

2012年

特殊教育手冊

# 關懷 亞斯伯格症學童



教育部特教小組·國語日報 聯合編印

【緣起】

# 深耕交流 破除障礙偏見

文 / 盧秀娜 (國語日報特殊教育版主編)

教育部與《國語日報》合作編製的「特殊教育專刊」，從民國 88 年創刊以來，每週刊出一次特殊教育相關文章，除了提供教師和特殊兒家長最佳的教養資訊外，也希望促成社會大眾更多的了解與認識，進而為特殊兒營造友善的環境。

每年《國語日報》除了刊登 52 期專版外，自民國 93 年起，也規畫出版不同主題的「特教手冊」，提供免費索取，並將完整內容之 PDF 檔案，建置在教育部特教小組網站與國語日報特殊教育網站，讓讀者自行下載、運用。

歷年陸續完成的特教手冊有《關懷學習障礙兒》、《關懷自閉兒》、《關懷遲緩兒》、《關懷過動兒》、《身心障礙學生性平教育策略》、《關懷聽障兒》、《關懷情緒行為障礙生》、《關懷視障兒》。今年，有鑑於亞斯伯格症候群的兒童及疑似個案有逐年增加的趨勢，加上顯現症狀多樣，易被誤認為過動、學習障礙或智能障礙等，因此以「亞斯伯格症」為專題，集結教學策略、教養方法等文章，期能以有限篇幅，增進大眾對亞斯伯格症廣泛的認識。

最後，感謝各篇作者無私的分享，讓特殊兒有機會得到更多理解與關愛。未來，《國語日報》將繼續堅守教育媒體的崗位，透過「特殊教育」版傳遞特教知識、理念、資訊，提供實務經驗交流的園地，匯聚並散播無私愛最大的力量。

# 目錄

- 【緣起】深耕交流 破除障礙偏見 文／盧秀娜 1
- 【認識亞斯伯格症】
- 亞斯伯格症的介紹 文／莊瓊惠 4
- 發現亞斯伯格症候群 文／王秀園 11
- 【教學策略】
- 利用動態評量方式  
培養高層次決策能力 文／蔡翠華 14
- 亞斯伯格症學童  
社會行為教學策略 文／李嘉修 17
- 亞斯伯格生的社會化教育  
戲劇情境 架溝通橋 文／蔡翠華 20
- 亞斯伯格孩童在學校  
老師你也可以這樣做 文／莊瓊惠 23
- 心的諮商——  
談亞斯伯格生的情緒輔導 文／蔡翠華 27
- 增進亞斯伯格生的人際互動  
營造友善環境 協助融入團體 文／曾秀玲 30
- 模擬情境 運用物件溝通引導  
亞斯伯格孩子學習人際互動 文／蔡翠華 33

### 【個案經驗】

- 疑似情障生的輔導策略 文／王永琪 36
- 資優障礙生雙軌教育  
發展優勢 補償缺陷 文／蕭偉智 38
- 帶亞斯伯格小天使找朋友 文／柯雅齡 40
- 亞斯伯格症個案認識 文／羅湘敏 43

### 【轉銜輔導】

- 轉銜脈絡思考  
促成亞斯伯格生正向學習 文／蔡翠華 46
- 亞斯伯格症學生  
生涯發展及輔導 文／梁明華 49
- 正面評價亞斯伯格生 促成自我悅納 文／蔡翠華 51

### 【親職教育】

- 家庭中的亞斯伯格 文／莊瓊惠 54
- 亞斯伯格家庭的心理調適 文／許鈺玲 58

# 亞斯伯格症的介紹

文 / 莊瓊惠（靜宜大學教育研究所副教授）

「這個孩子真的很奇怪，你說他不乖嗎？也沒有啊，但是他就是沒人緣；他不會去招惹人家，也不會亂發脾氣，但是就是沒有朋友。你叫他做什麼事，他也會跟著做，但是就是知道他心不在焉。你說他像注意力不足的孩子，我覺得也像，於是叫他的媽媽帶去醫院檢查，結果醫生說他不是過動症。我實在說不出來他是哪裡出了問題。」

這是很多學校老師對亞斯伯格症孩子的描述，一開始總以為孩子是注意力不足過動症造成的「怪」，但是經過一番轉折之後，才確定原來是亞斯伯格症的原因。

是的，近幾年來漸漸聽說校園裡出現亞斯伯格症的孩子，而且人數持續增加中，但是大多數教師對於亞斯伯格症還是非常陌生，只知道這些孩子屬於自閉類症的兒童，但是不大清楚和自閉症有何差異，身為教師又該如何幫助這些孩子。

## ●亞斯伯格症的命名

話說亞斯伯格症的命名，是源自維也納的一個小兒科醫生——亞斯伯格。一九四四年，他於博士論文中描述了四個孩子的社會、語言、認知能力都和一般兒童不大一樣，當時他使用「自閉式的精神異常」來形容。

恰巧的是，當時美國的李奧肯納醫生，也正在研究自閉症兒童，但是亞斯伯格醫生所描述的這群孩子，和李奧肯納醫生所描述的自閉症兒童，其實有些差異。李奧肯納醫生所描述的自閉症兒童，是比較典型大家認為自閉症孩子的特徵：冷漠、缺乏語言能力。但是亞斯伯格症的孩子雖然也有自閉症的特徵，例如：社交障礙、溝通不良和特殊的興趣，但是隨著年齡的增長，亞斯伯格的孩子能發展出流利的語言能力，也想與人互動，只是不得其門而入，所以他們和典型的自閉症又有些不一樣。

現在一般普遍把亞斯伯格的孩子，當作是自閉症類的一種亞型，都屬於廣泛性發展障礙（Pervasive Developmental Disorder, PDD）。而醫學界的推估：亞斯伯格症孩子的出現率，要比典型自閉症兒童來得高；很多孩子人際關係不佳，但不是衝動行為引起的，就可能是亞斯伯格症的徵兆。教師若能多一點點的敏感度，就可以幫助這些孩子早一點做診斷，進一步接受治療。

## ●亞斯伯格症的特徵

亞斯伯格症主要是因為認知神經方面出了問題，以至於影響了大腦某些功能的運作。這些大腦功能主要指的是「了解在社會生活中應該遵守的遊戲規則」，特別是當規則變得曖昧不明時，亞斯伯格症的孩子就顯得無所適從。他們不懂得去解讀人家心裡想什麼，不能站在別人的立場去思考，也不知道自己的行為舉止會影響他人，所以在和別人互動時，往往是一副我行我素的樣子，因此很容易被誤認為「很自

私」。

在處理事情上，亞斯伯格的孩子習慣把這個世界上的事物，都想成有一定的運作規則，於是無法接受任何事物「既定」的運作方式被改變。例如：回家一定要走同一條路線，不允許變化。然而，在真實的世界裡，有許多事情都有改變的可能，這也是亞斯伯格的孩子常對於「改變」感到不安的原因。

英國精神科醫生羅娜·吳引（Lorna Wing）對亞斯伯格症有相當深入的觀察。在論文中，她對亞斯伯格症的主要臨床症狀，描述如下：

- ◆沒有同理心。
- ◆天真、不恰當的行為，單向的反應。
- ◆欠缺交友能力。
- ◆重複、學究式的言詞。
- ◆與語言能力無關的溝通障礙。
- ◆對特定事物強烈的興趣。
- ◆感覺統合不協調，行動笨拙，姿勢怪異。

爲了更方便教師和家長能發現亞斯伯格症的孩子，目前醫學界也發展出診斷亞斯伯格症的量表，家長或教師不妨使用看看。

以下介紹澳大利亞量表，這個量表主要是用來篩選可能的患者，比較適用小學階段的孩子。問卷的左邊是問題的描述，右邊是答案欄。請填答的成人根據孩子行爲出現的頻率，選擇適當的答案欄作答。

如果孩子大部分的分數都落在 2 至 6 之間，就會建議進一步帶他去醫院做檢查。

A. 社會和情緒方面的能力	很少 ----- 經常						
題目	0	1	2	3	4	5	6
這個孩子是不是不大懂得怎麼和別人玩？ （例如：他可能無法察覺不成文的遊戲規則）							
當可以和別人自由互動時，好比在學校的午餐時間，這個孩子會避免和他人有社會性的接觸？ （例如：他可能會在角落獨處，或者是到圖書館去）							
這個孩子對於社會慣例和習俗不大了解，並且會有一些不恰當的舉動或評斷？ （例如：他可能批評別人，卻不知道別人有被冒犯的感覺）							
這個孩子缺乏同理心，無法了解別人的感覺？ （例如：他無法理解向別人道歉，會讓對方感覺好些）							
這個孩子覺得別人應該知道他的想法、經歷和意見？ （例如：他無法理解因為你當時不在他身邊，所以有些事情你無從得知）							
當事情有所改變或出狀況時，這個孩子需要過度的保證？							



這個孩子完全不懂得微妙的情感表達方式？ (例如：在某些情境下，他的情緒過度表達)							
這個孩子情緒表達不夠精確？ (例如：他無法依不同的對象，有不同程度的表達)							
這個孩子對競爭性的遊戲和運動不感興趣？							
這個孩子對同儕的壓力毫無所覺？ (例如：他對其他人為之著迷的玩具和衣服無動於衷)							
<b>B. 溝通技巧</b>	很少 ----- 經常						
<b>題目</b>	<b>0</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>
這個孩子對別人講的話，只做表面字義的解釋？ (例如：他聽不懂「把襪子拉起來」這樣的俗語) 譯注：振作精神的意思							
這個孩子說話有特殊的音調？ (例如：他似乎有外地口音或聲調平板，沒有高低起伏)							
和這個孩子對談時，他對你說的話沒有反應？ (例如：對你所談的主題他很不會發問，也沒有回應)							
對談時，這個孩子與你很少有目光接觸？							
這個孩子說話總是過度精確或賣弄文字？ (例如：讓別人覺得太正式或像一部活字典)							

當談話中斷或無以為繼時，這個孩子會不知所措？ (例如：當他有疑問時，他不會再確認、澄清，只是轉變到自己熟悉的話題，或是花很久的時間去想該如何回答)							
<b>C. 認知技巧</b>	很少 ----- 經常						
<b>題目</b>	<b>0</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>
這個孩子閱讀的主要目的是為了吸收資訊，對於小說、劇情故事類的書籍沒有興趣？ (例如：喜歡百科全書或科學書籍，對冒險故事沒興趣)							
這個孩子對事件或事實的長期記憶力非常好？ (例如：他記得鄰居幾年前的車牌號碼，或是能夠清楚想起多年前某一件事的細節)							
這個孩子無法參與社會性的角色扮演遊戲？ (例如：玩家家酒時自己玩自己的，或者搞不清楚別的孩子所扮演的角色)							
<b>D. 特殊興趣</b>	很少 ----- 經常						
<b>題目</b>	<b>0</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>
這個孩子對某樣事物特別的著迷，不斷的蒐集相關資訊？ (例如：對車子、地圖或球隊比賽行程瞭若指掌)							
當原本的期待落空或是行程改變時，這個孩子會異常不安？ (例如：走不同的路線上學，會使他感覺很苦惱)							

