

## 暑期心友會

有研究顯示，休閒活動有助改善有自閉症的學生的整體生活質素，包括提升生活滿足感、能力感、適應能力，並能從中減壓；可是有自閉症的學生在社交溝通及執行功能方面的缺損，往往使他們較難參與各種休閒活動。有見及此，教育局「分層支援有自閉症的學生計劃」參考了一些教導有自閉症的學生的具實證而有效的策略，製作了一系列供教師及家長使用，以及可讓學生自學的教材，訓練有需要的學生在悠長假期中計劃閒暇活動，掌握促進參與這些活動的社交溝通要訣，並同時學習時間管理、自我調控及鬆弛等生活技巧，培養他們發展參與均衡及可持續的休閒活動的能力，以至面對生活中可能出現的不同困惑和挑戰。

此外，學校早前已提供「抗疫小錦囊」教材，我們鼓勵家長與子女重溫，增強他們面對疫境的能力，為迎接新學年作好準備。

資料來源:

教育局「分層支援有自閉症的學生計劃」(AIM Project)