

特教宣導--亞斯伯格症候群

他們獨行，與環境格格不入，情感上疏離，卻對批評敏感。

他們與人互動不依循慣例，言語奇特，沈迷於特殊癖好和自己的異想世界。

他們誠實、忠誠、堅決、有社會正義感。

他們有不尋常的特質，也可能一輩子古怪；有人讚嘆這些古怪恰似亮麗的絲線，穿梭在我們的生活掛氈上，我們的文明因此免於枯燥黯淡。

他們是有亞斯伯格症的一群。

亞斯伯格症候群（Asperger's Syndrome，AS），簡稱亞斯伯格症或亞氏症，由維也納的亞斯伯格醫師在 1944 年首先定義。具有這個症候群的人往往會展現某些顯著、特定的能力和行為模式，他們對特殊興趣著迷，動作笨拙，需要學習才能瞭解別人的感受和想法，尤其需要加強人際互動能力。但是他們擁有許多正面的特質，不乏政界、科學界和藝術界的偉人，他們充分利用這些特質而有非凡的成就，例如牛頓、愛因斯坦。

亞斯伯格症的成因與腦神經生理有關，男女比率約為 9:1。過去學界普遍視之為「泛自閉症」（Autism Spectrum Disorders）之一種，同屬於「廣泛性發展障礙」，指涉此症可能廣泛影響大範圍能力的發展。目前 DSM-5(美國「精神疾病診斷與統計手冊」第 5 版，2013)則已正式同歸類為「泛自閉症」，不再細分類別。此症候群與高功能自閉症雖有諸多相同處，但仍有其獨特處，尤其在大專院校的校園與課堂常常會有他們的身影，因此特別說明其身心特質與協助策略。

亞斯伯格症學生的身心特質

（注意：亞斯伯格症學生雖然具有很多共同特質，但每個人都有其個別性的。）

1. 認知能力、自理技能、適應性行為（有關社會互動除外）、及對環境的好奇心等正常發展。
2. 具有不同於（而非劣於）一般人的思考方式。

1.

xx. 通常具有追求知識、真實、與完美的強烈欲望，不過其優先順序可能和一般人不同。

xx. 解決他心中所認為的問題，優先於滿足他人的社會或情緒需求。

xx. 重視創造性甚於合作性。

xx. 非常在意一般人不會覺察的「小疏失」，卻未注意到「大錯誤」。

3. 有特色的認知發展。

xx. 很有原創力。

xx. 具有獨特的幽默感。

xx. 想法比較無彈性，不允許改變或失敗。堅持完成想要做的事。

xx. 通常有視覺上的優勢，具有很好的圖像式思考的能力。

xx. 只要是有興趣的主題，都有超強的記憶力和求知慾。

xx. 有邏輯性，在某些方面擁有超強的組織能力。

xx. 通常在數學或科學有良好表現。

4. 核心困難在感情和社會行為方面。

xx. 常無法面對錯誤，遇到討論與爭執容易陷入固執和憤怒。

xx. 社會互動能力差，人緣不佳。

xx. 同理能力差，難以理解別人的想法和感覺；認為他人的想法一定和自己一樣，或一個人說的便是真正想的；只談自己有興趣的內容而不注意他人的反應。

xx. 即使知道他人的感覺，也常常不知如何有效回應。

xx. 無法辨別社會性的線索，因此會不自覺說出得罪他人的話。

xx. 通常在情緒方面成熟得較晚，即使已是青少年或成人了，還相信孩子氣、不真實的事，對事件的詮釋也可能還有魔法和想像的成份，分不清虛構的小說和事實。

xx. 可能極力尋求、並享受獨處。

xx. 校園中易受嘲弄而致退縮至個人活動。

xx. 女性亞斯伯格症者在社交技巧方面的問題較不嚴重，看起來好像只是不成熟，而不是怪異；但社交上仍是孤立，因此往往退入自己的異想世界裡。由於比較不容易被診斷發現，而默默承受痛苦。

5. 具有無關語言能力的溝通障礙。

xx. 口語發展似乎無礙，實質上有困難，包括語言內容（例：侷限，重複、學究式的語言）、語用（例：講不相關的話、問不相關的問題、令對方難堪的開場白）、語意（例：以表面字義理解語言、難理解一字多義或雙關語）和音律（例：奇怪的音高或節奏）。

xx. 非口語溝通能力有損傷，包括表達與理解，例如：手勢少、肢體語言笨拙、臉部表情少或不恰當、注視他人的眼光僵硬而奇特、不會用眼神傳遞訊息、與人過度靠近。

xx. 情緒的表達與管理有困難；也難於表達他人期待的情意或感情。

xx. 可能會喃喃自語（有時候那是複述白天和別人的談話）。

6. 對特定事物有強烈的興趣。

xx. 著迷於特殊的興趣，因而佔據了過多的時間或對話的主題。

xx. 堅持某些生活例程序或自己建立的一套生活常規，可能因而影響他人的生活；他人若不配合，則可能引發焦慮、沮喪、或發怒。

xx. 對於這種強烈的興趣行為，真心投入，享受其趣，不想抗拒它（不同於強迫症）。

7. 經常處於焦慮狀態，並衍生哀戚或憤怒。

1.

