



情障學生的團體學習

宇寧身心診所 臨床心理師
謝明慧

自閉症類群疾患（ASD）

- DSM-V目前最新的診斷分類系統
- Autistic Spectrum Disorder (ASD)
- 光譜的概念
- 包含較常見的自閉症及亞斯伯格症












自閉症

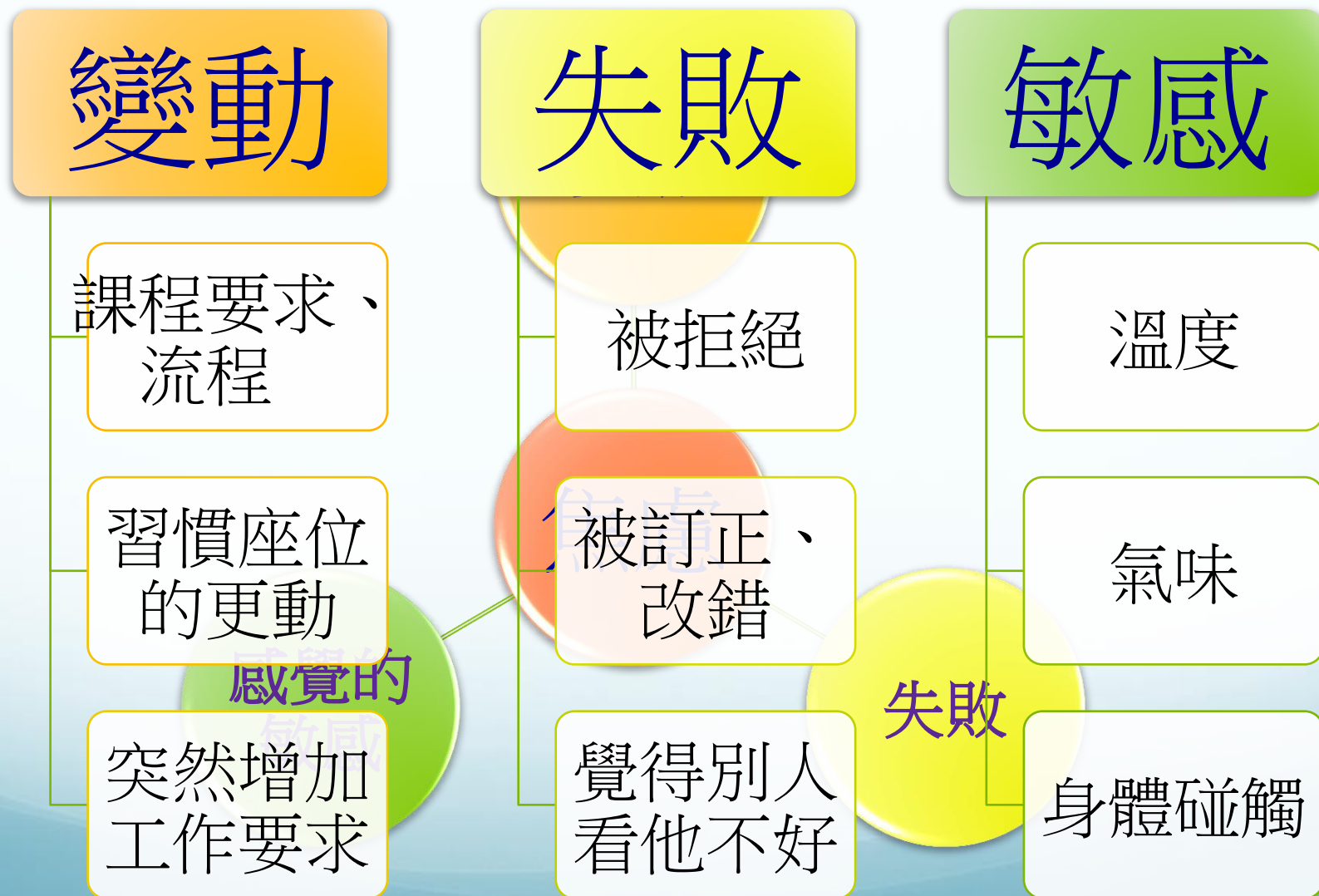
- 核心症狀
 - 溝通問題
 - 最終發展出的口語能力有所不同
 - 口語表達與感覺、情緒的連結不佳
 - 社會互動能力與品質
 - 對於人際互動的訊息解讀有困難
 - 較多自我為出發點的互動方式
 - 互動方式較為固著、缺乏彈性
 - 心智理論的發展有缺陷