這個孩子發展出一套必須遵守的複雜儀式或例行程序？ (例如：睡覺前一定要把玩具排好)							
E. 動作技巧	很少 ----- 經常						
題目	0	1	2	3	4	5	6
這個孩子的動作協調性很差？ (例如：不大會接球)							
這個孩子跑步的姿勢很奇怪？							
F. 其他特徵 (下面部分，請勾選出這個孩子曾表現出的行為)							
(a) 顯現異常的害怕或不安，原因來自：	請勾選						
一般的聲響，如電器用品發出的聲音	<input type="checkbox"/>						
輕輕的碰到或刮到皮膚	<input type="checkbox"/>						
穿著某種特別材質的衣物	<input type="checkbox"/>						
突發的噪音	<input type="checkbox"/>						
看到某個特別的東西	<input type="checkbox"/>						
吵鬧、擁擠的地方，如超級市場	<input type="checkbox"/>						
(b) 興奮或不安時，會拍打或搖晃	<input type="checkbox"/>						
(c) 對輕微的疼痛不敏感	<input type="checkbox"/>						
(d) 語言發展較遲緩	<input type="checkbox"/>						
(e) 臉部肌肉不尋常的抽動或怪動作	<input type="checkbox"/>						

# 發現亞斯伯格症候群

文 / 王秀園（腦神經訓練師）

近幾年在臺灣各地演講，我發現：總會有父母因孩子被診斷有「亞斯伯格症候群」，耐心等待演講結束，向我詢問該如何處理這個病症。由於被詢問次數頻繁，幾乎讓我以為它像流行性感冒一樣普遍。不過，多數人對亞斯伯格症候群還是很陌生的。

其實，在一九九〇年代，因為一些孩子在家庭和學校生活中，出現人際社交和情緒障礙，才逐漸引起醫界、教育界的注意。一九四四年，維也納有一位小兒科醫師亞斯伯格（Hans Asperger），他觀察到一些小男孩的認知、語言發展雖然正常，有些孩子的智能表現甚至超越同儕，但他們出現類似自閉症兒童情緒、社交、溝通極度異常，肢體動作不協調，缺乏同理心、想像力，無法把學到的知識類化到實際生活裡，思考僵化，無法變通等問題行為。於是，亞斯伯格醫師把觀察寫成論文《自閉性人格違常》發表。

可是，當時適逢二次大戰，烽火遍野，這篇論文直到一九九一年由費力夫（Uta Frith）醫師翻譯成英文後，人們才逐漸了解這個在社交、人際溝通有特殊困擾的兒童發展精神障礙。也因為在某些領域的障礙與自閉兒童的行為模式有幾分雷同，因此，也稱為「高功能自閉症」（high-functioning

autism），或乾脆稱爲「孤僻症」。

## ●亞斯伯格的特徵

在英、美、加拿大這些先進國家，有多少人患有亞斯伯格症候群？目前爲止，沒有人敢提出明確數據，因爲不管哪個研究單位提出統計數字，醫界專家總憂心：誤診、被忽視、沒診斷出來的比率過高，統計數與實際可能出現極大落差。

爲什麼亞斯伯格症候群在診斷上，有這麼大的挑戰呢？主要原因之一是：不同個體可能呈現極大差距。

例如：有人對某種特殊物品、主題特別感興趣，甚至狂熱；有人爲少見的火車、飛機時刻表、公車、捷運路線等著迷；有人卻特別喜愛觀察各式各樣希奇古怪的昆蟲或機器，對感興趣的領域，擁有豐富的知識。這些究竟顯示那個人是天才或是偏執狂，就令人難以論斷。

同時，有亞斯伯格症候群的人對錯綜複雜、瞬息萬變、沒有依準的人際社交，常有狀況外的困擾。有人是無法解讀他人臉部表情、說話語氣，搞不清談話內容，與人溝通互動沒有交集；有人不管別人有沒有興趣，就高談闊論起來。也有人聽不出別人的弦外之音，被認定是不解風情的木頭人。

還有些人與人交談，無法保持適當距離，不是幾乎把口水噴在對方臉上，不然就是不會互動，成爲「孤獨一哥」。談話不著邊際，無法與人交流，不懂得善意的謊言，說出令人尷尬的實情，被冠上「白目大王」封號。

有亞斯伯格症候群的人，會堅守一成不變的生活習慣和行爲模式。有人不自覺的反覆搖手、揮舞手臂、扭轉身體、

拍打自己；有人像少了幾條運動神經，行動看起來笨拙；有人每天堅持反覆做著一絲不苟，類似宗教崇拜儀式卻一點意義也沒有的行爲。有人則固執要求所有物品在一日將盡時，必須物歸原處，具有看似良好生活習慣的美德。

這就是爲什麼在診斷過程中，總是充滿模擬兩可的困惑。這也讓許多有自覺能力的人，在完成亞斯伯格調查問卷後，總懷疑自己是還沒被確診的「漏網之魚」。

### ●漫漫未來路

很遺憾的，截至目前爲止，沒有醫療團隊敢拍胸脯保證，已經找到治癒亞斯伯格症候群的方法。一般醫療會多管齊下：同時進行行爲訓練，加強社交、溝通技巧，進行情緒教育，實行認知行爲治療；只有情況嚴重的個案，會再增加藥物治療這一項。但若只依賴藥物，是無法解決這個困擾的。

不過，不論是亞斯伯格症候群的兒童，還是一般所謂「健康正常」的孩子，在成長過程中，如何解讀自己和他人情緒，適度表達、紓解情緒，如何與他人建立長久、健全的友誼，如何在社交場合應對自如，設身處地爲人著想，仍需要後天長期努力來教養和培育，才能成爲EQ和人際高手。

有關亞斯伯格症候群，不需完全悲觀，令人欣慰的是：有許多人雖深受困擾，但他們活出了生命的潛能，對社會、國家做出有益貢獻；當我們在報章、書籍中偶遇這些表現卓越傑出的科學家、專家學者，不難得知他們也有一點特立獨行，自得其樂的投入專業領域，累積的豐富知識和學問。或許，你身邊不乏這樣的人呀！

# 利用動態評量方式 培養高層次決策能力

文 / 蔡翠華

小宇(化名)在國中階段才被鑑定為亞斯伯格症學生，他在認知方面表現優良，生活自理能力大抵與一般同儕沒有兩樣，但在生活適應上卻常碰到「與眾不同」的困難。細究其原因，發現小宇至少在兩個部分與同學顯著不同。

首先，在語文理解與表達方面，他能表達對事件的想法，但語句不長，語言邏輯常讓人不易理解，對有疑問或不喜歡的事物不會明確表達。回答問題時，常使用短字短句，不會完整敘述；對形容詞、譬喻或隱喻式的語言無法掌握重點，需要他人明確指示或直接切題才能理解。此外，面對他人提出的問題，常需一段時間的思考才能意會。

第二個問題在於他對規律、穩定和秩序感的要求與依賴，無法接受突如其來的轉變。如果是在不拘形式或低結構的課堂上，即便是下課、午餐時間，他都會備感焦慮。而對於必須外宿的校外教學，他會面臨宿舍人數的控制、個人隱私的保留、空間安排、設備使用、金錢管理、飲食衣著等的不確定性，這些突發狀況常令他疲於應付，產生不適應的行為反應。

針對小宇的問題，我改編趙芝瑩（民 81）所編的「日常生活問題情境量表」，作為課程教材，利用動態評量的方式引導小宇練習各項決定的意義。

這些情境包括：「買午餐」、「與同學輪流打掃」、「選擇社團」、「計畫園遊會」、「迷路時如何尋求協助？」、「有人向你推銷產品，而你不要，如何堅持自己的立場？」、「有人向你強拿文具、物品，你要如何堅持自己的權利？」、「兩個同學同時要使用器材，你要如何協商？」、「當全班討論校外參觀，為爭辯到某地而互不相讓，你該如何協商？」、「當你和某同學都想看教室中的某一本書報雜誌，要如何協商？」、「當同學爭辯著看某一片 DVD 時，如何協商？」、「當大家討論要到某一個地方參觀，你不想去，怎麼辦？」、「郊遊時，當大家討論要吃某一種東西，你不想吃，怎麼辦？」等，其中涉及的面向，包括一般國中學生可能碰到的日常瑣事。

我會先提供四種意義層次不同的答案，引導小宇根據日常生活的情境來選擇：

第一種答案：「不知道」、「都可以」或「隨便」。這樣的回答當然不甚理想。

第二種答案：採延緩解決方式，例如：同學在討論園遊會的進行方式，沒有提供具體的意見，但批評別人提供的作法；要使用器材，先拿了就走，或一直站在器材室門口等；同學拿走文具雖然很生氣，但就忍耐著，或直接搶回來。這樣的回答雖能立即解決問題，但方式不是很正確，令人感覺



只是接受問題發生的後果，並未實際負責。

第三種答案：處理過程只有一半或完全求助於他人來解決，例如：與同學協商事情時，只提供自己的意見，或請家長及老師介入處理；不知道要訂何種午餐時，就和別人一樣，或每天都訂一樣的餐點。

最高層次的答案：能夠採取立即性、有效且正確的解決方法，並且是自己負責、積極的態度面對問題。例如：與同學輪流打掃，時間到了就自己去打掃；假如忘了去執行公務，就主動向組長報備並補救；陌生人來推銷物品或利誘時，以具體的理由推辭，或用別的理由搪塞過去。

小宇在碰到必須與他人共同面對的事物時，常無法處理，特別是在協商、計畫等高層次的認知活動時，剛開始總要思考很久，甚至回答不知道。這部分我利用同儕輔導的方式，請幾個與他相熟的朋友經常向他提出問題，並要求他一定要回答，再讓同學衡量答案的適切性；而有活動需要幫忙時，也要找他一起去參加。漸漸的，他比較能採取有效的、正確的解決方法，也可以學習「用適當的方式和同儕互動」，實在一舉兩得。

# 亞斯伯格症學童 社會行為教學策略

文 / 李嘉修

小雨（化名）四歲時，被診斷患有亞斯伯格症。她第一次進治療室，看都沒看我一眼，便興奮的連跑帶跳前往圖書櫃，抽出一本繪本，獨自坐在地板上大聲朗讀書中的內容。

「你叫什麼名字？」我問她。

「你叫小雨。」（代名詞反轉）

「你在看什麼？」

「你看什麼？」（鸚鵡式仿說）

小雨跟我仍然沒有眼神接觸，且開始顯得不耐煩，因為我打斷她念書。

與他人眼神接觸品質不佳，以及語言使用的問題（例如上述「代名詞反轉」與「鸚鵡式仿說」），都是泛自閉症兒童常有的特徵。

自閉症最典型的特徵是人際互動與言語溝通上有困難；而在感受與同理他人的情緒或想法上，具有顯著的障礙，並且可能會出現某些特殊興趣，或具有某些固著、重複性的行為模式。

亞斯伯格症是自閉症的一種亞型，患者在語言發展上相

對而言較為正常，但在社會互動與溝通上，仍有明顯的阻礙，以至於表現出不大適合於現實情境的情緒與言行反應，使得周遭的人可能會認為他很「白目」或「奇怪」。

小雨上國小後，學校老師與同學多視她為麻煩人物。她常有些脫序的情緒與行為反應，例如，上課時，她會自顧自的說些天馬行空的故事，或起身到處走動；老師制止她不當行為時，她會躺在地上大哭大叫；她也常誤解同學的意思，認為別人排斥她而動手打人。有一次，她說了一些不雅的話，老師處罰她，她便情緒失控，把全身衣服脫掉，衝出教室。