xx. 很容易焦慮，對大小事皆可能焦慮；焦慮起起伏伏，甚至有週期性。

xx. 任何的社會互動，包括開始、持續和結束一段談話，都會引起焦慮。日常例行規律的改變和有些感官經驗也會帶來緊張。

xx. 因應方式是專注在特殊的興趣上；焦慮愈深，就愈著迷、愈鑽牛角尖、愈堅持例行的程序。

8. 對於批評與不完美的忍受力低。

xx. 主要的壓力來自社會互動，往往帶來焦慮和沮喪。無法瞭解別人的想法，容易遭人誤會，因而變得多疑，甚至偏執。

xx. 容易因不良的生活經驗而形成負面思考的傾向。

9. 有動作協調方面的問題。

xx. 感覺統合不協調，動作笨拙、姿勢怪異、平衡感欠佳、抓握困難。

xx. 容易因此引來同儕的譏笑、失去與他人互動的機會、或是覺得窘迫或生氣。

10. 可能有感官過度敏感的困境。

xx. 具有不同的感覺經驗，對於情境可能會有不同的知覺。

xx. 常見的類型：聽覺敏感、觸覺敏感、嗅覺或味覺敏感。

xx. 較難接受的三類聲音：突然的噪音；高音頻連續的聲音（例：吹風機、電鑽聲）；多種混雜聲音的組合（例：教室下課時的吵雜聲）。

您可以提供的協助

（注意：每個學生都是獨特的個體，因此策略的選用需考慮學生的個別差異。）

1. 課堂學習時，提供引導或同伴。

xx. 協助分組合作事宜。

xx. 提供考試或讀書策略。

xx. 提示教學內容重點。

xx. 提示作業重點。

xx. 利用他的視覺學習優勢，選擇圖像式的教學方式（例：電腦光碟）。

xx. 協助規劃讀書/作業時間。

- xx. 安排朋友圈。
- xx. 教導如何求助（例：聽不懂時、有困難時）。
- xx. 接受他的特殊興趣與執著，甚至建設性地引導，發展為特殊專長。

2. 注意其焦慮徵兆，並協助減輕其焦慮。

- xx. 留意焦慮程度增加的跡象，例如：搖晃身體、想法頑固。尚未發生的事件也可能引發焦慮，例如：考試。
- xx. 焦慮的程度如果輕微，一般減壓的方法就可以奏效。
減壓策略：從事放鬆活動（例：獨處、深呼吸、正面思考、聽音樂、幫忙家事）、從事覺得有成就的事、從事運動（例：盪鞦韆、跳彈簧床、騎腳踏車、遠足）、轉移注意力（例：專注於特殊嗜好）。
- xx. 壓力最大的事就是人際互動，他每天都需要有獨處的時間。
- xx. 認知處理：解釋情況，讓他知道焦慮是可以控制的。
- xx. 生活作息結構化，讓生活可預期。日常例行程序若有變動，盡可能預先提醒他，甚至協助他預作必要準備。
- xx. 如果有感官過度敏感的現象（例：聽覺、觸覺），避免製造困境；若發生感官敏感現象，可以表示理解，或是允許他做些改善或預防措施（例：過度敏感時，避開某些聲音、聽音樂阻斷聲音、使用耳塞）。
- xx. 只處理真正不可容忍的行為（例：攻擊行為）；如果只是古怪的行為倒不必費心去改變，以免引發不必要的焦慮或衝突。
- xx. 當他發脾氣時，試著保持耐性。他可能因為焦慮或挫折而發脾氣，處理造成焦慮或挫折的源頭，或者提示他運用情緒管理策略。

3. 以正向、具體的方式溝通。

- xx. 盡量不作負面批評。
- xx. 避免雙關語、成語、抽象或模糊的字句。
- xx. 兼用口語與視覺提示。
- xx. 使用堅定、沈靜的聲音，避免對他大音量說話，因為可能引發其焦慮或害怕（如果對聲音敏感時），或誤解為對方在生氣。

- xx. 和他說話時，如果未得到回應，不要假設他是故意忽視。他的視知覺或聽知覺可能有異常情形（例：聽到了每個字，卻不知其意），因為他的腦需要較長時間處理資訊，仿如一般人在處理外語的情況。
- xx. 不要認為他的行為是衝著自己，通常他的原意並非我們所解讀那般。
- xx. 保持幽默感！盡量去看他的行為的有趣面，即使令自己尷尬的場面，何妨自我調侃一下。

您可以使用的資源

- xx. 國立臺南大學資源教室
(06) 213-31111 #644 、 646
- xx. 國立臺南大學特殊教育中心
諮詢專線 (06) 213-6191
<http://www2.nutn.edu.tw/gac646/home.htm>
- xx. 南方璀璨的星星（南部地區亞斯伯格症者之家長團體）
<http://tw.myblog.yahoo.com/sabina-20060814>
- xx. On-Line Asperger's Syndrome Information and Support
(O. A. S. I. S.)
<http://www.udel.edu/bkirby/asperger/>
- xx. Tony Attwood's web site
<http://www.tonyattwood.com.au/>

參考書目

- 何善欣譯（民 94）。亞斯伯格症：寫給父母及專業人士的實用指南。臺北市：久周。（Tony Attwood 著，1998：Asperger's Syndrome）
- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders* (5th ed.). Washington, DC: Author.

- Asperger Syndrome Support Network (Vic) Inc. (2008) . Asperger's Syndrome: What is it? Retrieved from <http://home.vicnet.net.au/~asperger/whatis.htm>
- Attwood, T. (1998). Asperger's Syndrome: A guide for parents and professionals. Philadelphia: JKP.
- Attwood, T. (2008). Asperger's Syndrome. Retrieved from <http://www.tonyattwood.com.au/>
- Kirby, B. L. (April 30, 2008). What Is Asperger Syndrome ? Retrieved from <http://www.udel.edu/bkirby/asperger/>
- Kleverkamp, R. (2008). Successful management strategies for coping with high-functioning autistic people. Retrieved from <http://home.vicnet.net.au/~asperger/Strategies.htm>
- Waterhouse, S. (2000). *A positive approach to autism*. Philadelphia, PA: JKP.