心智理論 (Theory of mind)

| | |
|--|--|
| <p>This is Sally.</p>  <p>Sally has a basket.</p> | <p>This is Anne.</p>  <p>Anne has a box.</p> |
|  <p>Sally has a marble. She puts the marble into her basket.</p> |  |
|  <p>Sally goes out for a walk.</p> |  |
|  <p>Anne takes the marble out of the basket and puts it into the box.</p> | |
| <p>Now Sally comes back.</p>  | <p>She wants to play with her marble.</p>  <p>Where will Sally look for her marble?</p> |

自閉症類群學生的情緒來源



自閉症類群學生的情緒來源

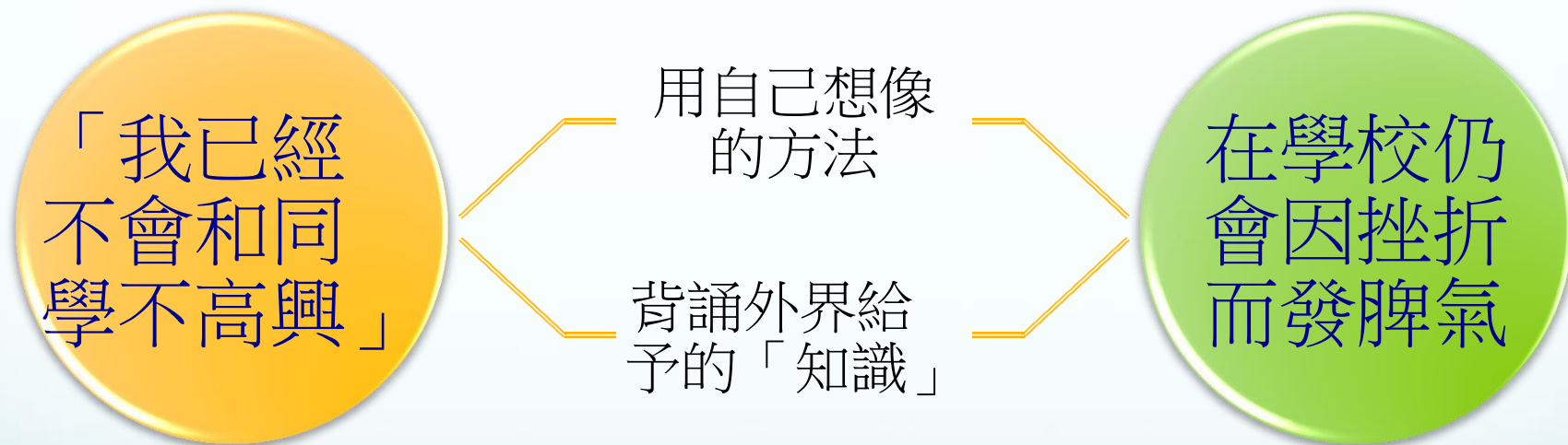


同儕的需求

The diagram consists of two large, overlapping orange arrows. The left arrow points to the left and contains the text '同儕的需求' (Peer demands). The right arrow points to the right and contains the text '溝通能力、理解人際的能力弱' (Weak communication and interpersonal skills). The arrows overlap in the center, suggesting a causal or influential relationship between the two concepts.