幫助小雨適應環境很重要的第一步，是理解她特殊的行為反應，是因受限於腦部某些功能異常所致，並非她刻意的，且要接納她與他人不同的特質。小雨在理解社會規則與人際互動情境的能力較為薄弱，容易因誤解社會情境而受挫，甚至造成情緒失控，以及產生不當的行為反應。

對於像小雨這樣患有亞斯伯格症的學生，教師要能夠理解他們的特殊性，知道他們並非故意惹麻煩，才比較能夠平心靜氣的選擇適合的方法來協助他們。

以下方法提供教師參考：

### ●協助培養抒發情緒的方法

教導學生培養適合的興趣、嗜好，例如，閱讀、繪畫、捏黏土、運動等，不僅能協助他們穩定自身情緒，當感覺受挫時，也可作為抒發情緒的方法。

小雨喜愛閱讀，且具有繪畫天分，教師可教導她，當她生氣時可以讀書，或是拿出紙與筆，把剛才發生過的事情畫

出來；待情緒平靜後，再與她討論事情發生的經過。

### ●運用方法教導理解社會情境

教師可以清楚描述社會情境中的實際情況，引導學生認知自己與他人的感受與觀點，並教導他們表達適當的言語、情緒及行為反應，最後提供鼓勵與肯定，讓他們知道這樣是「好的言行」的理由。

此外，可以利用書上或影片中的人際互動，引導他們了解其中角色的感受與想法，以及教導他們適當的言行反應。例如，引導他們理解書上的小朋友為何這麼做？影片中的爸爸為何生氣？並運用角色扮演的技巧，一起模擬互動情境，教導他們體認與學習適切的言行反應。

例如：我問小雨：「你會怎麼樣幫助別人呢？」她不假思索拿起原子筆快速的畫出三幅生動的人際互動圖畫。她說：「有人跌倒，我扶他；有人不會畫畫，我教他；有人提水桶，我幫他提。」小雨透過畫圖表達助人的想法。經過一些訓練與輔導，誰說亞斯伯格症的孩子完全沒有同理心？

# 亞斯伯格生的社會化教育

## 戲劇情境 架溝通橋

文 / 蔡翠華

亞斯伯格學生在青少年階段，常有適應困難，這些狀況往往不是語言能力造成的（亞斯伯格症的孩子，可能擁有優異的語言天分），而是在溝通上，因為沒有脈絡，經常雞同鴨講或過分直率，而被同儕指責為「無厘頭」或是「白目」，嚴重的，可能導致他人霸凌。因此，協助亞斯伯格生適應社會，表達自我感受，是課程設計不可忽略的一環。

### ●團體治療 情緒鬆綁

我常利用戲劇進行團體輔導；透過模仿動作，以及單一的想像情境等活動，不但讓亞斯伯格生能放鬆肢體，也可讓他們漸漸發展個人的創造力。

剛開始，教師可以實施戲劇性的遊戲，藉由已經熟知的故事來引導，讓學生在有規則可循的情境下，融入現場的氣氛，並與其他同學輕鬆互動。

### ●扮演故事角色 也當觀眾

首先，由教師選擇適合團體進行的故事或文本，讓個案持續扮演同一個角色，並有機會擔任演員和觀眾。經由角色扮演過程，個案不僅有機會透過肢體表演來體驗不同的心情與想法，更能從其他同學的回饋中，增加改變的可能；同

時，透過再次演出，得以用不同方式扮演，甚至改變結局。

最後，假如學生都熟悉表演活動了，便可進入即興的扮演。藉由自由選擇角色與主題，教師輔以討論與重演的引導，讓個案更直接挑戰新主題，進一步轉換情緒，改變人際間的互動。

### ● 戲劇活動運用 個案的實例

小培（化名）是亞斯伯格的國二學生，學業優異，但在班上十分孤獨，分組報告或團體活動時經常落單。小培雖然有意和同學交談，但同學顯然不大願意搭理他，和他接觸，總是隨意敷衍，或敬而遠之。

仔細觀察後我才發現，在課堂上，小培幾乎打破砂鍋問到底，導致教師疲於應付，耽誤進度；下課時，和同學交談的話題又常圍繞在某幾個知性的主題，使同學失去談話興致，漸漸疏遠他。

在一次即興表演的課程中，我要學生以「憂鬱情緒」為主題，即興演出一段故事。小培勉強分到一組，經過小組成員幾分鐘的磨合、溝通後，他們決定由小培飾演最適合他扮演的「資優生」角色。

因為是即興表演，沒有固定的劇本和臺詞，學生都十分緊張。沒想到，小培流利的表達出資優生的憂心忡忡，包括對分數錙銖必較，遇到被同學敵視等困境，他深具戲劇張力的演出，贏得同儕熱烈的掌聲。

另一個亞斯伯格的國一生小廷（化名），則是屬於「白目型」的個案。比較常發生的狀況，是教師在教訓同學時，

他在一旁幫腔，並以高道德標準去衡量他人的行爲，因此，常遭到同學責備，甚至暴力相向。

我利用狀況劇的形態，讓學生分組進行角色扮演；小廷飾演理性的孩子，會以犀利的言詞來分析事情，演來入木三分，同樣博得同儕的刮目相看。

### ●強調接納性的 分享與回饋

從前述的兩個例子，我發現亞斯伯格的孩子功能較爲固著，模仿能力強，透過戲劇，他們自然的在他人面前說出自己的故事，一個個未被理解的心事，就這樣被揭露出來了。

在戲劇活動輕鬆的氛圍下，同儕較能清楚了解：亞斯伯格同學不善於溝通，無法清楚表達個人的心情與想法；如此，才可能進一步願意以同理心來接納他們。

戲劇表演結束後，分享與回饋是活動收束的重要環節。我會請大家發表想法或給予表演者鼓勵，如「謝謝你們的表演。從這個故事中，我看到了……」當然，我也向學生傳達：回饋必須掌握「不批評，不分析，不建議」原則，目的就是要讓大家（不只是亞斯伯格學生）擁有被團體接納的感受，察覺個人能對團體有所貢獻。如此一來，所有學生都能從戲劇活動中獲益，學習面對並克服生命的困境。

# 亞斯伯格孩童在學校 老師你也可以這樣做

文 / 莊瓊惠 (靜宜大學教育研究所副教授)

一般的孩子在進入一個新的學校環境，難免產生適應的問題，對於亞斯伯格的孩子而言，適應期可能比較長，原因是學校環境比起家裡來說複雜很多。

首先，學校的規矩就比家裡多，而且要求比較嚴格。比如：上課不可以起來走動，想上洗手間或洗手都要等到下課才能去，孩子必須花很大的力氣學習控制自己。

另外，學校裡有不同的課程，有時必須在不一樣的教室上課，學生會接觸好幾個老師，而不同的教室或教師都有不一樣的規定。一般的孩子能夠藉著看看別人怎麼做，就跟著做，來減少犯錯的機會，但是亞斯伯格症的孩子缺乏注意他人行為的能力，以至於無法修正自己的行為，所以經常在學校中表現出異於常人的舉動。

學校裡還有一些不成文的約定，這對亞斯伯格的孩子而言真是「無字天書」，不知如何學起。然而，這並不代表亞斯伯格的孩子不願意遵守團體的規矩，他們只是需要比一般孩子多一點時間與協助，來搞清楚學校環境的要求。

一般而言，亞斯伯格症的孩子在非結構的活動時間裡，



比較容易有狀況發生。換句話說，上課期間反而是比較「安全」的時候。在學校裡，這些非結構的活動包括：轉換活動場地、下課時間、參加集會、完成學校作業、交朋友等。

以下就這幾項活動，提出在學校可能實施的策略，以供教師參考。

### ●轉換活動場地

轉換活動場地包括：早上從教室轉換到操場參加升旗典禮，從教室轉換到專業教室的途中，或者是到操場上體育課。

對一般兒童而言，轉換教室是再簡單不過的事情。然而，亞斯伯格症的孩子在情境即將轉換的同時，必須配合情緒的轉換，所以他們需要長一點的時間來進行情境轉換的心理準備，並且做好就緒的動作。教師可以協助的部分包括：

- ◆將孩子的坐位安排在靠近門邊。
- ◆下課之前幾分鐘，就預告要轉換教室的訊息，提醒孩子早些做準備。
- ◆教師可以站在門邊，協助孩子進出教室。
- ◆利用班上學生擔任小幫手，協助引導。

### ●下課時間

下課時間是一段自由活動的時間，也是人際互動最複雜的時候，一般的孩子會安排自己的自由時間，亞斯伯格的孩子卻是苦於不知該做什麼，再加上感覺敏感的問題，下課的混亂，對這些孩子都造成威脅，所以教師還是必須伸出援手，以協助他們度過下課時間。教師可以做的是：

- ◆事先蒐集、了解孩子喜歡玩的東西，在下課時，讓他

可以玩這些遊戲。

- ◆安排孩子做一些服務性的工作。例如：到辦公室拿東西，協助教師擦黑板，或者是擔任教師的幫手。
- ◆安排「小天使」，和亞斯伯格的孩子一起遊戲。

## ●參加集會

參加集會對亞斯伯格的孩子也是一大挑戰，原因是集會活動並不常發生，不是生活中例行的活動，難免造成孩子不安的情緒。

此外，集會活動多在大廣場或大的空間舉行，這樣的空間，容易造成孩子的不安，甚至導致他們以哭鬧或大叫的方式表達不安，教師應該給予多一點體諒。

爲了預防孩子情緒失控，教師可以做的是：

- ◆集會前一天，先帶孩子去集會場地觀察一下，順便了解他們坐位的安排；如果孩子對坐位有疑慮，可以考慮讓他坐在門邊。
- ◆提供關於集會的各项細節，包括：爲什麼會有這次的集會，邀請的講員及內容都可以先讓他知道，給他充分的心理準備。

## ●完成學校作業

大部分亞斯伯格症的孩子會因爲肌肉張力低的關係，以致在精細動作的發展上較不成熟，這自然影響孩子寫字的速度和意願。換句話說，大部分亞斯伯格的孩子都不喜歡寫字，所以，建議教師在給予孩子回家功課時，要適度的調整。例如：

- ◆如果孩子的認知程度還不錯，能夠了解大部分上課的內容，教師就可以考慮減少他回家功課的分量。
- ◆教師可允許家長在家指導孩子功課時，適度的調整分量。
- ◆允許孩子使用電腦來完成回家功課。

