入学准备计划。与照顾孩子的老师、学习辅助教育工作者、综合医疗保健专业人员或早期介入教师一起商定怎样在家里和社群里帮助孩子巩固所需的技能。
- **帮孩子在社交与情绪上整装待发**：与早期介入提供者探讨孩子在社交与情绪方面的发展。您可以向早期介入提供者询问哪些策略最能帮孩子表达其需求并预防欺凌。您也可以同新学校的老师讨论帮助孩子适应新校园生活的伙伴（例如，有些学校会分派高年级同学与低年级学生结为伙伴）。
- **清楚说明课堂期望和校规**：为让孩子入读新学校有所准备，您可以向孩子讲解学校的一些规定、其推崇的价值观以及课堂上的行为规范（例如，上课时要在课桌前端正坐好，中休时怎样跟着同学们一起前往食堂购买餐食）。耐心地向孩子反复说明这些会遇到的事。
- **帮助孩子建立健康的作息规律**：确保孩子睡眠充足。要确保孩子身体健康从而能融入各种校园活动，健康饮食非常重要。
- **监督**：观察并留心孩子在新学校开课后的行为、睡眠模式、食欲等是否有所改变。有些孩子在适应新学校的当儿可能会出现这么一些变化，观察孩子能让您大致了解他是怎样应对这个过渡期的。



目录

如需了解关于孩子入学准备的更多注意事项，请参考教育部为帮助家长给孩子做入学准备而提供的资源包：

- 家长工具包 (Parent Kit)：从幼儿园过渡到小学
- 帮孩子做好各种准备入读新学校：给有额外需求儿童的家长的资源包
- 开启您的小学一年级旅程

在为此过渡做准备时，您也许要考虑以下事项：

- 孩子入读小学时可选的介入和看护方式，以及就教育途径做决定。
- 继续培养孩子的优势、兴趣和爱好。

在家巩固入学准备

安妮特 (Annette) 是一位全职妈妈，她的三个儿子都被诊断出患有自闭症。她分享了如何在家培养良好学习习惯以及她利用什么资源帮孩子们做好小学入学准备。

点击***此处***即可观看采访。

您自己和家人也要做好准备

在与孩子以及将其将入读的学校沟通之后，您自己和家人为过渡做好准备也一样重要。

您可以做些什么

- **给自己和孩子一些时间来调整适应。**对于有发展需要的孩子来说，需要至少三个月的时间才能完全融入新环境。您和家人也需要的相同的时间适应。
- **为日常作息的改变做好准备。**当孩子步入新学校时，您的家庭作息和的安排可能也要调整。经历过这些转变的家庭会发现，为孩子和家人制定时间表非常有用。与孩子交流，向他解释这些变化及预期会发生什么。
- **建立缓冲期。**如果孩子在过渡期间显得焦虑，您可以多给他一些时间，以帮他适应新的校园常态。例如，您在早上可以带孩子早些到学校，让他熟悉环境。或者，您可以同孩子倾谈，告诉他对于变化感到焦虑是很正常的，并向他保证您和学校都会全程给予支持。如果孩子在学校或家里遇到一些状况需要更多支持，您可能还要调整自己的个人生活和工作时间。同您的配偶或其他家庭成员叙谈您将怎样安排时间，以便陪伴孩子。
- **帮孩子熟悉校园常态。**您也可以效仿学校的环境，安排一些活动和建立一些规则。此外，让孩子练习做一些在新学校里须自己做的事（例如收拾和整理自己的东西），也对孩子适应新学校环境有所帮助。

