

# 神經多樣性年輕人的包容性研究：總結

在針對神經多樣性青少年進行研究時，請務必採用有彈性、包容以及由青少年自主決定的研究方法。以下是一些有助於使研究更容易進行和更有意義的方法：



## 1. 從一開始就攜手合作

邀請神經多樣性的年輕人作為共同研究者或顧問參與。讓他們幫助確定研究問題以及這項研究應該如何進行。成立神經多樣性的年輕人顧問小組，在整個專案過程中定期提供回饋。

## 2. 個人化流程

根據每個年輕人的需求、興趣和偏好調整研究。當研究主題切合實際和個人化時，年輕人往往會更有動力、更投入。

## 3. 幫助參與者參與

安排準備環節，提前分享議程和資料，讓參與者了解活動內容。提供支持，例如在活動期間安排人員在有需要時提供支持。定期檢查，解決他們的任何顧慮，並為他們的時間和投入提供合理的報酬。

## 4. 運用科技與多媒體

使用應用程式、遊戲、影片或虛擬實境可以讓研究更具吸引力，也更容易理解。這些工具讓年輕人能夠以適合自己的方式參與。

## 5. 樂於學習和適應

持續學習神經多樣性知識，並傾聽參與者的回饋。準備好根據最適合年輕人的方案調整你的研究方法。

## 6. 創意方法

使用藝術、繪畫、攝影或影片等創意方法幫助參與者以非語言的方式分享他們的想法和感受，使參與更輕鬆、更舒適。



## 7. 說故事和敘事方法

鼓勵年輕人透過說故事、寫作或製作故事板來分享他們的經歷。這能讓他們以清晰、條理的方式表達自己的觀點。



## 8. 創造舒適、感官友善的空間

考慮燈光、噪音水平和座位安排，以減少感官超負荷，營造溫馨平靜的研究環境。考慮提供減壓工具或感官輔助工具。

## 9. 使用清晰的溝通和結構

提供不同形式的資訊 - 書面、口頭或非口頭形式 - 以便參與者可以選擇適合自己的方式。使用簡單清晰的語言和結構化的活動，並配有逐步指引，以減輕焦慮和建立信心。

## 10. 有彈性、適應力強的方法

如有需要，請主動調整方法。提供休息時間，並根據回饋進行調整，確保參與者感到舒適和獲得支持。

## 11. 尊重隱私和同意

確保參與者充分了解研究內容，允許他們隨時退出。保護他們的隱私，並仔細考慮研究結果可能對神經多樣性群體產生的影響。