## ●交朋友

亞斯伯格的孩子其實是喜歡交朋友的，他們只是缺乏人際互動的策略，不知道如何與他人交談，不知道怎麼開始，怎麼持續話題，不知道怎麼回應。這時，老師可以的協助是：

- ◆先提供交談的經驗，由教師教導孩子和人交談的起始語有哪些，交談要尊重別人的話題，如何回應別人的話題，如何根據別人的話題來發問。
- ◆教師將交談經常使用的問題寫在紙上，讓孩子拿去和同學做練習。
- ◆教師讓學生認識亞斯伯格孩子的特徵，並讓他們知道可以做什麼協助。

# 心的諮商—— 談亞斯伯格生的情緒輔導

文 / 蔡翠華

小迪（化名）在國二時，由導師轉介到輔導室進行諮商，因為他多次在週記中表達對同儕惡意捉弄的怒氣，以及快要無法承受巨大壓力的心情。

## ●亞斯伯格症生 典型特質癥狀

初次見面時，小迪非常抗拒到輔導室，他認為：「我沒有錯，為什麼要接受輔導？那些可惡的同學才需要輔導……」幾次晤談中，小迪控訴同學多麼沒有道德感，上學遲到、上課吵鬧，不交作業、不守信用等，他覺得無法跟他們講道理，說自己每天「忍辱」到校學習，為的就是考上第一志願，未來可以不再和「沒水準的人」當同學。

小迪是亞斯伯格症學生，認知功能優異，成績名列前茅，口語表達相當不錯，但在情緒管理與人際互動方面仍出現「質」的問題。首先，他的道德意識較高，無法認同同儕毫無秩序、雜亂無章表現，而同儕則認為他自恃成績好，瞧不起人，是愛炫耀的假學究。這正是亞斯伯格症很典型的癥狀。

亞斯伯格青少年很希望發展友誼，卻不了解人際互動技巧，因此很難主動與人分享快樂、興趣和成就。年齡的增長

後，認知功能力較強的個案，意識到自己與他人不同，明顯受人歧視、排擠，因而有憂鬱傾向。因此，如何抒發不良情緒、做好情緒管理，是亞斯伯格青少年非常重要的學習課題。

### ●引導情緒管理 營造友善環境

「情緒」大略分為「正向情緒」與「負向情緒」。正向情緒包括愉快、滿足、幸福、充實與幽默等；負向情緒有生氣、恐懼、悲傷、鬱悶、焦慮、罪惡等。而亞斯伯格症者不論在正向情緒或是負向情緒上，都與同儕有「質」的不同。

面對現實社會的「瞬息萬變」，他們難以修正既有行為去因應環境，因此，常處於「狀況外」，不知如何過團體生活，也無法理解與他人建立關係的規則，以致出現不當反應，再加上敏感、容易緊張的特性，往往使他們心中的壓力不斷增加，甚至造成情緒失控。由此推知，亞斯伯格青少年的情緒管理與環境的支持習習相關。從「生態系統」的角度來看，學校的師長與同學都應該納入共同學習的一環。

首先，以教師的系統來說，與亞斯伯格青少年建立穩定而溫暖的關係，有助於他們學習正向情緒，並適度的宣泄負向情緒。亞斯伯格孩子的情緒風格較理性，有時會顯得冰冷、無情，沒有彈性，若教師能以愉悅、溫暖等正向方式來引導，就能為他們示範正向的情緒表達，提供進一步學習的機會。

另外，穩定的關係，也使亞斯伯格青少年在結構化脈絡中，能夠放心的傾訴心情，宣泄身心承載的負面能量。比如，經過幾次晤談，小迪已能做開心胸跟我對談，甚至變得依賴，即使不是約定時間，也會要求任課教師讓他到輔導室。不過，

我還是堅定的對他聲明，過度依賴並非好事，使他了解不當的行為會遭人拒絕，進而幫助他釐清人我合宜的界線。

### ●團體經驗分享 學習適當表達

其次，以溝通的系統來說，最好能引導亞斯伯格生用一般人能理解的社會性語言來表達心情，而非以抽象、艱深的字眼來形容。例如：小迪曾以「出淤泥而不染」來描述自己的處境，卻遭到同學挑釁，使他感到莫名其妙。後來，我引導他分析「出淤泥而不染」的多元意涵，包括對自己較貼切的形容到底是清高、孤獨，還是其他？是否不小心貶抑傷人，再引導他理解同學對這個形容的想法，進而預測他人可能的行為與表現，以及如何自我調整。

最後，樹立良好的典範，對亞斯伯格青少年的協助更為重要。一般來說，他們比較容易和大人建立良好關係，卻不容易與年齡相近的同儕和平相處。因此，良性的同儕團體，可使他們精確的看到他人的情緒反應。

我曾舉辦「請聽我說」小團體，邀請社區、學校亞斯伯格青少年一同參與。透過團體互動，小迪發現許多適應策略，例如：面對新情境的恐懼與焦慮，有人以「事先模擬」的方式來因應；有人睡過頭遲到，主動向老師道歉，而獲得諒解；生氣想打人時，馬上離開現場，到輔導室尋求開導。此外，小迪被善意的提醒「笑容過於僵硬」「講話太直，容易被同學誤解」等，也得到他人「如何做比較好」的回饋。

參與良性的團體，分享實際作法，不僅讓亞斯伯格青少年獲得同儕深度的同理，就連一旁協助的教師也受益良多。

# 增進亞斯伯格生的人際互動 營造友善環境 協助融入團體

文 / 曾秀玲

我是學校兼任的輔導老師，曾輔導過一個亞斯伯格症生，以下提出互動經驗分享。

## ●從了解中找方法

由於那個孩子不善於表達，在輔導過程中，我們較少言語互動，大多是我單方面的陳述。雖然如此，但我會請教他班上的導師，以了解孩子近況，並藉機知道他各方面的表現。例如，他在媽媽生病時，會很體貼的幫忙做家事；我除了請導師適時給予鼓勵外，也會在輔導時間特別肯定他的好行為，以增強他正向行為的動力。

這個孩子很有創意，他會無師自通的用紙折出恐龍造形，也會利用幾塊積木自己想出許多玩法，他更有繪畫天分。我曾經建議他：「你下課後，可以找同學一起玩自己發明的遊戲。」但是，他只是搖頭說：「我不知道該怎麼做。」在人際互動有退縮的情形，是亞斯伯格孩子很典型的徵狀之一。

## ●架設友善橋

升上了五年級，學校重新編班，這個亞斯伯格症的孩子

與導師、同學也經歷了一段艱難的磨合期。幸好他的導師相當用心，不僅耐心的了解亞斯伯格症，更在他有情緒時，試著幫助孩子釐清自己的想法，並開導他「如何說明自己生氣的原因」，教他適切的表達。

另外，導師也為他與同儕之間搭起了「友善了解的橋梁」。於是，當這個孩子發脾氣時，同學們都知道得儘量避開，不與他發生衝突，讓導師與相關人員（如輔導、學務教師）介入處理。當他的情緒風暴結束後，導師也向全班學生說明原因，進行「了解亞斯伯格症」的機會教育，也協助其他孩子學習尊重和理解他的情緒。

最重要的是，由於這個亞斯伯格孩子很在乎自己給人的觀感，因此，導師搭配課程設計活動，讓他有機會發揮所長，使同學能夠肯定他的能力。例如，班上負責朝會的品德教育小劇場演出時，讓他表演不用出聲說話的警察角色，以動作詮釋；舉辦跳蚤市場時，讓他負責畫宣傳海報；戲劇演出時，讓他繪製幻燈片，並負責全程播放。

還有，每次狀況發生，都是亞斯伯格孩子學習自我控制，同儕以行動表現理解、接納的良機。

例如：在戲劇公演前一個月的排練中，他都很認真的配合，但某天天氣燥熱，他發了脾氣，把幻燈片到處亂丟，並扯下布幕。面對這樣突發的事件，一起排練的同學們懂得安靜的退到一旁，讓導師以溫和、平靜的口吻先同理他的感受：「你是不是累了？天氣很熱讓你受不了，沒關係！我們也有相同的感受。你先休息一下，好嗎？」（當亞斯伯格孩



子發脾氣時，如果沒有直接的危險，最好等他稍微平靜，再安撫。）隨後，導師詢問他，需不需要有人協助，如果覺得情緒不舒服時，班上有同學可以協助他。最後，這孩子表示自己會控制脾氣。果真直到連續六場公演完成，他都很盡責的做好分內工作。

同學對他有沒有另眼相看？其實，一個平時很難表達感受又易怒的人，能夠在一個月中自我克制，與大家同心協力的合作，完成公演任務，這使得同學都很佩服他。而長期置身在友善、被理解的氣氛中，他將更有信心與同學合作，面對未來挑戰。

請提供亞斯伯格孩子與同學一同完成任務的機會，讓他發揮長才，也讓同儕肯定他的能力，如此透過更多孩子的輔助，他將在團體的友善互動中學會克制情緒，成為更優質的個體。

## 了解「亞斯伯格」電影

推薦人／許鈺玲（中華民國自閉症基金會南部辦公室主任）

- ◆我的名字叫可汗
- ◆巧克力情緣  
<http://www.maryandmax.com/>
- ◆遙遠星球的孩子（線上觀看）  
<http://tw.movie.yahoo.com/autism/>
- ◆阿蒙正傳  
[http://tw.movie.yahoo.com/movieinfo\\_main.html/id=3875](http://tw.movie.yahoo.com/movieinfo_main.html/id=3875)

# 模擬情境 運用物件溝通引導

## 亞斯伯格孩子學習人際互動

文 / 蔡翠華

我搭了一座橋，不知從哪裡，跨越空無，不知在橋的那一邊會有什麼。我搭了一座橋，在霧當中，跨越黑暗，希望在橋的那一邊會有光亮。我搭了一座橋，從沮喪，跨越遺忘，我知道在橋的那一邊會有希望……我搭了一座橋，走過了橋，但是在橋的那一邊，沒有遇見任何人。

——吉姆，摘自東尼艾伍《如何與亞斯伯格孩子相處》

### ●人際困境兩極化 尋求平衡 發展友誼

加拿大亞症學生吉姆的詩，一方面傳達了泛自閉症者無法直接面對人群，必須透過「橋」的銜接，才能與現實世界接軌的景況；另一方面也寫出他們內心的孤獨、沮喪，想與他人接觸卻不可得的深沉渴望。

亞斯伯格青少年的感受就如詩文描述，他們的人際關係常被形容為「主動但怪異」。簡單的說，他們有交友需求，卻沒有社交技巧，無法精準的拿捏與人相處適當的距離。

有時，在人我之間，他們畫了一條嚴謹的界線，不容他人跨越。例如，凱凱（化名）進入國中就讀後，就不斷的要求父母、導師及輔導教師必須為他特殊障礙的身分保密，甚

至排斥與輔導室及資源班接觸並建立關係；若有事須聯絡，要透過手機或請導師轉知，但由於凱凱這種怪異行爲，反而導致同學對他投以異樣的眼光。

有時，他們又缺乏適當的人我界限，以致使別人備感壓力。例如：均均（化名）喜歡常幫助他的小亭，因而每天在大庭廣眾之下，送出表達愛意的書信，使小亭十分生氣憤怒。

人際關係過與不及，往往是他們與人交往的致命傷。因此，如何協助亞斯伯格青少年找到社會人際的平衡，拿捏正常的人我距離，使自己與同儕在心理或生理上都能感到舒適，進而發展適當的友誼，是非常重要的學習面向。

