

重新·從心認識 自閉症類群障礙

語言溝通

人際互動

特殊/
執著行為

· 認識自閉症類群障礙 ·

過去將自閉症特質的孩子依據智能、語言發展的輕、中、重程度區分為，在智能與語言呈現重度的「典型自閉症」、沒有智能發展遲緩的「高功能自閉症」，並將沒有智能障礙與語言遲緩獨立為「亞斯伯格症」。

2013年，美國精神醫學會更新「精神疾病診斷與統計手冊-第5版」(DSM-5)，希望以孩子個別的特質給予引導與必要的協助，因此取消亞斯伯格症的獨立診斷，以光譜分布概念的「自閉症類群障礙」統稱，主要在言語溝通、人際互動、特殊/執著行為這三方面有此特性與困難：

語言溝通

- 對於抽象的語詞，他們會感到困惑，例如：等一下、差不多、都可以。
- 困難理解玩笑話、成語、禮貌性或社會化的問候語等言外意涵。

人際互動

- 說話不會搭配場合，一旦談到自己有興趣的話題時，會忽略別人是否意願聆聽或感受。
- 不擅傾聽他人對話內容、解讀人眼神、聲調、肢體動作等身體語言。
- 因對於互動與資訊解讀不一樣，難以模仿他人表情或說話，因此不擅長角色扮演遊戲，即使玩也一直是同一個角色。
- 執著堅持自我主張。



特殊/執著行為

- 有自己規則與順序，像是：收納玩具的擺放一定要分類、按照由大到小排列。
- 對於自己感興趣會很熱衷的研究。擅長記憶，例如：背誦地名、有規則的數學公式等。
- 對於需要想像或規則彈性的活動，有困難。像是：寫作。
- 思考或行為缺乏彈性，喜歡保持一定的模式，例如：吃同樣的食物、穿某一件衣服(弄髒了，也很難說服他們換衣服)、執著於既有的行走路線或做事順序。
- 感官的敏感度比常人高，像是：討厭被觸摸、覺得衣服縫線很刺癢、對溫度等環境因素敏感。

自閉症類群障礙的孩子有各自面對人群的特質與樣態，這是他們減緩焦慮、穩定情緒、感受世界的方式。因此，家長與老師接受孩子的特質、陪伴適應人群互動是重要的。因為這是孩子的一生成長功課。

· 擁有自閉症類群障礙的正確觀念 ·

自己玩、不跟人說話、只是孤僻而已啦！

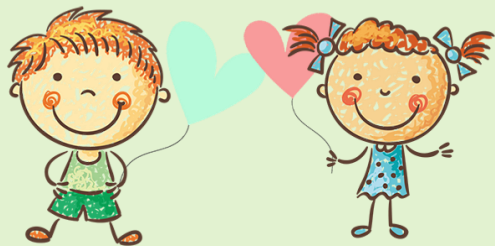
多數自閉症類群障礙的孩子在 3 歲以前就會顯現特質，隨著與人頻繁接觸時覺得困難，因此不是一個人玩就對人際相處不在意喔！另外，有些自閉症類群障礙的孩子能對話、也跟朋友玩、並以自己的方式參與團體活動。

自閉症類群障礙對智商有影響？

自閉症類群障礙的發生率大約是 1%，也就是大約 100 人中有一人，其中男女的比率是 4:1 男性比較多。其中沒有智能發展遲緩佔大多數。另外，自閉症類群障礙的孩子在口語表達的問題和想像力缺乏等相關發展特性，不能就將孩子直接歸類為有學習障礙喔！

自閉症類群障礙需要吃藥嗎？

自閉症類群障礙不應視為是疾病，而是他們大腦思考與處理的方式不同而已，因此多半是**以行為輔導為主要方法**。除非孩子有合併其他的發展障礙，才會在醫師建議下搭配藥物，像是：注意力不足 / 過動症 (ADHD)。



· 可以給予孩子的支持和行動 ·

接納且不否定

自閉症類群障礙的孩子不擅長溝通互動，成長過程較常被糾正或拒絕，因此，他們對否定用語或大聲說話極為敏感。因此在引導孩子行為時，以簡短、具體說法，再加上正面肯定式的建議，更能營造孩子繼續適應社會的動力。

欣賞和深化正向特質

試著發掘他們的優點對建立自信很有幫助。像是：確實遵守既定的規則、很誠實、對自己認定喜歡事情認真且專注執行。另外，依循孩子喜歡的興趣，像是：游泳、科學等，並轉化為專長，除了能給孩子建立自信外，也是未來很好的學習發展喔！

給予明確的說明和指示

與自閉症類群障礙的孩子溝通時，詞語上需明確使用，例如：等下就下課→幾點幾分下課；吃蔬菜→吃高麗菜。減少孩子在接收訊息上的疑惑。給予指令時除了具體之外，也可以提供清楚的選項讓孩子選擇，像是：下課時你可以先去廁所、跟某某某同學玩積木或是去操場上跑一圈等。另外，製作圖卡或插畫，以

預先告知計畫 & 討論因應策略

自閉症類群障礙的孩子不擅長適應變化，對下一步不清楚要做什麼時，會有不安感，可用圖示標示方式幫助他們減緩不安，例如：一天 / 一周預定表，讓孩子能確認。另外，當有計畫改變時也能事先清楚告知孩子原因，且事先與孩子討論一些因應調整的策略與心態，像是：喜歡的事情沒辦法現在做時，可以在放學或下課時後做。

提供安心的角落空間

當孩子在適應人際互動時，可能會有許多焦慮、受挫或有強烈的情緒時，能事先跟孩子約定一個空間或教室角落，讓孩子能有一個安心、冷靜的空間，並由孩子信任的大人陪同討論每次的事件與學習。

嘉義縣學生輔導諮商中心

- ☀ 提供嘉義縣老師及家長諮詢服務
- ☀ 學校轉介後提供學生輔導服務
- ☀ 學校在遭遇重大危機事件時，提供諮詢、心理諮商、資源連結、班級輔導
- ☀ 提供心理衛生輔導的相關資訊與文章
- ☀ 辦理研習活動，提升學校輔導人員的知能

☎ 電話：(05) 2949193、0972924336

📄 搜尋：嘉義縣學生輔導諮商中心

