

# 認識自閉症

## \*什麼是「自閉症」？

自閉症是一種先天腦部功能受損傷而引起的發展障礙，通常在幼兒二歲半以前就可以被發現。自閉症患者從小開始便表現出語言理解和表達的困難、難與身旁的人建立情感、對各種感官刺激的異常反應及一成不變難以更改的固定玩法與行為等和一般兒童不同的特徵。自閉症的特徵會隨著年齡、智商及自閉症的嚴重程度而不同。它的盛行率約為每一萬人中有 5-10 名，男女患者的比例約為 5 比 1。

## \*自閉症的特徵

### 一、人際關係的障礙

自閉症患者缺乏學習認識自己與他人的關係以及基本社交應對的能力，因此從幼兒時期起，便可能表現出不理人、不看人、對人缺少反應、不怕陌生人、不容易和親人建立親情關係、缺少一般兒童的模仿學習、無法和小朋友一起玩耍，難以體會別人的情緒和感受，不會以一般人能接受的方法表達自己的情感等方面的困難。

### 二、語言和溝通障礙

自閉症在了解他人的口語、肢體語言，或以語言、手勢、表情來表達意思等方面，都有程度不同的困難度。大約有 50% 的自閉症兒童沒有溝通性的語言：有語言的自閉症兒童，也常表現出鸚鵡式仿說、代名詞反轉、答非所問、聲調缺乏變化等特徵。

### 三、行為的同一性

自閉症兒童常有一些和一般兒童不同的固定習慣或玩法，如出門走一定路線，特殊固定的衣、食、住、行習慣，狹窄而特殊的興趣，玩法單調反覆缺乏變化，環境佈置固定等，如果稍有改變，就不能接受而抗拒、哭鬧。

## \*自閉症的病因

自閉症不是由於父母的養育態度所造成，它的成因目前醫學上並無定論，很可能是多方面的因素造成腦部不同地方的傷害。至於可能造成自閉症的因素，則有下列幾項：

### 一、遺傳的因素

20% 的自閉症患者中，他的家族可找到有智能不足、語言發展遲滯和類似自閉症的。此外，自閉症男童中約 10% 有 X 染色體脆弱症。

## 二、懷孕期間的病毒感染

婦女懷孕期間可能因德國麻疹或有流行性感冒…等病毒感染，使胎兒的腦部發育受損傷而導致自閉症

## 三、新陳代謝疾病

如苯酮尿症等先天的新陳代謝障礙，造成腦細胞的功能失調和障礙，會影響腦神經訊息傳遞的功能，而造成自閉症。

## 四、腦傷

包括在懷孕期間窘迫性流產等因素而造成大腦發育不全，生產過程中早產、難產、新生兒腦傷，以及嬰兒期因感染腦炎、腦膜炎等疾病造成腦部傷害等因素，都可能增加自閉症機會。

### \* 早期療育的重要性

早期發現，早期療育，可以補足自閉症患者先天學習能力之缺陷，減少其不適應、破壞性行為之出現，並使其潛能得以充份發揮。自閉症如果能及早發現，及早矯治，對其病症的改善越有幫助。

### \* 矯治的目標

#### 一、促進正常的發展

自閉症患者，由於先天腦部功能的受損傷，從幼兒時期開始，在發展上便與一般的兒童不同，例如，大多數自閉症的患者在幼兒時期便出現少發聲，對人不理、不看等現象。因此自閉症的兒童早期矯治的第一個目標便是針對一般兒童會，而他們不會的行為，予以彌補加強，也就是說一般的兒童在成長的過程中所應有的知識與技巧，讓自閉症的兒童也能正常發展出來。

#### 二、消除不適當的行為

自閉症患者如未經過適當的教導，多會用一些不恰當的方式表達，不適當行為包括發脾氣，無法表達情緒或需要時的自我傷害，如果這些行動出現頻繁很高或是強度很大，便會干擾到自閉症的兒童的學習和生活。避免及消除固定刻板的行為自閉症的兒童常有一些固定行為及習慣，如走固定的路線，在特定的時間做固定的事，如果稍有改變，就會不接受而抗拒與哭鬧，並造成日常生活的不便及影響新的學習，因此這種妨礙學習的固定行為應該減少及消除。