### ●事先模擬情境 反覆練習 勤互動

在人際互動方面，亞斯伯格青少年不擅長隨機應變，因此「事先模擬」，透過情境引導應對，是一個相當有效的教學策略。

亞斯伯格學生常認為和同學互動非常麻煩，人際交流較有困難，但對物件說話，不論對象是動物、電腦、布偶、牌卡，都能顯得輕鬆自在。凱凱就曾抱著拉不拉多犬說：「我喜歡和 Teddy 說話，牠不會罵我。」因此，如何透過「橋梁物件」來幫助他們人際「破冰」，就顯得相當重要。

在與均均探討人際困境時，我利用布偶、抱枕等柔軟的物件，引導他讓物件代表自己，並從物件角度說話，比如「我是○○，是○色的，可以做……」當焦點放在「物件」時，亞斯伯格青少年往往能夠侃侃而談，顯露內心的想法與感受。

其次，可以加入另一物件充當第三者，例如班上同學小亭。此時，除了讓均均為代表小亭的物件發聲外，還要他憑個人感覺將兩個物件擺放在桌上，我再從兩者間的距離與方向，和他探討界限問題。

討論範圍包括：代表小亭的布偶可能有什麼感受，代表均均的布偶有什麼想法等。透過這個歷程讓他體察他人的感受，並以具體形象與距離，呈現人我之間較適合的界限。

在談話過程中，均均可以憑直覺任意移動、擺放桌上物件的位置，直到他身心覺得舒適，不想變動為止。最後，請他站起來環繞一圈，講出「現在」「此時」的感受與想法。而由我代表一般人說出心中的感受與想法，並與均均一同檢核彼此的差異，引導他思考其中可能發生的問題。

操作一輪後，均均可再加入其他物件，重覆一次上述互動。加入新物件後，物件間既有的關係可能改變，也可能維持現狀，不過，均均一樣要為每樣物件發聲，自由的將它們擺放在他認為適當的位置，並說出當時的感受與想法。

透過這個間接、虛擬的場域，均均獲得主動開口、與人交談、引導話題的練習機會，並透過人際關係的模擬，而有自我察覺的空間與人我界限的設想，如此他在面臨實際互動時，有重要的參考坐標可依循。

然而，人際關係不能只建立在虛擬情境上，最終還是必須回到真實世界裡去實踐。師長秉持「處處教，事事教」的原則，可以讓亞斯伯格青少年在瞬息萬變的真實情境中，比較沒有威脅及壓力的探索有趣而開放的人際互動。

# 疑似情障生的輔導策略

文 / 王永琪

班上的小傑（化名）學習能力正常，在編班安置時，僅被告知是「人緣欠佳」的一般生，前任導師曾無奈的提醒我多注意他的言行舉止，以免引起其他家長反彈。

開學不久，小傑即因玩躲避球被球打到，生氣的當眾脫褲子，賴在地上；也曾下課跟別班同學玩時，掐人脖子；因為答錯科任教師的提問，生氣的掀桌子，衝出教室鬧自殺；更常因為自認為考不好，生氣的撕碎考卷、課本，猛砸自己的頭，破壞公物；甚至情緒失控時，把桌上的保溫瓶、剪刀或椅子等物品砸向無辜的同學……諸如此類失控的情緒行為，讓教師疲於奔命。

小傑情緒失控時，家長常因未接手機，第一時間未能趕到；不然就是家長趕到教室時，他的情緒已經穩定，未曾親眼見過他在學校失控的模樣。然而，其他家長抗議的電話及學生恐懼的抱怨不斷，多次向家長提及問題的嚴重性，但是效果不彰，直到我做了一些策略改變。

首先，和家長溝通時，先讚美小傑最近優良的表現，例如他課堂上發表踴躍，喜歡幫忙，字寫得很整齊等，再漸漸的提到他的行為問題。其次，請科任教師協助，若小傑有失序行為時，在聯絡本留言，多些不同教師的聲音。

再者，當小傑有好表現時，除了公開口頭讚美、物質獎勵，也寫在聯絡本上表揚，讓家長及孩子感到備受關心；辦理校外教學時，邀請家長參加，以了解孩子的人際互動；家長有一點點小小的配合或改變時，即時給予鼓勵及讚美。

另外，也不忘提醒家長，如果小傑再不小心傷及無辜的同學，有可能須面臨法律的嚴肅問題。最後，在徵求家長同意下，在他情緒失控時拍幾張照片提供他們參考；當然，也預先拍了幾張他情緒穩定、上課認真參與、笑容滿面的照片。

三個多月後，當小傑情緒再次嚴重失控時，家長終於願意正視他的情緒障礙問題，隨即帶他到醫院就診，學校也尋求心理師的援助及資源班的輔導等。很快的，小傑被診斷為過動合併亞斯伯格症，領了自閉症手冊。

在這段家長未積極面對、其他家長嚴重抗議、學生恐慌的時期，身為導師的我除了隨時記錄小傑失序的行為問題，時時口頭呼籲班上小朋友多包容、關懷外，並發行「班訊」刊物，提醒家長叮嚀孩子，儘量避免和小傑有言語衝突；影印報上相關文章作為參考，以及召開緊急家長會，並提醒任課教師多注意。最後，讓小朋友每天寫日記，使他們的恐懼有抒發出口；當我在日記上回應，表達感同身受，頗為重視時，家長的抗議聲浪及小朋友的排斥便可減緩許多。

隨著時代變遷，在推展友善校園、零拒絕的同時，建議教育當局多辦理相關研習，讓第一線的教師能多一些特殊教育知能，遇到類似問題時才不至於手足無措；同時，也期望透過媒體宣導力量，讓家長重視及正視孩子的情緒問題。

# 資優障礙生雙軌教育 發展優勢 補償缺陷

文 / 蕭偉智

小星（化名）曾得過總統教育獎。「雖有亞斯伯格症，但發揮努力不懈、勇於接受挑戰的精神，以『正向』面對自己的弱勢，積極學習，成就優異，是全國學生學習的最佳典範。」這是評審給小星的獲獎評語。

三歲小孩已牙牙學語，小星卻發不出一個音，也不和他人玩；念幼稚園時，固著行為加上溝通能力不佳，使教師認定小星有學習障礙或發展遲緩的傾向，請家長帶他就醫。

在某次智力測驗中，發現小星對語言文字沒有太多反應，卻對空間圖形反應正確且迅速，最後醫生診斷小星有亞斯伯格症，但極可能有高度數理潛能。媽媽態度轉為積極，除了加強小星的溝通與社會人際能力外，更帶孩子到許多機構訓練溝通和數理能力，並與學校教師密切配合。

像小星這樣的孩子，是典型的「雙重特殊需求（twice-exceptional）」，兼具障礙與資優特質，例如：肢體障礙資優、學習障礙資優、自閉症資優、情緒障礙資優，以及視覺／聽覺障礙資優等。事實上，在分軌式教育發展下，資優與心智障礙常被視為互不相隸屬的領域，直到近十年國內外才紛紛

關注這群資優障礙生的鑑定安置、教育服務及相關諮詢輔導問題。對於這樣的孩子，以下建議提供參考：

### ●早期鑑定與接納

家長對於孩子障礙特質的接受度，往往是孩子日後是否能夠成功適應社會的第一個關鍵。建議家長若發現孩子有此狀況時，不要刻意忽略，應尋求專業協助，例如：社福機構、醫療機構、特教中心或家長團體。早期鑑定孩子的優弱勢能力，有助於未來早期療育的規畫。

### ●讓孩子了解自己的雙重特質

雙重特殊需求的孩子往往都會經歷資優、障礙能力懸殊的痛苦，對自身內在能力的不一致，在心理產生矛盾感與自卑感，甚至導致適應不良與低成就。家長可透過親子互動，讓孩子知道自己的正負向特質，並正向引導孩子自我接納。

### ●優弱勢並重訓練

孩子入學時，家長應告知孩子的特質與適應情況，讓教師第一時間了解孩子的特殊性，並營造接納、鼓勵的學習環境。一方面，學校可針對孩子弱勢部分進行補償性替代策略（如科技輔具介入）、學習技巧訓練、情緒管理、自我監控訓練等；另外，教師須針對孩子的優勢領域，提供充實或加速服務，以增強孩子的自信與自我認同。總之，親師應提供著重孩子優勢發展以及缺陷補償的雙軌教育方案。

「資優障礙」的孩子，需要家長、同儕與教師（普教、身障與資優教師）組成的團隊力量真心接納與耐心教導，才能協助他們發展優異的才能，讓雙重特質都發揮正向作用。



# 帶亞斯伯格小天使找朋友

文 / 柯雅齡

看了病歷後，我知道這是相當具有挑戰性的課題。

第一堂課，孩子陸續進入教室，我以簡單的課程和孩子做些互動，目的是讓這幾個孩子，能在第一堂課中稍稍進入狀況。半個小時過去了，門邊才出現彥彥媽媽，以及在一旁拉扯的彥彥。

彥彥在媽媽半推半哄下進入團體，一看見其他的孩子，他就大叫，與媽媽一番拉扯後，他索性跑到球池裡，將球一顆一顆的往外丟，干擾其他孩子的課程。媽媽坐在一旁看了看，絕望的搖搖頭；才待了半小時，就把孩子帶出團體中。

課程結束後，我告訴媽媽，要彥彥馬上進入一個團體中，真的不是這麼容易，就因為如此，所以我們更要給孩子練習的機會；如果可以，希望下一次彥彥能提早一些時間到，讓孩子先熟悉環境。一進到教室，就直接進入課程活動，對亞斯伯格孩子而言，是莫大的壓力。

第二次上課時，彥彥媽媽很配合的帶彥彥提早十分鐘到活動室中。剛開始，彥彥一個人興奮的坐在位子上玩玩具，陸陸續續其他小朋友進來，他也無動於衷，但在進入課程後，他又開始大吼大叫，推撞其他孩子，在我的制止下，他躲進櫃子裡。

這一次，我還是沒有直接去處理彥彥的狀況，我只是繼續既定的課程。等身邊其他孩子能獨立進行活動時，我才走到彥彥躲的櫃子邊，輕聲告訴他，我數到十，就要把櫃子裡的小朋友變出來了，請他跟著我一起數。

一邊數，我一邊將櫃子的門打開，並很快用簡單的操作性教具，引起他的注意，引導回到其他孩子進行的活動中，同時也轉移他的情緒。

之後，這樣的情況仍在持續上演，只要稍有挫折，原本寧靜的彥彥，就會突然狂暴起來，丟東西，爬上櫃子上……我會視當時彥彥的情況，恩威並施的讓他平息。

在一次活動中，當他天使般的面容要轉為魔鬼般的凶悍時，我馬上以嚴厲的言行制止他，彥彥一邊嘶喊，一邊以不清楚的語言說：「我都沒有朋友……」此時，我才知道孩子心中的痛！彥彥是需要朋友的，只是他真的不知道如何與其他孩子互動。

