

光仔八歲，外表俊朗，厚厚的眼鏡片後是一對精靈的大眼睛。他對於數字有種莫名奇妙的喜好，搞不懂是心算還是記憶，只要在計算機上按過鍵，再給他數學題，他立刻能說出答案，旁人讚嘆不已。他對數字的敏感及準確度，實在讓人嘖嘖稱奇。有一回，他搬家已經多月，假如你突然問他搬家已多久，他可以立刻報上一個確實的數字，在旁的爸媽猛力點頭。如此聰明的小子，理應不用父母太操心吧？

可是，最讓爸媽頭痛的地方是光仔非常固執的個性，過於偏執讓他難跟別人妥協，難於適應改變。改變讓他覺得焦慮不安，他不懂表達，便會鬧情緒，往往要花一、兩小時來跟他拆解「迷思」，需要耐心地跟他解釋改變後的狀況，給他一個具體的情境，改變後的影響其實是你我都可以接受的，他才會慢慢平靜下來去思考。

起初，大家都覺得光仔的言語表達能力有限，不能跟人溝通；可是，他卻能把早操歌的歌詞背得滾瓜爛熟，這不是表達能力弱，而是不懂跟別人溝通。於是，言語治療師及老師特別幫助他學習表達自己的情緒及想法。因為，學懂表達才有機會讓別人理解所想，適當地把自己所想所感向別人提出，歸根到底，有人明白我、了解我，有甚麼比這更重要？

最近的一次課外活動，預期大家會弄濕校服，於是請家長帶備一套便服回校替換。光仔當天弄濕了校服，可是他怎也不肯換校服，跟老師不斷「糾纏」，哭著哭著，於是老師找我來幫忙。我了解後，寫下一個簡單的流程：「1.玩活動，衣服濕了。2.換上乾的衣服。3.光仔回家。」我請他在流程旁，做好的就打個剔，他打了第一個剔，停下來，流著淚。

我問：「光仔，第二個步驟要做甚麼呢？」

他苦著臉說：「換衣服……」但他拉著我的手，示意不想換。

我問：「穿濕的衣服會著涼，然後就會生病。你想生病嗎？」

他搖著頭，繼續拉著我的手。

我說：「好，你慢慢告知我原因，為何不想換衣服。」

他看著我好一會，邊哭著邊深呼吸，然後努力地說：「我要換校服。」

唉唷！原來，光仔糾結在要換「校服」，因為在學校要穿校服，不是便服。於是，我們找來一套舊校服給他換上，他就接受了。學懂表達不夠，還要學適應轉變。最近公益金便服日，我看到他穿著便服回校，當下我喜上眉梢。

一般有自閉症譜系的人士行為過於偏執，越希望有固定的流程，但往往越難幫助他們適應突如其來的轉變。

幾個月前的一宗悲劇，兩位五十多歲的自閉症人士，因年邁的母親在醫院留醫，兄弟倆無人照顧而餓死。有報導指兩兄弟跟著母親在社區出出入入，沒理由不懂得買東西，沒理由不懂得找食物。可是，我相信他們習慣多年被母親照顧，一下子失去了最親密的依傍，情緒一定崩潰及擔憂？這個巨變足以令他們廢寢忘餐。過去三人行定律及流程，突然剩下兩個，如何作出協調或變通，成為了他們最大的考驗或羈絆。

悲劇是絕對可以避免的，在乎我們能否體會對方的處境或困難而作出幫忙。設身處地，何等重要？