04

支持自己和家人



目录

前几章重点介绍了您孩子及其发展，以及您如何支援孩子的成长和过渡。在本章，我们将重点关注孩子的主要看护者。

当您竭尽所能为孩子付出时，您看起来威力无穷，坚不可摧。**但是，为了照顾好孩子和家人，您首先要照顾好自己。您应当知道您也可寻求帮助。**

本章为您提供一些资源，使您：

- *让自己准备好成为称职的看护者；*
- *作为看护者所能获取的支持；*
- *建立强大的家庭支持系统；以及*
- *规划未来。*

如何为看护责任做好准备

随着知识和技能的积累，您会发现自己信心备增，能够更好地帮助孩子和家人。您可以与了解您的经历的其他看护者建立联系。其他的看护者能支援您在看护的旅途中挺进。

您可以着手做以下的事:

查找培训课程和社区活动:

a. 看护者培训津贴 (Caregivers Training Grant – AIC) 每年都会发放补贴，以鼓励看护者参加已获审批的各种课程，这些课程涵盖的主题五花八门，例如日常护理和社会心理支持，为的是让您更妥善地照顾您亲爱的人。

b. 未来技能 (SkillsFuture Singapore) 开设了一系列护理课程，您可以使用自己的技能创前程培训补助，学习新技能或提升现有技能。

c. 残障咨讯指南的活动页整合了适和残疾人士和他们的看护者参与的各种社区活动。(https://www.enablingguide.sg/events)

d. CaringSG 的 CAREconnect 活动在既有护理知识和技能上锦上添花，改善家庭凝聚力，并巩固家庭与邻里及社区伙伴之间的联系。

e. 家长教育支持机构 (Parenting Support Providers) 提供育儿方面的相关培训和支持，您可能会觉得很实用。

寻找合适的看护者互助群，或向CaringSG申请一个伙伴

a. 残障咨讯指南网站按照残疾类型编制了一份互助群名单，您可以据此加入一个能在您的护理征程中给您支持的平台。

b. CaringSG 为合适的家长互助群提供支援。 加入 CaringSG 成为会员后，您可以申请结交一个伙伴。

c. 请咨询您的早期介入中心/早期介入提供方，看看他们能否提供互助群服务。

访问以下网站获取实用资源

a. 残障咨讯指南是一个‘一站式’的网络平台，让残障人士和他们的看护者更容易地寻找协助。(https://www.enablingguide.sg/)

b. 凝聚家庭理事会 (Families For Life) 育儿资源提供有各种育儿资源，并详细介绍了您可采用的计划。

c. HealthHub 包含许多关于如何过上健康积极的生活的资源、信息和建议。

d. CaringSG 会员资源页面提供了许多链接，可阅读一系列资源、按兴趣分类的活动以及包容性社区，查找帮助亲子以及培养孩子兴趣和才华的活动。

目录

看护者可申请的补助

相关的看护费用会随着时间越积越多。有许多种方案供您和家人采用，可帮助支付与应对相关的费用。这些方案的详细信息如下。

政府资助的早期介入计划所提供的补助

为婴幼儿早期介入计划(Early Intervention Programme for Infants and Children (EIPIC))、升级版启发辅助计划 (Development Support Plus (DS-Plus)) 和启发辅助计划 – 学习支持计划 (Development Support – Learning Support (DS-LS)) 发放的补贴，会根据家庭人均收入，将符合条件的家庭自动列入补贴。扣除补贴后，新加坡公民的收费每月介于5元至430元之间。

请联系您的早期介入服务提供方，以了解关于这些补贴的详细信息。

早期介入 (Early Intervention) 服务提供方还会向急需更多帮助的家庭提供额外的财政支持。例如，如果您家里有多个孩子需要接受早期介入服务，或是有多名需供养者需长期护理，那么您可以申请重新核算您的补贴。



补贴是怎样核算的?