溝通能力、理解
人際的能力弱

自閉症孩子人際困難



我們經常低估了自閉症孩子的 「理解」能力與「感受」能力

我們在孩子面前所說的話、所呈現的態度，事實上
都可能非常直接影響孩子的情緒～

在學校可運用之技巧與原則

—預防自閉症孩子的情緒崩潰

觀察孩子行為的敏銳度

- 焦慮
- 「心口不一」的困難

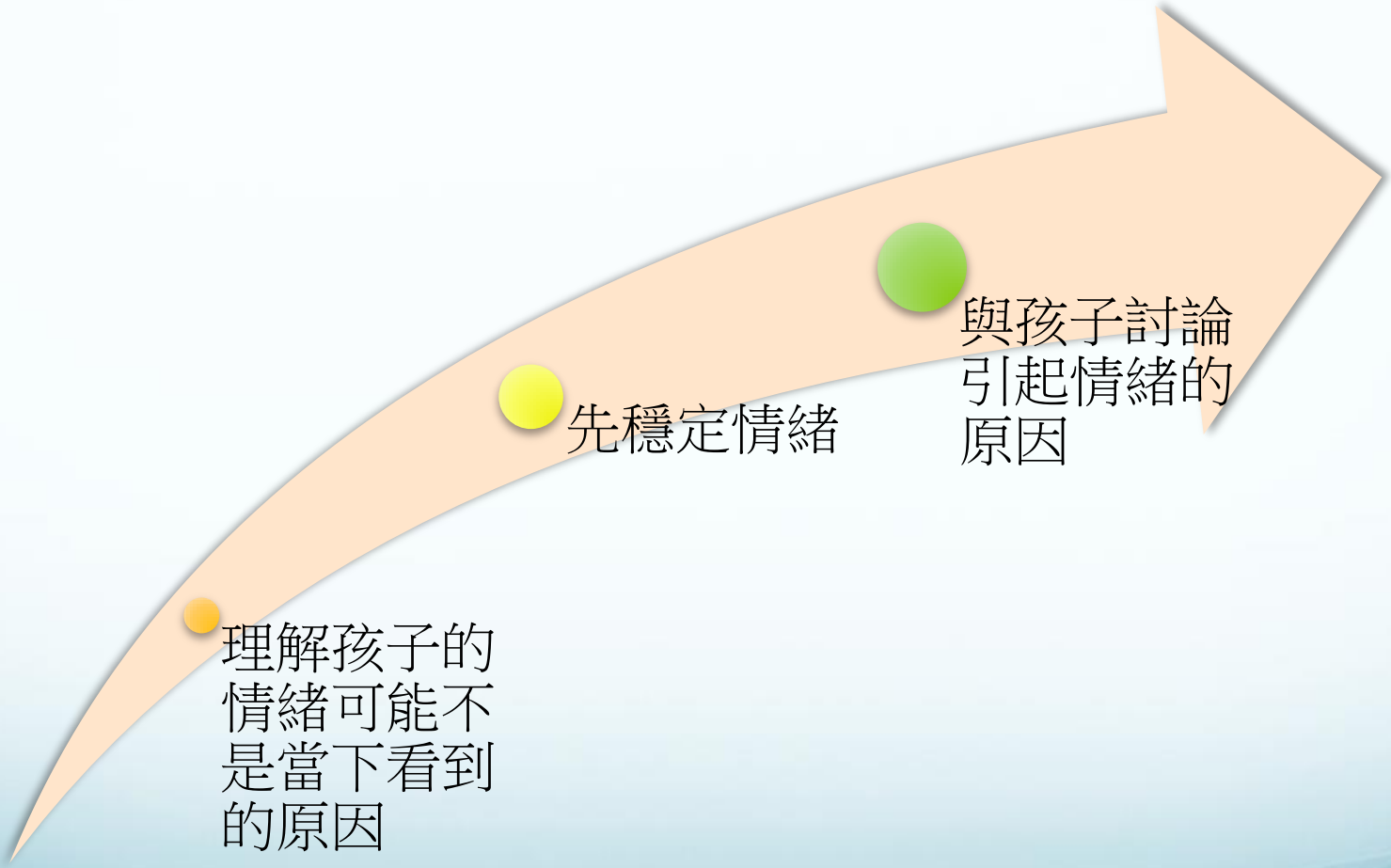
在常態有所改變時，提前告知

- 課程、老師、作業方式等有所改變時

多了解能讓孩子平穩情緒的媒介

- 翻某一本書、排列、畫圖…

在學校可運用之技巧與原則 — 自閉症孩子的「抓狂」



理解孩子的情緒可能不是當下看到的原因

先穩定情緒

與孩子討論引起情緒的原因

高功能自閉症孩子的安定遊戲



班級同學的相處教育

小心卻非逃避、排擠

了解可能有的情緒表現

- 給他一些空間、時間
- 如何以言語回應

了解哪一些狀況容易引發他的情緒

- 肢體碰觸
- 言語衝突

亞斯伯格症

字面理解

4. 來 カ

3. 小 コ

2. 上 カ

1. 左 サ

三、寫出相反字：8分

さん ぶん

理解表達文字的困難

- ◆我念國小的時候就覺得很難把想法寫下來。
- ◆老師說我的作文很幼稚。如果他問我為什麼有這些想法，或許她會比較理解，可以協助我好好寫出來。商品型錄和說明首冊裡的文字明白易懂，沒有背後隱藏的意思，讀起來總是很舒服。
- ◆創意寫作最難。我喜歡閱讀，但閱讀測驗是我的弱點。
- ◆直到現在我都很害怕詩，因為我都不懂。詩裡一定有更深刻的意思，可是我就是無法瞭解。