## **\*矯治的原則**

### 一、建立適合矯治的環境與氣氛

自閉症兒童在學習新的事物時，如果用不一致的方法教，孩子容易產生不適應的行為，效果也打了折扣，因此為建立一個適合孩子的學習環境，有下列應注意的事項：

#### (1)舒解家庭的壓力

一般的家庭在得知孩子為自閉症時，多會造成有形與無形的生活壓力，此時應讓家人了解，孩子的病症不是父母所造成的，需要家人合作一起來幫助孩子，共同面對問題

#### (2)創造適合的學習環境

教導自閉症兒童時，應該針對孩子的需要，創造適合的學習情境，藉主動製造機會，誘發他的學習動機

### 二、實用與生活化的原則

自閉症的兒童在抽象理解和彈性運用上的能力有些困難，因此在教導的過程中，要儘量透過實務的操作來幫助他們理解與學習，此外，自閉症的兒童在溝通和人與人之間互相的關係學習上有困難，因此在教導時，便應將要教的事物應用到與人的互動關係上，從生活的實用例子中，加強其語言、人際關係及相關技巧的學習

### 三、反覆練習原則

對於孩子不會的技巧與行為，可以用逐步養成及增強原理，將該行為設計在前後關聯的事件中，反覆的練習，來幫助孩子學習，以訓練洗手為例，可以每天吃飯前或吃點心前練習，而養成洗手的習慣

### 四、多變、多樣化的安排

自閉症兒童的矯治，不一定只限於家中與教室來教他，相關的人、事、物可以作為計劃的變化組合，使內容具多樣化，例如，對於會走固定路線的孩子，可以常換不同的路線回家，讓他知道走不同的路都可以到家

### 五、用藥的原則

如果自閉症患者有相關的疾病需要用藥物治療，必須請醫生做適當的安排處理，如果孩子有情緒不穩，注意力太短及活動量過大的行為而影響他的學習時，也可以考慮請醫生使用藥物。

## **\*矯治的內容**

### 一、建立學習的習慣

在自然的情況下，兒童可經由主動的探索操作，觀察模仿以及他人的

指導，而學習各項新的技巧與行為，自閉症的患者，由於受到先天上病徵的影響，自幼兒開始，便難以如一般兒童經由上述的過程而學習到種種的技能，他們在學習上，常出現注意力短暫、易離座、不受約束、不理人自己玩自己的，等妨礙學習的問題。學習習慣的建立，主要是運用增強的原理，以及孩子所喜歡的增強物並給予稱讚的方式來幫助孩子學習。

## 二、溝通能力

自閉症兒童在五、六歲前是否發展出語言，對其日後的發展有重要的影響，一般說來，溝通的能力培養可分為二部份：

### (1)語言理解能力

理解為表達的基礎，為了要增進自閉症兒童的語言能力，宜透過孩子在日常生活中的衣食住行與遊戲中，配合簡短、清晰的語句，將孩子在從事的活動說給他聽，例如：“媽媽幫小強穿衣服”，“強強喝水”，“強強搭公車”，也就是靠著實際的動作與語言的配合，幫助自閉症兒童了解語言的實質義意。

### (2)語言表達能力

語言表達能力的訓練為一個複雜且因孩子而異的長期歷程，一般的訓練進階如下：

- |                  |                     |        |
|------------------|---------------------|--------|
| 1、 模仿動作(訓練視覺注意力) | 2、 聽口令做動作(視覺與聽覺的配合) |        |
| 3、 叫名反應(訓練聽覺注意力) | 4、 強化發音             |        |
| 5、 仿說單音          | 6、 仿說單字             |        |
| 7、 仿說詞           | 8、 仿說句子             |        |
| 9、 自動說           | 10、 練習簡答            |        |
| 11、 使用人稱代名詞      | 12、 簡單對答            | 13、 敘述 |

## 三、人際關係

為增進自閉症兒童和他人的互動，可以在日常生活中做適當的安排，讓家人的作息活動和孩子的互動牽連在一起，如此孩子就有更多的機會去認識他人的情緒表現，去學習人與人之間的關係和表達自我與他人之關係。

## 四、生活自理

舉凡食衣住行，都是很基本的生活自理的能力，這些基本的自我能力，常會因自閉症兒童學習上的障礙，而造成由家人幫助代勞的現象，不僅孩子失去了學習的機會，也容易養成依賴性，因此為培養孩子基本照顧自己的能力和習慣，生活自理的訓練宜從小開始。