政府会通过审核收入平均，提供更高的补贴。

例如，您一家四口，家庭总收入为8,000元（即家庭人均收入2,000元），扣除为孩子提供的补贴之后，您付给婴幼儿早期介入计划的自付费用将为每月130元。

您可以参阅新加坡协助残障者自立局的网站，以参考相关的早期介入计划，详细了解相关计划的费用。

其他与早期介入计划有关的补贴

除了政府为资助早期介入计划而提供的补贴之外，看护者还可利用以下资源：

- 志愿福利团体交通津贴计划 (VWO Transport Subsidy (VWOTS) Scheme) 支援符合资格的残疾的新加坡公民和永久居民，帮助需要用到社会服务机构所提供的专用交通工具的人士可以到得了早期介入中心、特殊教育学校、日间活动中心、庇护工场和特殊学生关怀中心。
- 新加坡科技辅助基金 (Assistive Technology Fund)也提供支援，以鼓励及早采用辅助科技 (Assistive Technology)，从而能帮助您的孩子学习和发展。
  - **辅助科技包括设备和软件，旨在通过提升一个人在日常的做事能力，来帮助他提升功效生活。**辅助科技的例子包括助听器、轮椅、沟通辅具、语音输出软件等等。

目录

针对看护者提供的经济支持

有各种经济支持计划和补助，帮助家庭支付看护和日常护理开支。

- **看护:**
  i. 家庭护理补助（Home Caregiving Grant）是指为家中亲人患有永久性中度残疾者提供每月 200 元的现金补贴。
  ii. 看护者培训津贴。
  iii. 外籍家庭佣工税收优惠制度（Foreign Domestic Worker (FDW) Levy Concession for Persons with Disabilities）可帮助其家庭以优惠税率支付外籍女佣人头税。
- **退税：** 残障子女估－税回扣（Handicapped Child Relief）旨在认可您为支持孩子所付出的努力。
- **社区关怀计划:** 为您的家庭提供短期、中期和长期支持。

对低收入家庭提供了幼儿培育辅助计划（KidSTART），以帮助孩子拥有良好的人生开端。您可咨询孩子就读的幼儿园，以详细了解幼儿培育辅助计划能如何在您的旅途中给予支援。

发展障碍登记（Developmental Disabilities Registry）身份卡旨在辨识走失的发展障碍人士，并为他们提供相应的帮助。身份卡还含有一项福利计划，让持卡人享受由参与的公司提供的各种折扣服务和设施。

如需详细了解以上对您本人、孩子和家人提供的财政补助和支持，请参阅残障咨讯指南网站。

如果您的家庭在获得各种经济补助之后仍然需要更为全面的支持，您可以向离家最近的家庭服务中心寻求帮助。如要查找离您最近的家庭服务中心（Family Service Centre），请参阅社会及家庭发展部名录。您也可以参阅 SupportGoWhere，查看切合您情况的辅助方案。

让家人参与

家人的支持能帮助您在育儿的过程中更好地照顾孩子和自己。

作为家长，您可以为孩子、自己和家庭建立日常作息，从而减少不可预测性并减轻压力。您可在*此处*找到很多建立**日常作息**的实用资源。

正如每个孩子都独一无二，每个家庭亦是如此—您需要不断尝试，才能找到最适合您家庭的方案。**培养家庭互动需要时间。**有时候，您可能会觉得难以为继，但这时如果能获得支持，您就能够重新振作起来。利用每一段经历，更深入地了解哪些最适合孩子、自己和家人。调整之后，再试一试！**当您想要放弃时，可以先休息一下，并寻求帮助。**

“旅途可能会很漫长，
但如果您让阳光照进来，
就会是晴天。”

Lim Hong Huay 博士
罗菲诊所 (Rophi Clinic) 儿科医生兼
CaringSG 董事会主席

常见误解

我的家人并不完全了解孩子的发展问题，也未受过相关指导，因此他们帮不了任何忙。

尽管您的家人可能并未受过相关指导，但他们可以在实际看护时提供帮助。这包括执行一些简单的看护工作，例如孩子的治疗师所建议的方法。

我的配偶并不关心我们的孩子，因为他不会像我一样无微不至地帮助孩子。

您的配偶可能会因为无法理解孩子的需求而感到困惑或沮丧。他可能会觉得束手无策，会认为您可以更好地帮助孩子。给配偶一些时间来接受情况，如有需要，可向辅导员寻求帮助。您可以不断做一些令夫妻和家庭带来欢乐的小事。让配偶与孩子进行互动，并鼓励他培养亲子感情，以帮助他获得信心，从而做得更多。