漸漸的，我可以了解彥彥的行為模式，彥彥也可以接受我對他的要求。爲了讓彥彥能得到全方位的學習，除了藉由簡單的遊戲，讓他與其他孩子有良性互動外，我再將他轉介給其他治療師做進一步的評估，提供教學建議，並將建議加入課程中，幫助彥彥能學習其他的技能。

現在的彥彥，依舊會有強烈的情緒起伏，但只要在我明確的制止及安撫下，他可以稍稍降溫。有時，我也允許他躲進櫃子裡，等我去接他的時候，他會跟著我一邊數，數完後自己出來；如果 he 不想這麼快出來，他會告訴我，要數到

三十，甚至更多。之後，他強烈情緒的頻率，漸漸的降低了。

彥彥對於靜態的操作較有興趣，配合度較高；對於新活動或較有挑戰性的活動相當排斥。因此，進行這類活動前，我通常會先告知孩子的媽媽下次活動的內容，讓媽媽在家先幫彥彥「預習」，為新活動暖身。等彥彥再次上課時，就可以在熟悉的狀況下，放心的學習。幾次下來，彥彥的適應狀況頗佳，媽媽也因為彥彥的進步感到喜悅。

彥彥小小年紀，卻換了好幾個幼稚園、托兒所，這也是媽媽一直擔心的事。我協助媽媽尋找家中附近的學校，我告訴媽媽，彥彥目前較適合小班制的幼稚園，如果確定要去上學後，媽媽就要持續的帶彥彥去上課，即使他大哭大鬧吵不肯去，媽媽還是要堅持讓他養成上學的習慣；當然，也不要到了九點十點才帶彥彥到幼稚園，因為這樣他會更難適應老師及其他同學。

確定彥彥要就讀的幼稚園後，我就跟他的幼稚園老師聯絡，讓教師清楚了解彥彥的情況，並提供幾個可以有效引導他的策略，以及協助安撫他的技巧。

我知道彥彥脫離幾個孩子的小團體後，要他馬上適應至少十個孩子以上的班級，確實有困難，但我相信：在媽媽和教師的配合以及用心教導下，彥彥一定可以更進步。

# 亞斯伯格症個案認識

文 / 羅湘敏 (屏東教育大學特殊教育學系副教授)

小強(化名)一直到十六歲大時，才被診斷為「亞斯伯格症」。之前，他被多次轉介去看教育心理家和兒童精神醫生，主要是因為他不良的人際關係和學業方面的困難。心理評量的結果一致顯示：他有平均以上的智商，以及同年齡的閱讀、拼字、數學技巧。過去，他的家人也做過家庭治療，但對他的行為沒有什麼影響。

嬰幼兒時期，小強是個非常乖的嬰兒，他的早期發展都正常。他似乎非常喜歡獨自一個人，而且不特別喜歡被逗弄，但被抱或騷癢時，也會有反應。他會看父母，也會對他們笑，但比他的兄弟姐妹們要少很多。

在他九個月大時，出現單字使用，在三歲時，已經出現非常複雜字彙的使用了。他非常沉迷地圖和火車，並且不停的談論它們。他被認為非常聰明，但要他談其他的主題是很困難的事，而且他也無法參與一般的交談。

小強對話語的理解，往往停留在「表面」字義。比如：有一次母親出門，為了讓小強安靜，留下紙和水彩，要他畫湯姆士火車頭。當母親回來時，看到紙面仍是空白的，但是所有的玩具火車上都是水彩。

當小強大些時，他的行為變得更有問題。在他五歲前，

因為他的搗亂行爲而被兩家托兒所拒收。他在小學的前兩年被形容爲「夢魘」；母親也不斷的因爲他的某些「惡行」而被請到校長室。

七歲時，母親聽從教育心理家的建議，讓他轉到較小、有結構的學校。在那樣的學校裡，小強雖然沒有朋友，但是適應得還不錯。班級導師看重他閱讀和數學方面的專長，鼓勵小強幫助能力較差的同學。

小強從六歲大時，開始玩「湯姆士火車頭」軌道組，並收集這類玩具。在這之前，他不曾模仿或玩想像的遊戲；接觸這組玩具之後，他可以一個人玩好幾個小時，並且表演出書本或錄影帶裡複雜的情節。偶爾，他會讓其他的兒童一起玩「湯姆士火車頭」的玩具，但是他們必須完全照著他的指示玩，否則遊戲就必須重新來過。

大約在這個時候，「他可能有自閉症」的問題首次被提出。不過，他的小兒科醫生不這麼認爲，因爲他有複雜的假裝性遊戲行爲和良好的會話技能；小強曾經告訴醫生他看過所有有關「湯姆士火車頭」的書。

後來，他對「湯姆士火車頭」的強迫行爲，漸漸消退，但對火車的興趣一直持續著。小強特別迷戀火車內部的燈光系統，週末時，他會堅持坐不同路線的火車，並將所有的燈光拍照，對火車路線和地圖，也有非常豐富的知識。從七歲那年起，每逢耶誕節或過生日，他都會要求家長買地圖或有關地圖的書。

在社交上，他一直是非常孤立的兒童，缺乏思考的批評

或行爲，常常會傷到人。在公開場所，他會大聲評論別人的外貌，尤其是對過胖或有肢體障礙的人。但他不了解爲何這些評論會被視爲攻擊，他堅持「那些都是正確的」。他從沒表現過、從沒被看過、或給過其他人安慰，他似乎是無法理解別人的感受。有一次，他和母親在廚房吃三明治時，母親突然昏倒，而他直到吃完三明治後，才叫姐姐來幫忙處理。

當小強上高中時，情況變得更嚴重。他沒有朋友，被欺負，並且常被同學設計，同學們唆使他在集合時走到校長面前，或叫他在樓梯上，向下方的老師丟袋子。

他和老師之間一直有問題，可能是因爲他缺乏自律，遲到，無法照教師的要求帶正確的文具或書籍到學校，以及他不依規定做作業。另外，他曾大聲批評老師的外貌，在上課中有糾正教師行爲的傾向，導致許多抱怨。由於他手腳非常笨拙，又不懂團體比賽的規則，因此不擅長運動。但他在數學、法語和德語方面的表現，卻是非常好。

這是一個亞斯伯格個案很典型的發展史，雖然與自閉症者的問題有很大差異，要視年齡、智能、語言和其他技能而定，但個案與個案之間也可能出現許多相似處。

# 轉銜脈絡思考 促成亞斯伯格生正向學習

文 / 蔡翠華

個別化的教育方案或轉銜計畫，都與學生日後的發展和生活息息相關，因此教師除了要著眼於學生個人的能力、特質外，家庭、學校及其他支援網絡，也要一併思考。

## ●生態轉銜的概念與規畫

規畫身心障礙學生的銜接計畫時，應特別重視每個教育階段的「脈絡影響」(the influence of contexts)。所謂的「脈絡」是指「各個生態系統之間的連結」。例如：國中階段可喻為一個生態系統，高中、高職階段是另一個生態系統；當前一個生態系統的組成分子，變成下一個生態系統的一員時，就會帶動兩個生態系統間的互動。

在轉銜過程中，除了學生本人外，教師、家長等彼此間也會產生相互的影響，而這個互動的脈絡會隨著時間持續變化，因此絕對不是一個靜態的歷程。所以，當學生面臨轉換環境的時刻，兩個生態系統的師長，必須嚴陣以待。

以亞斯伯格學生為例，他們普遍的弱點是：比較不會因地制宜，很容易將前一個學習場域的習慣原封不動的套在下一個學習場域裡，以至於入學初期往往衍生許多適應不良的現象。因此，細緻的個案轉銜計畫，不但能幫助亞斯伯格生

獲得「事先模擬」的機會，並培養必要的「先備技能」，使他們在步入新的學習歷程時，能夠獲得正向的生活經驗，縮短磨合期，順利往下個階段開跑。

### ●未來學校生活的心理地圖

對亞斯伯格學生而言，舉凡必須具備的基礎學科能力（語文、數理），以及涉及問題解決、自我監控、時間管理、社交互動等各項能力之外，「對學校的第一印象」往往是影響個案轉銜成效相當重要的關鍵。

以小木（化名）為例，當他被安置到高職後，本來隨機編班被編在「1班」，沒想到開學後的班級變成「2班」。後來，小木不願到2班上課，也不肯與2班的導師接觸，致使兩班師生延誤上課。經過輔導教師、家長與教務處的協調後，小木終於願意到2班上課，但心中卻烙下「學校強迫學生換班級」的惡劣印象。

因此，國中師長在輔導身心障礙學生轉銜到下一個教育階段前，最好儘早和未來安置學生的學校聯絡，進行適當的溝通；其次，要取得亞斯伯格新生相關的書面資料，例如：學生手冊、參考行事曆與過去的課表等，以便當作他們認識新環境、新規則的重要資源。

另外，面對新環境可能發生的變動，亞斯伯格青少年的心中常產生許多恐懼與焦慮，例如：上學路線、採購午餐，以及校園安全等問題，所以師長最好適時引導他們發問，提出擔憂，並以「事先模擬」或「請求協助」的策略來因應，以便協助他們建立未來學校生活的心理地圖。



## ●成功的轉銜計畫 理性思考基本條件

亞斯伯格青少年在學習上往往展現了單一興趣，例如繪畫（特別是汽車、飛機等）、工藝或電腦的操作等，因此，這些優勢就成了師長協助他們考量安置學校的重要依據。

以阿明（化名）為例，他從小愛玩汽車模型，平日除了以操作各式遙控汽車當休閒活動外，還很會繪製精細的汽車造形。國中畢業後，他最想就讀高職汽車科。然而，汽車科的學習科目有大量的機械原理和電學知識，需要稍強的數理能力，而在工廠實習要搬動輪胎機件、拆卸零件、使用千斤鼎等，因此良好的體適能是必備條件；此外，工廠內機械運轉有時十分快速，有時會發出巨大聲響，整個空間飄散著特殊的機油氣味，這些都是念汽車科必須一併評估的面向。

阿明的身材瘦弱，對聲音十分敏感，因此初步評估他不適合念汽車科，反而是以繪製機械圖表及電腦繪圖為主的製圖科比較適合安置他。但如果阿明一定要就讀汽車科，那麼除了必須加強他的數理能力和肌耐力外，特殊輔具的提供，例如：使用足以降低音量的耳塞、控制轉速的裝置等，就必須特別列入個別化教育計畫中。

高中職的師長也是促成不同教育階段轉銜「無縫接軌」十分重要的工程師。因此，在學生進入校園前，可以先為他們準備一份「核心能力清單」，以便國中端的教師在事前提供詳細的檢核表參考。在開學之前，高職師長甚至可以實施職業能力評估，讓學生實際接觸並操作工廠的各式機器，以便了解學生的興趣與能力的適配程度。

# 亞斯伯格症學生 生涯發展及輔導

文 / 梁明華

亞斯伯格症雖然在一九四四年就由奧地利醫師漢斯·亞斯伯格提出，但在一九九三年世界衛生組織及一九九四年第四版美國精神醫學診斷手冊 DSM- IV 正式被承認後，相關的研究及診斷才逐漸增加。

