照護者專訪系列

通過照護幫助家庭、培養獨立性並建立聯繫

【看中國記者 Sarah Shao 採訪報導】「照護者集體訪談系列」分享了家庭、照護者和倡導者支持特殊需求親屬的故事。在「無限之心倡議」（Infinite Heart Initiative）的溫迪・哈維爾引導下，該系列傳遞了希望的聲音，同時介紹了幫助日常生活變得更安全，獲得更多支持的資源。。

對辛西婭・富西洛來說，照護不僅僅是幫助有特殊需求的人度過每一天。照護關乎培養獨立性、建立聯繫、為家庭發聲，以及幫助人們融入社區。

在特殊教育中找到使命

富西洛的職業生涯始於銀行業，但她最終意識到，自己沒有找到正確的道路。離開金融業後，她開始在女兒就讀的學區從事教育工作。她接觸到了一個為多重殘疾青少年開設的社區教學（CBI）課堂，立刻知道自己找到了有意義的事情。

「我立刻就愛上了待在那樣的環境裡。」富西洛說。

學生們通過社區活動學習實用的可轉移技能，包括：在雜貨店購物、在伯靈頓（Burlington）商店工作，以及學習辦公技能。

「把他們帶進社區，我們就有機會教他們可轉移的現實生活技能。」她說。

這段經歷啟發富西洛去攻讀特殊教育碩士學位。在擔任助教期間，她還通過一個自主導向項目，開始做社區康復工作者。

幫助家庭尋找資源

通過那份工作，富西洛已經支持亞歷克斯（Alex）近兩年了。她的職責包括：幫助他朝著特定目標努力，同時鼓勵他變得更獨立一些，更多地參與社區活動。富西洛也認識到，尋找資源可能是家庭面臨的最大挑戰之一。

「外面的資源不是——有資源，但你得知道去哪找。」她說：「並沒有那種很多的幫助。」

她參與了康沃爾（Cornwall）地區的 SEPTA（即特殊教育家長教師協會），去瞭解更多可用資源，並把這些信息分享給各個家庭。

富西洛還強調了在社區內建立人際關係的重要性。她推薦的一個資源是聯繫那些已經與特殊需求群體建立聯繫的人，包括「無限之心倡議」的創始人溫迪・哈維爾。



▲辛西婭・富西洛



▲2025年 11月 15日，辛西婭・富西洛（Cynthia Fusillo，左）、溫迪・哈維爾（Wendy Javier，中）和謝恩・布賴斯蘭（Shane Bryceland，右）齊聚 Autismo Café，參加了一場特別的「遇見作者」活動。

「在我瞭解周圍的社區和空間時，溫迪・哈維爾一直是一個極好的資源。」富西洛說：「社區是關鍵，那些聯繫很重要。這些聯繫實際上可以擴散開來，創造出更多的聯繫。」

做照護工作時，富西洛努力「密切留意」符合亞歷克斯興趣和目標的機會。她可能會告訴他父親有個烘焙班、農貿市場，或者其他能讓亞歷克斯練習社交技能的社區活動。

把個人帶入社區

一個典型的星期三展示了這種支持的具體模樣。接上亞歷克斯後，富西洛在家裡陪他練習獨立生活技能，比如餵狗和遛狗。然後他們去農貿市場，亞歷克斯在那裡與他已經認識的人交流。

「這不僅是把他介紹給社區，也是把社區介紹給他。」富西洛說。

她認為這種互動很重要，因為殘疾人不應與他們的社區隔離開來。在農貿市場，人們對亞歷克斯熟悉起來，他的出現也成了社區自然的一部分。

這一天可能會繼續在漢納福德（Hannaford）超市買菜，亞歷克斯在那裡練習挑選商品、掃碼，並在協助下付款。富西洛將這個過程描述為「緩慢的進步」——幫助他逐漸更獨立一些去做更多事情。

「他需要很多協助，但每次他都變得更獨立一點點，他能自己多做一點點事情。」她說。

耐心、聯繫與團隊合作

耐心是富西洛工作的另一個重要部分。她學會了不把困難時刻當作是對她個人的針對，而是去思考可能是甚麼導致了一個人的行為。

「這不是針對個人的；他們是對某件事做出了反應。」她說：「一旦你有點習慣他們了，你就會嘗試更多地去解讀。」

通過工作，富西洛也看到了一個人如何對社區產生積極影響。在她分享了一篇關於和亞歷克斯一起出遊的 Facebook 帖子後，一位農貿市場組織者告訴她：「他給這麼多人帶來了如此多的歡樂。」

對於感到不堪重負的父母，富西洛鼓勵父母聯繫發育性殘疾人辦公室（OPWDD）、當地的特殊教育家長教師協會（SEPTAs）、經紀人和其他社區資源。

「外面有這麼多資源。」她說。「我認為最重要的事情就是去聯繫。」

她也提醒人們，照護者同樣需要支持。

「照護者也是人。」她說：「他們和其他任何人一樣，都需要愛，也需要空間。」

對富西洛來說，團隊合作是核心。它幫助有特殊需求的人更獨立一些地生活、更充分地參與社區活動，並在此過程中建立有意義的聯繫。通過這些聯繫，家庭可以發現資源、找到支持，並建立新的關係，這些關係會繼續在社區中向外擴散。