目录

- **加强与配偶的团队合作。**您可能有参与照顾孩子的配偶，亦或没有。如果您有参与看护的配偶，那么他可能会有自己固执的想法、期望、梦想、希望和育儿方式。你们双方可能会有各自的强点和弱点，应对机制、沟通方式和解决问题的方法。您的配偶在理解孩子需求的过程中有自己的观点，这种体验可能会与您类似，也可能会截然不同。您可以采用以下步骤来化解您与配偶之间的分歧：
  - 首先要理解：
    - 寻找共同处，以此建立力量和勇气。
    - 虽然这并非易事，但是如有分歧，你们可以互相接纳并尊重。
    - 如有挑战，你们可以相互帮助，相互忍让。
  - 你们可能同意对某些问题搁置不论。但你们还是可以通力合作，在照顾孩子的角色和责任上达成共识。
  - 继续满足配偶的情感需求，这将帮助配偶建立信心，并有助于巩固你们的伙伴关系。
- **向家庭成员寻求帮助。**在新加坡的家庭中，大家庭里的成员如祖父母、叔叔和阿姨等在家庭中扮演着重要角色。这些影响可能是正面的，也可能是负面的。同配偶一样，家庭成员通常也会对有发展需要的孩子有着自己的一套想法。
  - 如果您认为他们会带来正面的影响或支持，请尽早向他们寻求帮助。支持的程度和类型（金钱、出力或情感）将取决于大家庭成员





目录

的能力，以及您对接受他们的帮助是否感到舒服。

- 但是，如果这种影响是负面的、无益的，并且您发现会令您情绪低落，那么您应当在一些课题上划清界限。为了您自己、孩子和家人的好，您可以尽量少与他们谈论孩子。
- 这些家庭成员可能是出于好意，但他们无法切身体会您的经历。因此，他们的理解可能有限。您可能需要向您大家庭里的成员说清楚、讲明白甚至给予指导，以便他们更好地理解。

支持孩子的兄弟姐妹并帮助他们理解。有发展需要的孩子可能会有正常发育的兄姐弟妹，而他们也有自己的需求。有时候，兄弟姐妹可能为自己想拥有正常家庭生活和健全兄弟姐妹的美梦破碎而感到难过。有些兄弟姐妹可能会感到自己得到的爱较少，或受到忽视，甚至因此心生嫉恨。而一些则会为他们有发展需要的手足感到难过，从而格外懂事，因为见到您照顾他而心力憔悴。在照顾有发展需要的孩子之余可挤出一些时间，如以下这样做：

- 为每个孩子留出单独相处的时间，即使只是一些日常活动，例如步送孩子去上学，或是带一个孩子去超市。
- 向其他孩子解释您的处境，为什么您有时没空陪他们。
- 向他们说明您对他们的爱，并鼓励他们在心情不好时来找您聊。



目录

- 对于愿意且有能力帮您照顾有发展需要的孩子的兄弟姐妹，允许他们参与照顾，给他们分配其年龄可胜任的的适当任务。
- 鼓励这些孩子加入兄弟姐妹互助群，以便他们能跟有着相同体验的其他人成为伙伴。该 残障咨讯指南网站包含有一个非正式互助群名录，那些兄弟姐妹可以加入这些群，与其他同志看护者群体分享自己的感受和经验。
- 解释为什么同一个家庭内部可能会有不同的期望和基本规则。
- 理解并接受有时兄弟姐妹间的争风吃醋是正常的，甚至发生无聊的争吵。这是兄弟姐妹一同成长必然会有的一部分。

