



有你，他／她 才能走下去

文：梁靜儀

各位家長，試幻想一下如果你的小朋友在兩三歲時，被診斷出有自閉症，你會怎樣做？你會選擇放棄兒子嗎？還是努力讓兒子發光發亮？今天，就和大家介紹一位選擇了後者的不平凡媽媽——梁惠敬（Jimmy 媽）的育兒心得。

孩子能快樂地成長是最重要的事

Jimmy 媽的兒子，名叫蘇梓毅，在兒子兩歲半時，媽媽發現他有說話遲緩、專注力不足的情況，並於兒子兩歲零十個月時，醫生診斷兒子患有自閉症。

梓毅在幼稚園時就讀於普通學校，可惜升上一年級後，Jimmy 媽發現兒子在學業方面顯得很吃力，除了平日放學後要回家做功課和溫習，週末也必須要留在家中拼命溫習，才能勉



強追上學校進度。然而，媽媽帶兒子覆診時，醫生卻說梓毅的情況變差，由於兒子的專注力不足和理解力較弱的問題，建議轉去特殊教育學校上學。這個消息對當時的 Jimmy 媽來說是晴天霹靂，但為了兒子能更健康快樂地成長，媽媽同意了這個安排，兒子也因這個轉變，整個人比以往變得開心了很多，週末也能和家人出外放鬆一下，因為特殊教育學校的課業壓力不會太重，學生人數較少，老師也比較能照顧學生的特殊狀況。雖然在兒子升班時，老師跟 Jimmy 媽表示，梓毅可以嘗試轉回普通學校

就讀，但她看着當時兒子快樂的模樣，經過深思熟慮後，還是決定把兒子留在較適合他的特殊教育學校就讀，“不求兒子未來有多大成就，只求兒子能快樂成長。”這是 Jimmy 媽的心底話。

情緒教育的課題：學習冷靜

其實孩子有時只是不太懂得怎樣去處理事情，但其實辦法總比困難多，Jimmy 媽認為家長要先讓孩子冷靜下來，而她的做法是：在梓毅站着的地方圍一個圈，給他五分鐘時間站在





圈內冷靜，若時間到了還未冷靜就再加五分鐘。待兒子的情緒好一點後，再問他知不知道自己做錯了甚麼，向他解釋他做得不對的地方，從而讓他學會判斷自己的行為是否正確。

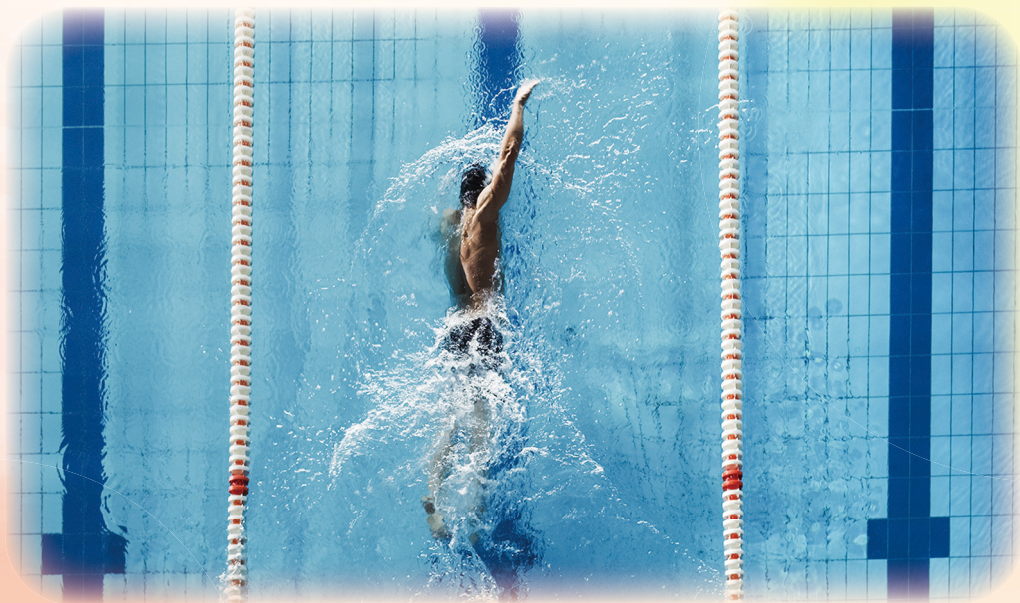
運動會令孩子閃閃發亮

在梓毅四歲時，Jimmy 媽在朋友的介紹下，帶着梓毅報名澳門特殊奧運會的活動，包括游泳、跑步和羽毛球。她分享帶兒子出外做運動令兒子開朗了很多，因為能認識到新朋友，也有體育導師訓練他的身體肌能，這令兒子的情緒問題、身體控制和社交能力也得以改善。

慢慢地，梓毅也愛上游泳，後來更成為澳門特殊奧運會的游泳運動員，代表澳門出外參加比賽。

看着兒子拿到獎牌時，Jimmy 媽笑言兒子就如閃閃發亮的太陽，由內到外都在發光。每次外出比賽後，都能看到兒子的成長——越來越整齊的行李箱，兒子的生活自理能力越來越好了。

對於兒子能在獨特的領域上成為一個出色的人，她分享道：作為家長，不能只站在自己的角度去看事情，強硬去要求孩子將來要成為





接納不完美 與孩子共同成長

起初梓毅被診斷出有自閉症時，“為甚麼是我？”這是 Jimmy 媽心中冒出來的第一把聲音，但她意識到只有接受，日子才能繼續走下去，要踏進新環境，才能開展新的生活，要承認自身的缺陷，才能接受別人善意的幫忙。“當接納自己和孩子不完美的時候，便是生命轉變的關鍵。”她誠心地分享道，其實踏出去的第一步，是最困難的，但一步一腳印，慢慢走着走着，人生便能不斷開展新篇章。

正因如此，她把兒子由普通學校轉到特殊教育學校就讀，她讓兒子加入澳門特殊奧運會接受訓練，她讓自己也加入澳門特殊奧運會的“家長支援網絡”，去學習相關的知識和幫助其他有需要的人士，與孩子一起共同成長，積極地面對每一天。

現在她的兒子蘇梓毅已成為澳門特殊奧運會的游泳運動員，在去年參加全國賽後成績受到肯定，並獲納入澳門特區政府的“精英運動員培訓資助計劃”。成功的背後，蘊藏的除了梓毅自身的努力，還有母親偉大的愛。

一個怎麼的人；反而是要從孩子的角度出發，觀察孩子喜歡做甚麼，甚麼會令孩子快樂，再用耐心、鼓勵和陪伴，去支持孩子。

（文章提供機構：澳門特殊奧運會）