

星島日報健康專欄《保健至專》- 培養社交認知

今年七歲的希希，經常笑容滿臉，剛升上小一時，同學都主動跟他交往，可惜升讀二年級時，卻無法與同學好好相處，原因是嬉皮笑臉的他很貪玩，又易忽略別人的感受，不知不覺間常激怒或冒犯了同學而不自知。另希希也有固執的時候，最愛搶當第一，否則便會憤憤不平，甚至跟同學吵架。有時亦過分執□別人對他的戲言，以致情緒過激。

希希過分自我中心，與人溝通、相處的技巧十分拙劣，這令父母最為憂心，擔心他將來難以融入社會與人共處。「社交認知」是一種能力，當中的認知是指思考過程及理解，主要是在社交場合中，透過辨識他人的面部表情、說話聲量語調、身體動作等，估計別人的情緒、理解其想法及意圖，從而作出相對的回應。

減少自我中心

社交認知能力較弱的孩子會有以下問題：難以理解別人表情裏的暗示，以致激怒別人後仍懵然不知，或別人不快時不懂作出安慰等。他們很難判斷別人說話裏的含意，要人「畫公仔畫出腸」才會明白。他們會錯誤地理解別人行為背後的原因，經常妄下判斷、誤解他人，例如別人不跟他打招呼，便一定代表對方討厭自己。同學竊竊私語時，一定是在說自己壞話等。他們難以站在別人的立場理解真相，以致常不明白別人的動機，因而感到困惑。

患自閉症、專注力不足/過度活躍症及有讀寫障礙等孩子的社交認知能力較弱，但後天的引導及培育可有效改善。父母可教孩子代入別人的角色，以減低出現自我中心的情況。他們做得正確時要鼓勵，以強化其合適的社交行為。

青山醫院精神健康學院二級職業治療師陳菁慧

(轉載自星島日報 | 保健至專 2014-07-03)

今年七歲的希希，經常笑容滿臉，剛升上小一時，同學都主動跟他交往，可惜升讀二年級時，卻無法與同學好好相處，原因是嬉皮笑臉的他很貪玩，又易忽略別人的感受，不知不覺間常激怒或冒犯了同學而不自知。另希希也有固執的時候，最愛搶當第一，否則便會憤憤不平，甚至跟同學吵架。有時亦過分執着別人對他的戲言，以致情緒過激。

希希過分自我中心，與人溝通、相處的技巧十分拙劣，這令父母最為憂心，擔心他將來難以融入社會與人共處。「社交認知」是一種能力，當中的認知是指思考過程及理解，主要是在社交場合中，透過辨識他人的面部表情、說話聲量語調、身體動作等，估計別人的情緒、理解其想法及意圖，從而作出相對的回應。

減少自我中心

社交認知能力較弱的孩子會有以下問題：難以理解別人表情裏的暗示，以致激怒別人後仍懵然不知，或別人不快時不懂作出安慰等。他們很難判斷別人說話裏的含意，要人「畫公仔畫出腸」才會明白。他們會錯誤地理解別人行為背後的原因，經常妄下判斷、誤解他人，例如別人不跟他打招呼，便一定代表對方討厭自己。同學竊竊私語時，一定是在說自己壞話等。他們難以站在別人的立場理解真相，以致常不明白別人的動機，因而感到困惑。

患自閉症、專注力不足/過度活躍症及有讀寫障礙等孩子的社交認知能力較弱，但後天的引導及培育可有效改善。父母可教孩子代入別人的角色，以減低出現自我中心的情況。他們做得正確時要鼓勵，以強化其合適的社交行為。

整理：Kar

今日顧問：青山醫院精神健康學院
二級職業治療師陳菁慧