如需详细了解怎样支持正常发育的孩子，请点击*此处*。

- **维持家庭生活**。有发展需要的孩子可能会令家庭生活不堪重负。家庭的日常作息和习惯会因此被迫做出许多调整，甚至永远改变。
  - 您要尽可能地建立起可持续的家庭作息，而且要能满足有发展需要的孩子的需求。
  - 如果发挥创意，家庭活动可以趣味盎然又有包容性。
- **建立支持型生态系统**。“养育一个孩子需举全村之力”，而养育有发展需要的孩子更是如此。任何看护者都不应孤立无援。尽早地把围绕您自己、孩子和家人的支持力量聚集起来。
  - 您可以加入看护者互助 群，以便从经历相同的看护者那里获取情感支持和实用的技巧及策略。

如需了解更多育儿资源，请点击*此处*。

有时事与愿违，那么您可能需要寻求更多支持。辅导服务是一项不错的选择，您可以借助辅导倾诉您的处境，这也是一个加强家庭关系的方法。

- 许多夫妇发现婚姻辅导有助于克服婚姻和家庭中的冲突，并能改善彼此之间的沟通。
- 家庭辅导有助于：
  - 帮助家庭解决难以自行有效处理的冲突。
  - 应对离婚或分居带来的冲击。
  - 应对重大疾病或挑战。
  - 帮助家人理解、帮助和支持有心理健康问题的人。



如果您需要向他人倾诉，可参考残障咨讯指南网站中的看护者咨询服务列表。

如果您或家庭成员正疲于应对严重的心理健康问（例如抑郁或焦虑），请向综合治疗所或医院的心理学家或精神科医师寻求帮助。



您可以做些什么

应对人们的各种反应

对于您孩子的需求，人们可能会有不同的反应和回应。有些人可能心态开放并予以支持，而有些人则会做出负面的回应。如果您做好了万全准备，就能够游刃有余地回应。

当有人提出了有用或正面的意见，以一种攀谈的方法回应是最好的。然而，若是有人喷出了无益的甚至是带伤害的看法，即使他们并非刻意，感到恼怒是正常的，没有绝对正确的回应方式。以下是处理这些看法的各种策略：

- 选择性回击或不回击
- 借机进行教育
- 使用标准回复
- 选择不回应
- 在回应之前先好好考虑一下
- 与支持您的人交谈

如需了解关于这些策略的详细信息，请访问凝聚家庭理事会 (Families For Life) 育儿资源。

让家人参与进来

- 家人是育儿的一个重要组成部分。搞清楚家庭成员的期望及在育儿过程中的角色会大有帮助。
- 如果家庭关系紧张，或是您感到不知如何应对，您可以考虑同专业人员探讨您的担忧。心理学家、辅导师或社工可以帮助您更好地了解自己的感受和行为，为您的处境提供不同的视角，并与您共同努力，帮助您在这过程中挺进。

如何照顾好自己

了解自己、接纳自己并关爱自己。作为看护者，您可能会发现，很难抽出时间休息。但是，您必须照顾好自己的情绪、心理健康和身体健康，以让自己和孩子都能走得更远。**即使您还要为孩子付出爱和精力，您也要关爱自己。记住您也有自己的需求。关爱自己并非自私之举。您要记住，只有您自己状态良好，才能更好地照顾孩子。**抽出时间为自己的身体、精神和情感充电至关重要。以下是一些自我关爱的建议：

- 保证休息充足、按时吃饭且经常运动。
- 确保为自己留出空闲时间，用来做自己喜欢的事情。作为有发展需要的孩子的家人，您极可能耗费大量精力和时间来照顾孩子，确保他得到最好的支持和机会。您要设法在每一天内为自己充电、放松身心并充分感觉快乐。如果您没有很多时间，可以投入一些较短的活动。
- 与您的朋友保持联系，并加入一个互助群。
- 抽出时间和空间，以便不时自我省察。自我反省可以帮您放慢速度，感受当下，即使每天只有5到10分钟。
- 您要认识到，养育有发展需要的孩子的过程中，需要做出决定而且会犯错，但您在这个路途中不断学习。
- 管理压力：
  - 了解触发压力的因素，并谨记您的个人信念、期望、需求以及支持和压力源自哪里。进行必要的调整，并为自己制定可实现的期望。
  - 向专业人员寻求帮助应对您的情绪，尤其是当您无法应付压力或感到筋疲力尽时。
  - 在自己家中或其他地方特设一个私人空间，作为您自己“情感充电”角落。
  - 当您心情低落的时候，大可以休息一下，恢复活力，然后重振旗鼓，准备好后上阵再战。