心智理論 (Theory of Mind)

- 定義：

所謂「心智理論」指稱的是它使人能夠感知自己及他人的心理狀態，包括信念、慾望、意圖、知識、假裝和知覺。此外，它也使人瞭解心理狀態和行動間的連結，因此能夠解釋並且預測他人的行為。

不懂人際語言的含義

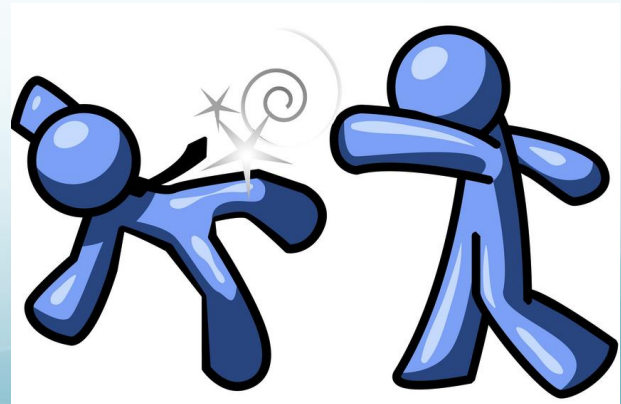
- 「你說的這個事情真有趣，下次有機會遇到你時，要記得再跟我分享！」
- 不懂「好人卡」的含義
- 「哇～這個禮物我好喜歡喔！」
- 「真可惜～下次我們再約吧！」

同理心



亞斯伯格症的社會人際問題

- 經常被抱怨：
 - ✓ 自私自利、自我中心、唯我獨尊
 - ✓ 不會看人臉色，做出讓人覺得尷尬的行為
 - ✓ 解讀字面上的意思；聽不懂話外話、開玩笑、諷刺、不解風情
 - ✓ 只講自己的議題，不在乎他人的回應
 - ✓ 親疏不分
 - ✓ 講話不看人



亞斯伯格症的情緒行為問題

- AS孩子的情緒問題以對其未能符合其內在的要求有關，容易產生高焦慮→產生所謂”問題行為”
- AS孩子常見的內在要求：
 - ✓ 第一名，不能輸，不能出現負面符號(言語、事件、情緒)
 - ✓ 不是0就是1；準確、精準
 - ✓ 要按照我的期待與想法發展
 - ✓ 生命安全與健康相關
- 不適切的情緒表達
- 選擇性的興趣→看似分心、躁動、衝動→ADHD？



對於「語氣」的無法分辨

- 亞斯伯格症的孩子

- **不是白目**

- 只是看到的和我們不同



不懂別人可能的感受

- 總是大聲地說出自己認為正確的話
- 不了解別人怎麼會不知道自己所經歷的、所想到的事
- 對於「規定」，認為別人也要能夠遵守
- 守護自己劃分的「地域」，其他的就可以不在意
- 重視事情的對錯勝於人際間的禮貌、倫理