目前臺灣研究或診斷亞斯伯格症大約有十多年歷史，在「亞斯伯格症」這個名詞還未被了解之前，很多亞斯伯格症學生被認為是智能障礙或有精神疾病問題，錯誤及不明的診斷，將使這些學生無法獲得良好的學習環境及支持系統。因此，如何讓社會大眾認識亞斯伯格症，是目前需要努力的重要目標。

對每個學生來說，無論在學校的學習或是以後的職場工作，都需要和人接觸，但亞斯伯格症學生最大的困難即在社交技巧的缺乏。在一般人眼中，亞斯伯格症學生沒有同理心、固著於特定事物、不會與人有良好互動、不會辨識他人臉部表情，而常發生誤會，這種種因素都將導致亞斯伯格症學生在未來的學習及職業發展中，面臨到許多嚴峻的挑戰。

有鑑於此，在目前學校教育中，對於已被確診為亞斯伯格症或是未被鑑定的亞斯伯格症學生，都須為他們的生涯發展進行全方位的考量及規畫，營造友善、接納的學習成長環

境，才能有效幫助他們順利融入未來的職場生活。

在輔導亞斯伯格症學生未來職場就業所會面臨的問題中，最重要的關鍵在於人際關係的處理。儘管他們的智力屬正常以上水準，學習職場技能並非其主要困擾，但仍有許多亞斯伯格症患者難以適應職場生活，原因即來自於社交技能的缺乏，造成主雇之間關係的緊張與衝突，因而無法順利獲得工作的成就感，甚至喪失自信心及面對問題的解決能力。

由此可知，在亞斯伯格症學生尚未踏入職場前，學校教育就應先針對他們未來可能遇到的職場狀況，進行社交技巧訓練，經過實際練習及情境視覺提示的人際接觸活動等，以便能夠透過活動經驗的累積，增進他們對環境的覺察力，以及提升與他人互動的技能。

亞斯伯格症屬隱性障礙，一般人難以從外觀判定其就是障礙者；加上智力表現正常，卻常常做些出乎人意料的行为，更是讓旁人不知所措、摸不著頭緒，無法理解他們問題行為背後的原因，造成他們在職場適應不良的情況產生。身為教育工作者，除了就在學階段教導亞斯伯格症學生在學校的社交技能外，也應透過多元活動培養他們的挫折忍受度，以及接受新事物的能力，才能因應未來多變的職場生活。

# 正面評價亞斯伯格生 促成自我悅納

文 / 蔡翠華

今年三月，亞斯伯格生瑋瑋（化名）參加了身心障礙者的單獨招生。試場上，一個口試委員問：「自閉症學生需要什麼『特別的』幫忙嗎？」令他感到錯愕，沒有回答，後來也落榜了。姑且不論瑋瑋落榜原因為何，但在特別為身障者設置的考場中，口試人員竟對身心障礙沒有初步了解，就貿然提出似有成見的疑問，當然會令身心障礙考生不知所措。

事後，瑋瑋認為：因為自己是亞斯伯格患者，所以無法被錄取。我曾嘗試協助他釐清這個事件，但瑋瑋始終顧左右而言他，對「自閉症」、「亞斯伯格」是什麼也都絕口不提，陷入自我認同的困境。

## ●輕度障礙學生 自我認同有負面傾向

在教學場域裡可以發現，許多「亞斯伯格」或輕度障礙學生的自我概念，比中、重度的身障生來得負面。原因可能是：青春期的孩子面臨了人生重要的課題——自我概念的建立與自我認同，因此較容易受他人行為、表現的影響。而「亞斯伯格」由於具備基本的溝通能力和社會功能，對同儕不經意的排擠與歧視態度感受較深，因此，在社會互動中也承受較大的壓力，間接也造成他們負面的自我觀感。

許多亞斯伯格生的家長，爲了避免孩子被貼上不良的標記，多半會請學校師長不要把孩子障礙的狀況告知他的同儕。然而，隱瞞事實，不代表孩子的障礙困難就消失不見；班上同學在相處一段時間後，總會發現某人「怪怪的」，包括：總是拖著同學講一些深奧的生物問題，一直重覆說某些複雜的英文單字，成績不錯但作業卻寫得亂七八糟，午餐大量拿取某類蔬果等。最後往往導致：表面上隱藏了亞斯伯格學生的障礙狀況，但實際上，他在團體活動中總是落單，需要幫忙時，也沒有人願意伸出援手。

### ●提供服務三部曲 澄清、協商與宣導

面對「亞斯伯格」，建立自我認同，是亞斯伯格孩子人生無可迴避的母題。因此，當學校有亞斯伯格生報到時，我會先嘗試和他及家長討論亞斯伯格者的「特殊需求」與「特殊障礙」間所呈現的不同面向。

所謂的「特殊需求」，是站在學習的立場，來檢視孩子的能力和教學之間可能產生的落差，並試圖運用個別化的教育方案，加以協助。簡單的說，若孩子在溝通方面明顯有問題時，就提供「如何適當與人交談的方法」，僅就適應角度來談學習效能，並沒有做負面標記的疑慮。

對特殊學生進行分類，只是爲了快速掌握孩子的學習特性，以便教師能選擇更有效的教學策略來幫助他們學習而已。在教學場域裡，即使是同類診斷的孩子，也常有個別差異，表現異多於同，所以用「特殊障礙」的觀點來看待亞斯伯格孩子的劣勢，實在很容易形成錯誤的評價。

在入學前的面談中，我會與孩子及家長共同協商，討論在未來的學校生活中，要用什麼方式讓師長及同儕認識他個人的特質，期望獲得何種服務的支持。當然，亞斯伯格生除了容易有社會適應的困難外，也常有某方面的優勢，例如：機械操作、程式設計、電腦繪圖等，這些都是師長、同儕認識他們不可忽略的一部分。亞斯伯格學生多半具有「極端系統化」的認知風格，所以比較能接受理性的討論。

最後，就是開學後的宣導與教學。比較正式的方式是：輔導老師與導師一起在班會或正式的班級活動，將亞斯伯格同學的狀況，讓同儕及任課教師了解。比較自然的方式是：在班級的自我介紹中，由孩子告訴大家自己的特質，比如表達：「我有時講話比較直接，請大家多包涵。」「我很喜歡生物，有興趣的同學可以和我討論這方面的話題。」「我有時會忘東忘西，坐位或作業看起來不大乾淨，請大家多提醒。」

另外，假如在入學前的面談中，孩子與家長暫時不願面對「亞斯伯格」這個議題，也必須等待時機成熟，並善意提醒自我認同的重要性。

所有討論的內容，都是「個別化教育方案」實施的依據，無論學生與家長的想法為何，最後必須與專業的教學者匯整，並在未來的教學中適切的實行。在我服務的學校裡，適應良好的亞斯伯格學生都成了資優生的代表人物。常常有老師稱讚某人表現很好時，同學們也會回答：「因為他是亞斯伯格嘛！」所以，只要導向正向思考，是可以翻轉人們負面標記的印象。

# 家庭中的亞斯伯格

文 / 莊瓊惠 (靜宜大學教育研究所副教授)

家中有個亞斯伯格的孩子，大部分的父母或多或少有某種程度的擔心，擔心孩子沒有朋友，擔心孩子出門帶給別人難堪，擔心環境稍有改變，孩子就鬧脾氣，所以亞斯伯格孩子的家人的日子其實並不好過，大部分的時候，家人必須學習過一個相當規律的生活，免得要處理孩子的情緒問題。然而，家人也不一定要如此「配合」，因為亞斯伯格的孩子還是有被教導和改變的空間。

要幫助亞斯伯格的孩子，家人首先要了解隱藏在孩子行為背後的原因，然後才能對症下藥，找出適合孩子的方法。在這裡，我來談談父母在家裡可以怎麼幫助孩子。

## ●了解孩子行為背後的原因

如果真的解了亞斯伯格的孩子後，我們就會發現其實他們的行為一點都不奇怪；他們和一般人一樣，每一個行為的背後都是有原因的。基本上，他們的行為不外乎下面這些原因：

- ◆想要把自己喜歡的事情做完，或者是覺得非得某件事完成，才可做接下來的事情。這是一種強迫性的思想，總覺得做事情有一定的順序。

- ◆想要逃離自己不喜歡的事情，總覺得去面對不喜歡的事情，自己一定會發瘋。例如：剪頭髮是一件很恐怖的事情，「我」是無法忍受的，其實這也是一種強迫性的想法。
- ◆不能分辨別人的行為是有意還是無意的。例如：打球的時候，總以為別人是故意撞他。
- ◆總想控制整個情境，總覺得凡事有一定的規矩，尤其第一次是這樣進行，以後就要按照這個模式進行。
- ◆感覺異常所造成的。例如：覺得冷氣機的聲音很吵、床不舒服、燈光太亮等。

### ●建立一個結構且能預測的環境

亞斯伯格孩子的不安，來自他對這個世界的不了解，所以最安全的作法就是以「不變」應「萬變」。

在家裡，父母首先要提供孩子一個較有結構且能預測的家庭生活環境，父母也要能夠接受孩子出現固定的行為模式，這是孩子安全感的來源。等到孩子的情緒是相當穩定的情況下，一些漸進式的改變，才能開始進行。

### ●教導新的行為

在孩子的情緒相當穩定的情況下，就可以開始教導某些與人互動的技巧。例如：說話的禮貌，打招呼的方式，和人文談的方法等。

這裡很重要的一點是：父母的態度要溫和而堅定，說話時要平穩，不帶任何負面情緒。父母只是很單純的告訴孩子和人說話要注意什麼，例如：要看著對方的臉，要回應對方



的話，不要只顧自己有興趣的話題等。見到長輩打招呼一開始可以怎麼說，什麼話會讓長輩聽起來很舒服，哪些是安慰和鼓勵人的話。父母事先最好事先想一想，再來教孩子。

亞斯伯格的孩子是很敏感的，父母有情緒的時候，不宜教導新的技巧，以免讓孩子感受到這是處罰，而不願意學習，導致反效果。

### ●持續鼓勵使用新的技能

孩子學到了新的技能之後，給他們有經常練習的機會，而且父母要刻意幫孩子製造其他類似的情境。例如：讓孩子和不同的人打招呼，或者經常和孩子談論不同的事件，接下來也可以讓他練習如何打電話和親人問安或聊天。總之，父母要刻意營造機會，讓孩子練習。

當孩子只要能使用一點點新的技巧，父母就要給予大大的鼓勵。亞斯伯格的孩子是很喜歡受到讚美的；從讚美中，他知道自己在做一件「安全」的事。這對穩定孩子的情緒，有很大的幫助。

### ●鼓勵孩子保持彈性是好事

亞斯伯格的孩子因為有太多堅持，所以常造成生活上的不適應。不過，當孩子語言能力越來越好時，也代表他越來越可以使用語言來溝通。

當孩子越來越大時，父母要開始給孩子一個觀念，就是「保持彈性是一件好事」，只要事情可以解決，放棄自己一點的堅持是很棒的一件事。幫助孩子了解：生活中，解決一個問題比堅持做一些事情來的重要，所以必須保持彈性。當