资料来源：自我照顾的诀窍 (Self-Care Tips)，护联中心 (aic.sg)，2020年。

情绪审视

在看护孩子的过程中，面对人们提供给您的大量信息，您可能会感到困惑。您可能不确定接下来该怎么做。如果您开始感到压力太大，或是发现自己精疲力竭，可以找个人谈谈，或联系能帮您或与您同行的看护者和专业人员。要尽可能地照顾好自己。这段时间您可能感到不堪重负，且困惑不已，而获得适合的支持能够在很大程度上帮助您身心安泰。

规划可持续的终身旅程

您的孩子将经历各种各样的里程碑，比如从学校教育过渡到就业。有些孩子在跨越正规教育的里程碑后，仍然需要更长时间的辅助和照顾。**对这些孩子来说，还需要同时考虑到为其未来做好准备。**这些包括以下:

财务规划

- 如果您认为孩子需要更长期的看护，请尽早做好家庭财务规划，以确保孩子能继续获得经济保障和保险。您也可以查找您有资格获得的各种税收优惠。了解并利用适用于您和孩子的财务计划是大有裨益的。
- 在做长期财务规划时，请考虑到孩子的护理计划，以及您希望在未来日子里继续维持的生活方式。
- 您可以从特需信托公司 (Special Needs Trust Co.)寻求专业意见和建议，以找到最适合您和您孩子的方案。
- 您也可以去上新加坡财务知识学院 (Institute for Financial Literacy) 提供的免费课程，以学习关于财务规划和理财的更多知识。

孩子的长期看护

- 考虑一下，当孩子年满21岁后，要怎样为他做决定。您可以参考代理 (deputyship) 上的这一页面，以了解更多信息。
- 可以查询怎样订立遗嘱和持久授权书，以确保孩子得到长期照顾。

您可以做些什么

- 咨询您的财务顾问，了解更多信息，并为您和孩子申请相关保险。
- 咨询熟悉有关法律护理规划的律师，以详细了解怎样为孩子订立带有特殊条款的遗嘱，以及作些什么规划，比如持久授权书和代理。

查阅详细信息

- 该残障咨讯指南网站列出了您孩子将要经历的**重要里程碑**，以及在每个里程碑应考虑的不同事项，包括选择学校事宜。
- 通过新加坡协助残障者自立局的导航图，您可按照您的需求（包括看护者可能会遇到的一系列常见情况），找到能够协助并支持您的各个机构。
- 终身护保 (CareShield Life) 是一种长期护理保险，可为有重度残疾的新加坡公民提供长期护理费用方面的财务保障。
- 该残障咨讯指南网站列出了可帮您规划未来的财政援助和支持。

目录

第 1 章附录

发展问题的案例

1. 说话和语言发育迟缓

学龄前儿童的说话和语言发育迟缓是指在口语习得和运用口语表达方面存在困难。这种困难应该出现在孩子学习第一语言时非常明显；如果在孩子并不熟悉的某种语言中出现这种困难，这可能仅仅是由于对这种语言缺乏接触。说话和语言发育迟缓可能与以下一种或多种结合的情况有关：

- 因为语言理解能力障碍，而难以遵循指令，或无法理解问题。
- 因语言使用障碍，词汇量有限而无法分享想法或回答问题，因而难以表达自己。
- 语言发育迟缓可能是由于发音困难，从而导致言语不清楚且难以被理解，或讲话不流利（例如说话结巴）。