亞斯伯格孩子的人際問題

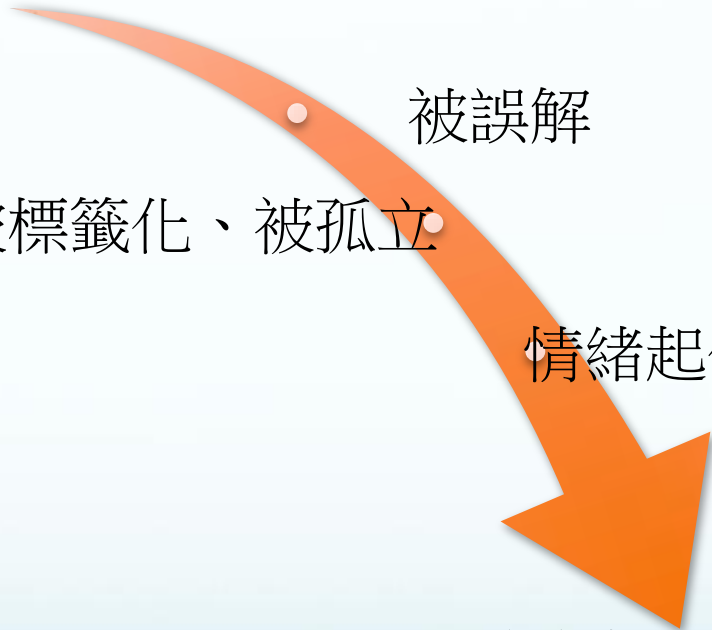
人際技巧不佳

被誤解

被標籤化、被孤立

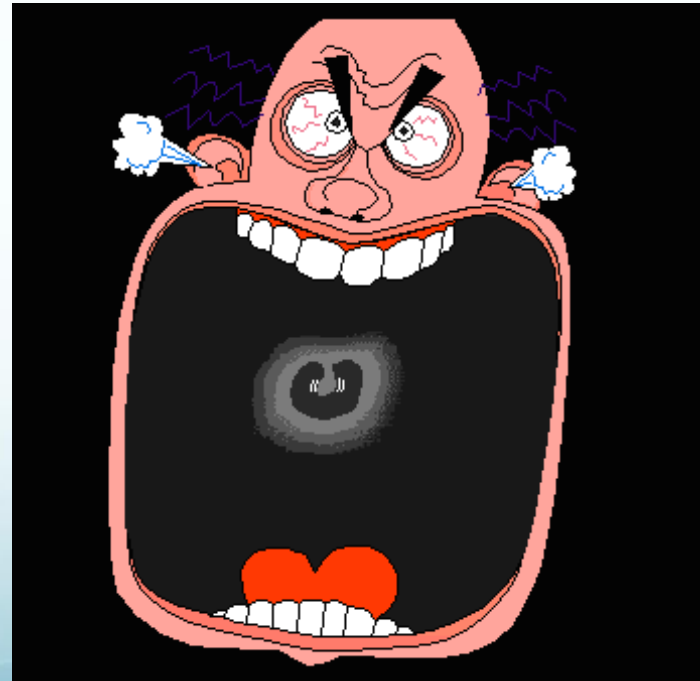
情緒起伏、爆炸

成為校園內的頭痛人物



亞斯伯格症的情緒特質

生活不是「快樂」就是「不快樂」，「生氣」或「不生氣」。在連續線上兩端中間的情緒通通不見了。我只要跨一大步，就會從冷靜跳到驚慌。
(Lawson,2001)



