

## 「友來友往」(PEERS®)社交訓練課程—十九期

自閉症青少年往往在結識朋友和維持友誼方面遇上困難，適切的訓練有助改善他們的社交技巧。

本會經深入探討後，數年前已決定由美國加州大學洛杉磯分校(UCLA)引入PEERS® Program，因為這是經過臨床研究證明能有效提高自閉症青少年社交技巧的訓練方法。在過去三年，本會總共開辦18組(每組共13節)之「友來友往」(PEERS®)社交訓練課程(下稱：「友來友往」社交課程)，服務超過130多個家庭。參考過去小組的研究成果，肯定「友來友往」社交課程對提升本地自閉症青少年之社交技巧有正面影響。因此整合服務所積累之經驗後，本會決定再接再厲推出「友來友往」社交課程，以協助更多本港自閉症青少年。

「友來友往」社交課程強調青少年及家長的共同參與，於13週的小組訓練中，我們會教導青少年不同的社交溝通技巧。而家長亦於13節的家長小組中，學習掌握如何在日常生活中協助子女結交朋友和維繫友誼。

### 在「友來友往」社交課程中，青少年將會學習到：

◆ 如何運用良好的交談技巧	◆ 如何善用電子溝通工具
◆ 如何於談話中找到共同話題	◆ 如何進入及退出話題
◆ 如何辨識良友及與其建立關係	◆ 學習在適當時候講合宜的笑話
◆ 如何計劃並進行朋友聚會	◆ 明白何謂體育精神
◆ 面對欺凌時的適當反應及策略	◆ 如何改變別人對自己的壞印象
◆ 如何化解與朋輩之間的衝突	◆ 如何面對流言蜚語

### 「友來友往」社交課程的特點：

- 配合真實社交環境的需要：  
「友來友往」社交課程的內容參考了青少年與朋輩交往的模式和主要的社交技巧，以確保所教授的技巧於青少年朋輩中行之有效。
- 與家長協作：  
家長同時參與家長訓練，提升家長的指導技巧，讓青少年所學技巧得以於日常生活中延續，大大促進成效。
- 技巧清晰易明：  
運用仔細的步驟教導自閉症青少年如何應對不同社交情境，清晰易明地教導社交的「潛規則」。
- 課後延伸活動：  
每節訓練後均會派發家課(如：致電予朋友、相約朋友外出)，讓青少年嘗試在生活中實踐學習過的技巧。

參加香港耀能協會「友來友往」社交課程的青少年必須符合以下條件：

- ◆ 正在就讀普通中學中一至中三
- ◆ 確診患有自閉症譜系障礙
- ◆ 具正常智力
- ◆ 在人際關係上遇到困難並渴望尋求改善
- ◆ 家長願意一起參與訓練課程

- \* 家長及青少年均需一同出席
- \* 參與此計劃的年青人將經過面見及甄選，其訓練成效會有機會用作研究用途。

## 計劃詳情：

### 1. 甄選安排

日期：2025年1-2月

時間：上午9:30 至下午5:00 (稍後將致電予家長確認個別面見的時間)

地點：耀能兒童發展中心(樂富)

地址：九龍橫頭磡邨宏照樓地下9-17號

內容：個別面見、社交技巧評估

### 2. 小組資料及安排

日期 (逢星期六)	時間	地點
2025年2月22日	上午10:00至12:00  (請於小組開始前 10分鐘到達)	香港耀能協會 耀能兒童發展中心(樂富)  (九龍橫頭磡邨 宏照樓地下 9-17號)
2025年3月1日		
2025年3月8日		
2025年3月15日		
2025年3月22日		
2025年3月29日		
2025年4月5日		
2025年4月12日		
2025年4月26日		
2025年5月3日		
2025年5月10日		
2025年5月17日		
2025年5月24日		

課程費用：\$5200，每堂\$400 (甄選後獲成功取錄，才安排付款)

甄選結果通知：2025年2月

查詢：2336 6491 劉姑娘/ 葉姑娘

### 查詢及報名：

各青少年及家長如有興趣參與「友來友往」社交課程，請填妥以下回條並：

- 寄回：  
香港耀能協會 耀能兒童發展中心(樂富)  
地址：九龍橫頭磡邨宏照樓地下9-17號(信封請註明「友來友往」社交課程)  
或
- 傳真至 2336 6855 或
- 電郵相關資料至 [cdc@sahk1963.org.hk](mailto:cdc@sahk1963.org.hk)

我們將盡快與閣下聯繫並提供資訊。如有查詢，請致電2336 6491與劉姑娘/ 葉姑娘 聯絡。

## 香港耀能協會

### 「友來友往」(PEERS®) 社交訓練課程-第十九期 回條

青少年姓名： \_\_\_\_\_ (中文) \_\_\_\_\_ (英文)

青少年年齡及性別： \_\_\_\_\_ (女/ 男) 青少年就讀級別： \_\_\_\_\_

家長/監護人姓名： \_\_\_\_\_ 聯絡電話： \_\_\_\_\_

電郵地址： \_\_\_\_\_

可參與甄選時段：  平日上午  平日下午  星期六上午  星期六下午

本人及敝子弟有興趣參與「友來友往」(PEERS®)社交訓練課程，請貴會與我們聯繫。