孩子願意犧牲自己的堅持，幫助家人解決一個問題，父母就該給予大大的鼓勵。

父母是陪孩子走這一生最重要的人，只有父母才是孩子終生的老師，所以作父母的不用急著在孩子還小的時候，就要把所有的好品格都教完，那是不切實際，也不可能。父母能做的，就是耐心的等孩子長大，先滋養孩子穩定的情緒，讓他在一個愛的環境下成長；等到孩子對事情的反應不再過度激烈時，就是塑造他最好的時候。這就像《聖經》所說，「他要像一棵樹栽在溪水旁，按時候結果子，葉子也不枯乾。」是的，孩子的成長就像一棵樹種在溪水旁，時候到了果子自然就長出來了；孩子的成長自有時候，父母親能做的，就是把孩子帶到溪水的旁邊，滋養他的心靈。

親愛的爸爸、媽媽，你準備好用平常心來帶這樣一個孩子了嗎？

# 亞斯伯格家庭的心理調適

文 / 許鈺玲 ( 中華民國自閉症基金會南部辦公室主任 )

「亞斯伯格症」是近幾年才漸漸被提起一種神經生理因素造成的障礙，這種障礙將會廣泛的影響到孩子的行為、認知能力、社會互動等各個層面。雖然如此，透過社交技巧等長時間持續教導，孩子還是可以漸漸學會與累積社交技能。

在這段過程中，孩子非常需要父母用愛心與耐心陪伴他成長。從身為亞斯伯格家長那一刻起，父母必須在不斷的混亂中自我調適，穩住自己，重新看待孩子的各種能力，重新學習如何教導孩子，並且分析自己的需求，檢視手中握有哪些資源，想想如何做對孩子與家庭最有幫助。

悲傷調適的五個階段——否認、憤怒、討價還價、沮喪、接納，幾乎是每個家長在孩子診斷後必經的過程。其實，家長可以給自己一個承諾，允許自己停留在悲傷的谷底一陣子，也要記得問問自己準備在谷底待多久才走出來。過程中，要常常提醒自己，孩子的教育是長期的，偶爾的挫折卻是一時的。不妨多聽一些專家學者與家長的分享，了解國內外還是有不少教養成功的例子，減輕一些壓力，不被眼前的狀態困住。

亞斯伯格症兒童在語言發展與智商方面，可能與正常兒

童完全相同，因此，容易造成一種隱性的遮蔽。在大人眼中，孩子某些看似好笑或生氣的行為，其實就是他不懂和沒有學會的地方。這些不容易看出來的困難，往往被忽略，甚至延宕了治療及早教育的時機。如果沒有長期的教導，誤以為亞斯伯格症兒童長大後自然會變好，等孩子的年齡逐漸增加，行為、情緒、社交互動頻頻出現問題時，才驚覺事態嚴重，尋求醫療協助，就錯失了一些療育寶貴的時機，實在可惜。

在孩子剛診斷的初期，父母難免會有許多擔心，如果能對亞斯伯格孩子所涉及的發展、就學、就業等各個層面有較多認識，這些焦慮可以降低很多。例如，多參加特教研習，學習如何教導亞斯伯格孩子的方法。孩子的問題有其複雜度，很難單獨用一兩種方式來解決所有的問題，用對策略可以避免在教導孩子時經常遭遇挫折，這些學習也需要慢慢累積，不要急於一時學會，給自己帶來更多壓力。

家長間的經驗分享，也是重要的情緒支持和資訊來源。積極尋求醫療、教育上的協助，從孩子未來就學、就業的觀點來考量孩子有哪些要學習的技巧和能力，都能透過積極的經驗交流，得到幫助。

我常常有機會從教師、醫師教授，以及很多家長身上獲得寶貴經驗。以下提供個人經驗作為分享：

### ●照顧好自己的身心靈

寶貝孩子同時，家長也要記得寶貝自己。照顧孩子是長期的事，在求好心切之下，容易將所有焦點集中在孩子身上，特別在孩子初期被診斷時，很多症狀的了解與教導方向，家

長尚在摸索中，孩子的情緒與行為常讓父母隨時處於備戰狀態，無法鬆懈，容易忽略自我照顧與適度的喘息。

照顧孩子耗掉的精力，需要及時補充回來，才不致在長期教養過程中，顯得後繼無力。如何保持精力，以下提供幾個簡單且實際的做法：多休息、散步、固定的運動，每晚睡前做十分鐘深呼吸，參加情緒放鬆課程，培養多一點休閒及興趣，每日有一段完全屬於自己的時間為自己做一點「好事」。總之，父母要懂得為自己儲備體力與精神。

### ●重視家庭功能的完整性

孩子診斷為亞斯伯格症之後，除了多了一個診斷名稱外，孩子依舊保有他自己；亞斯伯格症不是孩子的一切，正向看待孩子症狀，才不會因為一個診斷名稱而壓縮他應有的潛能與發展。和孩子的症狀相比，親子關係永遠是最重要的。

家庭成員的需求要能滿足：包括配偶、孩子的手足以及自己的需求，都要注意是否平均獲得滿足，否則一個家庭會失去平衡點。以「媽媽」的角色來說，她的生命不是只有亞斯伯格孩子，還有自己的先生、父母、其他子女，要避免將生活所有重心擺在一個孩子身上。

家庭休閒的樂趣：對家人來說，運動與休閒是調適生活壓力最好的方法。對孩子而言，從小建立運動休閒的習慣，有助於孩子穩定情緒，抒發壓力，得到放鬆。

### ●一顆體諒的心

一般人並非沒有意願和身心障礙者互動，有時是因為不知該如何互動，更遑論亞斯伯格症是不易看出來的隱性障礙，

父母通常也是透過學習與觀察，才慢慢了解孩子問題行為與困難處。因此，當別人不了解或誤解亞斯柏格孩子時，父母最好先放下氣憤、不甘心、不公平等情緒，試著去體諒他人因為家中沒有這樣孩子，或從未接觸而不了解。交換立場，易地處之，就能諒解他們的反應。

### ●療育路上的堅持

無論是教育、養育、訓練及治療過程中，其實是一場大家共同參與的問題解決歷程；亞斯伯格的孩子，需要靠一群人的教導和陪伴，才能慢慢學會社交技能。孩子的一個行為，往往需要花費一兩週，甚至幾個月才能學得會。請給孩子一段時間練習，重要的是自己也投入其中，學到方法。

在教導過程中，察覺哪些是有效或無效的策略，從中進行修正、調整。初期可以請專家學者或特教教師等評估孩子目前的能力狀況，釐清哪些是迫切或優先要處理的問題，具體列出項目後，設定短期目標執行。當目標難度高於孩子能力時，再將步驟退回來實際可行的目標，讓孩子可以完成。孩子在獲得幾次成功的經驗後，更容易引發他下一次的學習動機，逐步達成設定的目的。

### ●親師溝通的重要

孩子獨特的教育需求，不只對父母形成特別的壓力與挑戰，就孩子的症狀而言，親師面臨的困境都相同。溝通的目的，是希望縮短親師認知的差距，清楚了解彼此的想法、期望與問題解決方式，藉著溝通達成親師生三贏的狀態。

在與教師溝通初期，最先要做的不一定是急著讓教師了

解孩子的狀況。家長不妨透過觀察，先了解教師在面對孩子時，可能需要配合協助或教導的地方有哪些？普通班的教師是否能獲得學校的各種支援，以解決他在帶班時可能發生的種種狀況？教師是否有可能面臨整班學生家長潛在的壓力？孩子在校發生的事件，到達什麼程度需要教師的通知？在什麼情況下家長要介入多少協助？是家長自己來處理還是親師一起做？諸如此類，先基於站在對方的立場去思考，再藉由溝通的管道來達成彼此親職及教學效能。

### ●結語

一般家庭在各種階段過程中，多少都會經歷一些家庭危機或重大事件的出現。因此，亞斯伯格家庭並非是承受特別壓力的一群。重要的不是我們發生了什麼樣的際遇與人生困境，而是面臨一個人生的變化球投來時，我們是以何種心態去「反應」它。「反應」可以決定未來的路是否能減輕一些內在壓力及負擔。我們將要正面迎擊，正向看待一切發生在自己身上。

有句話說：「人生不是得到，就是學到。」一個亞斯伯格特質的孩子在家庭出現，既是得到，也是學到；當我們把亞斯伯格看成一個我們不想要的東西，可能正剝奪生命中最好的甜美果實。

## ●閱讀「亞斯伯格」推薦書籍

書名	作者	出版社
理解發展障礙孩子的心：教養自閉、亞斯伯格及過動孩子的圖解實用手冊	主婦之友社／編著 蕭雲菁／譯	遠流
亞斯伯格症進階完整版：寫給家長、患者和專業人員的完全手冊	東尼·艾伍德／著 劉瓊瑛／譯	智園
亞斯伯格症－寫給父母及專業人士的實用指南	東尼·艾伍德／著 何善欣／譯	智園
亞斯伯格症在融合教育的成功策略	Brenda Smith Myles／著 劉佳蕙、鄭淨勻／譯	心理
亞斯伯格症教育人員及家長指南	B.S. Myles 等／著 楊宗仁、張雯婷、楊麗娟／譯	心理
與亞斯伯格症快樂共處：克服AS 成年挑戰的心靈地圖+實用策略	麥克·約翰·卡利／著 嚴麗娟／譯	智園
亞斯伯格症與霸凌問題：解決策略與方法	Nick Dubin／著、張正芬／校閱，王慧婷／譯	心理
泛自閉症者的社交能力訓練：學校沒有教的人際互動法則	劉萌容／著	書泉
200 個亞斯伯格症教養祕訣	Brenda Boyd／著 黃美娟／譯	智園
星星小王子—來自亞斯伯格宇宙的小孩	肯尼斯·霍爾／著 侯書宇／譯	智園
星期三是藍色的	丹尼爾·譚米特／著 錢莉華／譯	天下文化
看我的眼睛	約翰·羅賓斯／著 朋萱／譯	遠流
莫札特與鯨	傑瑞·紐波特、瑪麗·紐波特、強尼·達德／著	台灣商務



2012 年特殊教育手冊

## 《關懷亞斯伯格症學童》

---

企 畫／教育部特殊教育小組·國語日報編輯部

執行主編／盧秀娜

美術設計／朱淑靜

教育部特殊教育小組 <http://www.edu.tw/special/>

教育部特殊教育通報網 <http://www.set.edu.tw/>

國語日報·特殊教育 <http://www.mdnkids.com/specialeducation/>

### 特別感謝

靜宜大學莊瓊惠教授、屏東教育大學羅湘敏教授、《國語日報》家庭版「腦子與學習」專欄主筆王秀園老師、王永琪老師、李嘉修老師、柯雅齡老師、梁明華老師、曾秀玲老師、蔡翠華老師、蕭偉智老師、中華民國自閉症基金會南部辦公室許鈺玲主任。

本刊所有文章承蒙以上作者同意無償授權，惠助集結，謹此致謝。

出版日期／101 年 12 月

（贈閱）