### \*給媽媽的話

認知並勇敢的接受事實。

不必懷有內疚或罪惡感。

尊重孩子不以孩子為恥。

家人要互相體諒，彼此調整生活作息，並做合理的分工，避免因教養身心障礙孩子而心力憔悴。

公平的對待孩子，不要過度關注身心障礙的孩子，而忽略了其他正常孩子的感受。

瞭解正確的教養知識和方法。以平常心對待身心障礙孩子，只要是能力所能及盡量讓孩子自己做，不要過度幫助他，使孩子失去了學習自立的機會。

瞭解孩子的能力，不要讓孩子做超出能力的工作，以免造成挫折。

### \* 早期療育的方向

1. 自閉症的教育與治療包括：

a. 遊戲治療

b. 行為療法

c. 感覺統合治療

d. 音樂治療

e. 藝術治療

f. TEACCH 自閉症結構性教學

2. 簡介如下：

a. 遊戲治療

遊戲療法(play therapy)是基於心因論的一種心理治療方式。對於兒童無法完全明確的使用語言表達及理解的情況下，治療者用兒童能夠以身體機能表達心理面的遊戲取代語言作為溝通的方法。在遊戲的過程中，兒童可了解人我之分離，並學習人際社交技巧，培養社會適應力，遊戲治療的目的就是藉遊戲的特質發揮兒童本身的自我治癒力，以抒發內在的情結，使人格得以正常發展。

b. 行為療法

行為療法是自閉症教育治療中最常被採用且有效的方法。其乃是應用個體自發性的反應行為，及所謂的操作制約，來改善與去除自閉症狀與不適應行為或者形成適應行為與日常生活自理及專業技能。

c. 感覺統合療法

感覺統合失常乃是由於腦功能障礙，無法將人類的視覺、聽覺、觸覺、前庭覺及肌肉關節動覺等五種基本感覺的刺激加以統合並適切反應。感覺統合療法的目的即在於提供以上幾種感覺刺激的輸入，並適當的控制，讓孩童

依內在驅策力引導自己的活動，自動形成順應性的反應，藉此促成這些感覺的組合和統一。

#### d.藝術治療

藝術治療即一般所謂的繪畫治療。其目的是藉著繪畫及其創造性的自由表現活動將潛意識內壓抑的感情與衝突呈現出來，並且從繪畫過程中獲得抒解與滿足，而達到診斷與治療的效果。

#### \*結語

自閉症要及早發現、及早療育，接受適當的診斷及相關的身體檢查、治療。對於其不適當行為，用行為矯治、學習原理發展而來的方法，根據兒童的實際年齡、心理年齡及階段發展性的需要來安排課程。矯治內容透過適合矯治環境的建立，在專業人員、老師及家人的配合下，協助其學習，使其潛能得以發揮，長大後能照顧自己，並適應社會生活。

#### 自閉症相關書籍

李月卿、鄭信雄(民 85)。幼兒感覺發展檢核表實施手冊。心理出版社。

鄭信雄(民 77)如何幫助學習困難的孩子-敏感、分心、笨拙孩童的感覺統合治療。遠流出版社

鄭信雄(民 79)。突破孩童學習障礙—暴躁、好動不安兒童的感覺統合治療實務。遠流出版社。

鄭信雄(民 80)：如何幫助情緒困擾的孩子。遠流出版社。

蔡美娟譯(民 82)：如何教養難帶的孩子。遠流出版社。

高麗莛(民 83)：感覺統合(上)(下)。信誼基金出版。

陳文德(民 83)：學習困難兒童指導手冊。遠流出版社。

哈特著王大延譯(民 86)：自閉症家長手冊。台北市：中華民國自閉症總會。

佛禮斯著、王大延譯(民 85)：自閉症與亞斯伯格症。台北市：中華民國自閉症總會。

高雄市自閉症協進會(民 85)星星的孩子——群自閉症兒父母心路歷程。高雄自閉症協進會。

台視公司光華傳播製作(民 83)兒童精神病—自閉症。台北市廣播電視事業發展基金推廣處

芭芭拉·弗那奧克斯著、楊景堯譯(民 72)：自閉症兒童心理與教育。高雄市：復興出版社。

黃瑞煥、陳寶珠譯(民 71)：自閉症兒童的發展途徑。高雄：復興出版社。

曹純瓊(民 83)：自閉症兒與教育治療。台北：心理出版社。

王天苗(民 82)：生活適應能力檢核手冊。台北：心理。

曾世杰、胡致芬(民 78)：自閉兒童的教養。台北：時報。

董媛卿(民 81)：如何教育自閉症。台北市自閉症教育協進會。

何華國(民 84)：特殊兒童心理與教育。五南。

周日清(民 84)：身心障礙者福利與家庭社會工作—理論、實務與研究。五南。

張寧玉(民 84)：為障礙者開啟一扇門。心理。

洪麗瑜(民 87)：學習障礙者教育心理。心理。

陳瑞苓譯(民 86)：心智障礙者成果管理。心理。

陳瑞郎譯(民 86)：學習障礙。心理。