人際互動的困境



在學校可運用之技巧與原則

—預防激發情緒

給予指令要直接

了解孩子對於規則的在意

- 不任意改變定好的規則
- 把「可能性」也先說明清楚

孩子有情緒時，避免肢體約束，給予安靜的一段時間

- 事先定好能夠安撫自己情緒的活動

在學校可運用之技巧與原則

—提升亞斯伯格症孩子的人際能力

老師的「示範」

適當運用孩子的
強項或興趣

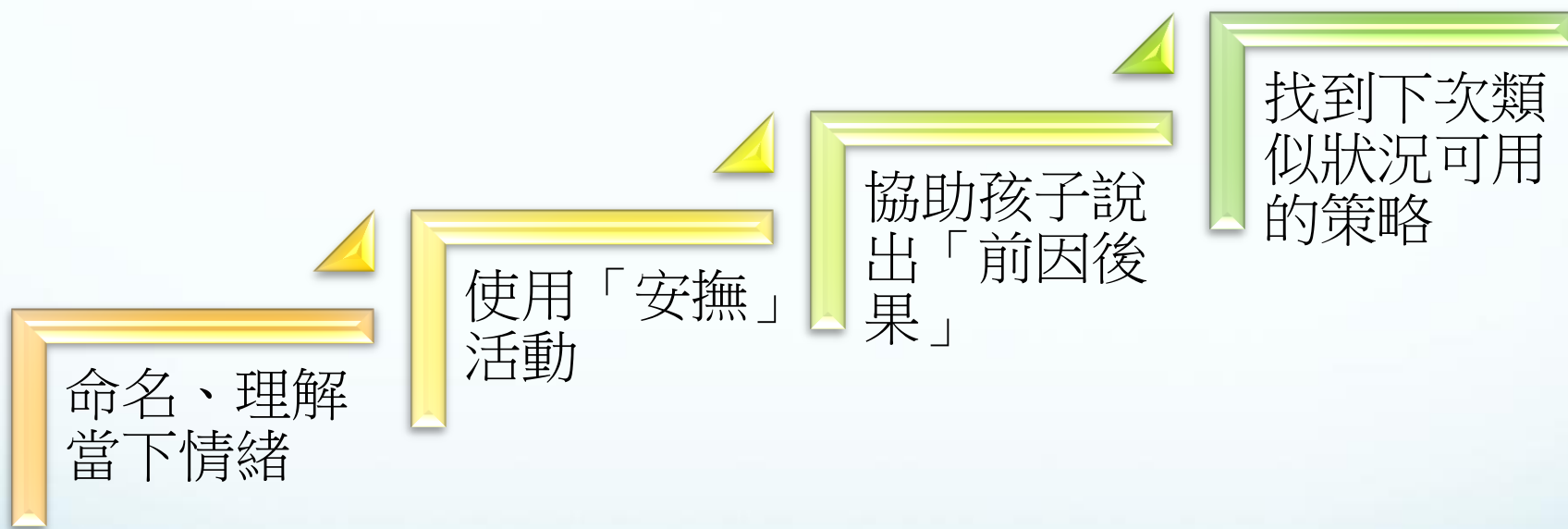
友善地直接回
饋自己的感覺

對於孩子的
「適當」人際
方式給予回饋

不和孩子爭論
「情緒用語」

在學校可運用之技巧與原則

—處理亞斯伯格症孩子的人際衝突





孩子抓狂了！

處理孩子的生氣或抓狂

- 不要認為孩子的抓狂「沒有原因」
- 不要假設你「無能為力」
- 不要忽略任何警訊或任何你已知道可能會引起孩子抓狂的情況
 - 找出孩子抓狂的前兆，提早處理
 - 還沒準備好前，避開危險的情境
- 不要只是處理行為，而應該要處理你的孩子
 - 跟孩子站在同一邊，不會因為他的行為而拋下他

處理孩子的生氣或抓狂

- 不要「講太多」
 - 停止在孩子激動的時候曉以大義
 - 在孩子情緒穩定之後，找合適的時間再把這件事情拿出來討論
- 不要相信孩子在生氣時說的話
- 不要做出不合理的承諾或說氣話
- 不要預期你的孩子在沒有你協助下可以掌控局面
 - 雖然我們希望孩子有好的表現，但不要忽略了他的限制，提早處理孩子的情緒

處理孩子的生氣或抓狂

- 不要預期你的孩子可以正確的了解及反應你的肢體語言或臉部表情
- 不要問太多修飾的問題
 - 孩子激動的時候，問不明確的問題會讓他們無法回答
- 不要誇大問題
 - 「你『每次』都這樣!」「你『從來都』不會…。」
- 不要使用反諷法、誇飾法、或嘲笑孩子
 - 孩子激動的時候，更難理解話與背後真正的涵意

處理孩子的生氣或抓狂

- 不要在孩子失控的時候下最透通牒或要他做承諾
 - 孩子在失控的時候已經難以控制自己，當他預期到之後的負面結果之後，很有可能會更加激動
- 就事論事，事後討論
 - 避免重複提起過去的失敗經驗或是預期接下來的不好結果
 - 重點放在如何預防下一次相同情境中的失控
- 不要讓情況發展成全面的失控
 - 試著跟孩子生活周圍的人保持相同的立場，與家人組成一個團隊
 - 有其他不瞭解的人介入要處理孩子的激動時，委婉的拒絕

處理亞斯柏格孩子的情緒

觀察言行的不一致

不以「外在」的行為斷定孩子的行為原因

懂得翻譯孩子的干擾行為

不將過去的重複錯誤的情緒放進目前解決問題的過程

「翻譯」亞斯孩子的意思

- 了解亞斯柏格孩子的大腦運作
 - 對於情緒相關的威脅，孩子的大腦更加容易激發負向、強烈的情緒，主要是有過度連結的不合理想法
 - 對於受傷、生病、死亡特別容易焦慮
- 當有強烈情緒時，孩子所說的經常不帶著「人際」的意圖
 - 例如：王老師，你出來～～
 - 直接拉同學的頭髮
 - 媽媽閉嘴