更多资源如下：

- *HealthHub:幼儿什么时候开始说话*
- *国立大学医院: 说话和语言障碍*
- *国立大学医院: 语音（发音）障碍*
- *国立大学医院: 口吃*

2. 全面性发育迟缓(Global Developmental Dela y)

如果一名儿童（通常是五岁以下）在两个及以上发展领域未达到预期的发育里程碑，那么就会被诊断为全面性发育迟缓(Global Developmental Delay)。这种迟缓是持续性的（至少六个月），且非常严重。发展领域包括：社交技能/个人技能、肢体总动作和精细动作技能、说话/语言、认知以及日常作息活动。随时间推移而改变的环境因素以及介入行动都可能会影响发展的轨迹及过后的结果。在快到上学年龄时，专业医疗人员通常会为对被诊断为有全面性发育迟缓的孩子，进行复查并重新评估。

更多资源如下：

- *残障咨讯指南网站: 发育迟缓*

3. 自闭症

自闭症是一种谱系疾病，这意味着自闭症造成的影响和困难程度会因人而异。自闭症会影响大脑发育，对孩子与他人沟通和相处的方式以及孩子对周围世界的感知造成冲击。自闭症的主要特征是：

- 社交的相互沟通和社交互动存在障碍；以及
- 姿势刻板、行为、兴趣或举动重复。

自闭症的特征在婴幼儿阶段即可被察觉到，但在一些孩子身上，这些特征仅在他们稍大后才会变得明显。

更多资源如下：

- *ARC: 什么是自闭症?*
- *HealthHub: 自闭症谱系障碍*
- *国立大学医院: 自闭症谱系障碍*

4. 学习困难

学习困难是指在学业上的学习迟缓，比如读写。如果孩子在其他发展技能和智力发展充足，且有经过足够的教导并付出合理的努力，但学业上仍然存在迟缓，那这个孩子可能有学习困难。

更多资源如下：

- *DAS: 阅读障碍*
- *国立大学医院: 阅读困难*

5. 感官障碍

感官障碍的两大类型是视障和听障。有此类感官障碍的儿童丧失了部分或全部视力

或听力。视力和听力问题通常都是推行全国性的发育筛查时，由综合诊疗所、全科医生（GP）或儿科医生发现，然后再进行矫正。

更多资源如下：

- *残障咨讯指南网站：感觉障碍*
- *SAVH：什么是视力低下*
- *SADeaf：关于耳聋*

6. 脑性麻痹

脑性麻痹是指一组影响身体运动和姿势的疾病。它是由于出生前、出生时或婴儿早期的某些大脑疾病或损伤所导致的。脑性麻痹可能伴有感觉、知觉、认知、沟通和行为等方面的障碍，以及癫痫、膀胱和肠道功能障碍、继发性肌肉或骨骼问题。

更多资源如下：

- *CPAS：了解脑性麻痹*

7. 运动技能障碍

这些儿童可能在肢体总运动技能和/或精细运动技能方面存在困难。诸如跑步、跳跃、骑自行车和游泳等活动都需要运用肢体总运动技能。诸如写字、画画、使用剪刀以及系钮扣和鞋带等活动都需要运用精细运动技能。有些孩子还可能会看起来笨手笨脚，动作不协调。

更多资源如下：

- *国立大学医院：书写困难*
- *Health Exchange：协调与平衡*

8. 唐氏综合症

唐氏综合症是一种遗传性疾病，与不同程度的智力障碍以及身体和发育问题相关。唐氏综合症患者多出一根染色体，且具有特殊的身体和面部特征。有些唐氏综合症患者还可能存在健康问题，例如心脏问题、视障或听障。可在怀孕期间进行唐氏综合征筛查。

更多资源如下：

- *DSAS：关于唐氏综合征*

9. 情绪问题

情绪问题可能表现为易怒（容易烦躁或沮丧）、流泪、焦虑，或对玩游戏缺乏兴趣，这在一定程度上会影响孩子的日常生活。可能会很难区分正常情绪（例如普通的恐惧）和严重的情绪问题，例如老是难以跟看护者分离，以及出于各种原因一直害怕去学校。

更多资源如下：

- *国立大学医院：管控儿童焦虑*

10. 破坏性行为

破坏性行为主要是表现于外在或朝他人发作的行为。这些行为包括多动、冲动行为、发脾气、叛逆和不服从权威人物（例如老师和父母），以及对同龄人和成年人的攻击行为。

更多资源如下：

- *IMH：什么是破坏性行为*

11. 智力障碍

智力障碍是指认知功能和适应功能（包括进行日常活动的能力，例如自理、规避危险、沟通以及与他人互动）有缺陷。有智力障碍的儿童通常会被诊断并同患有其他疾病，例如自闭症、脑性麻痹和唐氏综合症。在日常正常操作得要有怎样的能力、需要和辅助水平取决于智力障碍的程度。可在进行智商测试时对年龄较大的儿童进行智力障碍评估。

更多资源如下：

- *国立大学医院：智力障碍*

12. 注意缺陷/多动障碍

注意缺陷/多动障碍是一种神经发育异常，其症状为注意力不集中、活动过度或冲动。有时候，这种症状会在学龄前阶段表现出来，尤其是当孩子活动过度。到学龄期，症状会更加明显。有不同的症状：

- 注意障碍主要包括，注意力容易分散和无法在一段可预期的时间内专注于自己不感兴趣的事物。
- 多动、冲动障碍主要包括，活动过度（例如不断走动），做事冲动且匆忙，或是什么都急不及待。
- 混合型的表征包括注意力不集中和多动-冲动两者。

更多资源如下：

- *HealthHub: 注意缺陷和多动障碍*
- *Spark (ADHD)*
- *国立大学医院：注意缺陷和多动障碍*

第 4 章 附录

如需了解关于看护者经历的更多视频和故事，请参阅残障咨讯指南网站。

疲劳过度的迹象

如果您出现以下一种或多种迹象，那么您可能已处于疲劳过度状态：

- 焦虑、抑郁、易怒和急躁
- 经常感觉疲惫不堪
- 忽视自己的责任和需求
- 经常生病
- 对自己曾经喜欢的事情失去兴趣
- 睡眠模式发生改变
- 食欲和/或体重发生改变
- 感到不知所措、无助或绝望
- 远离朋友、家人和其他亲人
- 感觉自己整天都忙着照护别人
- 即使获得帮助，也总是担心
- 想伤害自己或自己照顾的人

临时看护

从育儿看护中抽出时间—即使只是很短的时间。

1. 您也可以考虑雇用住家保姆。外籍家庭佣工税收优惠制度 (FDWLC) 和家庭护理补助 (HCG) 都是专为帮助您而设立的财务方案。
2. 新协立综合设施 (Enabling Village) 的看护者空间 (Caregivers Pod) 在安排了被看护者投入于各种活动当儿，为看护者提供多功能空间，让其舒畅休息。
3. 临时看护服务选项还有残疾人士福利协会提供的专业家庭护理服务。

MSF MINISTRY OF SOCIAL AND FAMILY DEVELOPMENT

Early Childhood Development Agency

Ministry of Education SINGAPORE

联合创作

ISBN 号: 978-981-18-6584-8

版权©2022属于社会及家庭发展部和幼儿培育署。

保留所有权利。未经社会及家庭发展部和幼儿培育署的许可，不得以任何形式或任何方式（电子、机械、影印、录音或其他方式）将本出版物的任何部分复制、存储在检索系统中或进行传播。

本书中所有信息截至2022年3月均准确无误。



MSF MINISTRY OF SOCIAL AND FAMILY DEVELOPMENT

Early Childhood Development Agency

Ministry of Education SINGAPORE