

投稿類別：生物類

篇名：

想飛的孩子-亞斯伯格症

作者：

周佩萱。國立中壢高商。綜合高中部。二年一班

溫怡萱。國立中壢高商。綜合高中部。二年一班

指導老師：

黃佳茵老師

壹●前言

一、研究動機

在暑假期間，我們利用課餘時間參加心理營，在營隊的課程裡我們收穫良多，但最令我們感興趣且印象最深的就是「亞斯伯格症」，臺前的教授向我們敘述他的臨床經驗時，我們的注意力瞬間被教授分享的故事吸引了過去，又加上在學校上課時，老師也曾講過「亞斯伯格症」這種疾病的學生和與亞斯伯格症如何相處、各種特殊狀況，使我們想深入研究！

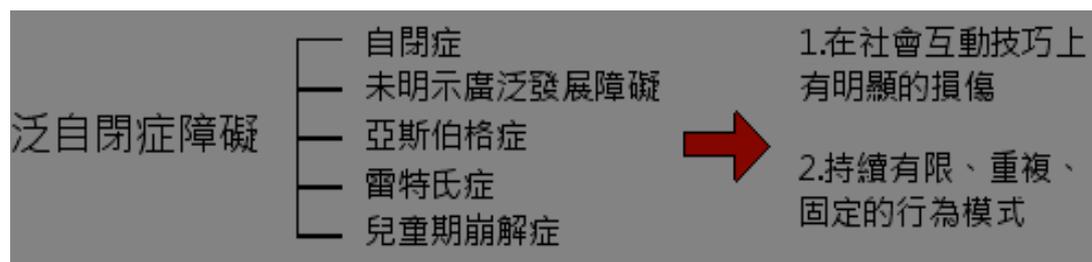
二、研究目的

希望能夠藉由這次小論文認識與我們不一樣的孩子，不再是只活在一般人的生活裡，走進亞斯伯格症的世界，看看他們是如何努力的生存於這個社會！而且他們也很想融入我們的世界，可是現在的孩子都沒有灌輸這種觀念，導致這些不一樣的孩子受到排擠和欺負，也期許我們自己能夠將正確的觀念傳達給更多不了解「亞斯伯格症」的朋友們！

貳●正文

一、何謂亞斯伯格症？

(一) 亞斯伯格症的起因

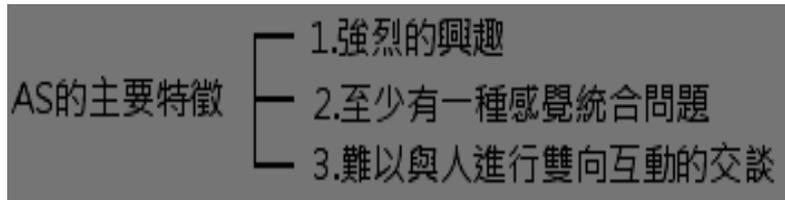


(資料來源：註一)

這種症狀主要是來自遺傳，基因會在家族中一直流傳，而家族中多數人可能很幸運的在一生中都不會發病，所以誰也無法預測誰會得到亞斯伯格症。除了基因遺傳外，也有可能是因為外在環境所影響「誘發自閉症」。

亞斯伯格症的症狀通常到三歲以後才較為明顯，且亞斯伯格症的孩子的智力是正常的。

(二) 亞斯伯格症的症狀、特徵



(資料來源：註二)

1、家庭

在 AS 尚未診斷出為「亞斯伯格症」時，家長們可能會因為孩子的行為或言語感到非常困擾，甚至會認為孩子的問題是出自於調皮，進而對孩子惡言相向，但這卻會導致 AS 的孩子留下永遠的傷痕。

《來自不同光譜的聲音》中的文章<不！你不懂！>寫道：

「你們生氣的臉龐讓我好害怕，你們大吼的聲音讓我好痛苦，我只好一直哀號，來淹沒你們的吼叫。」(麥克·約翰·卡利，2010)

當孩子被診斷出是 AS 時，此時家庭一定會有重大的改變，不管是日常生活上亦或是心理上對「亞斯伯格症」的種種想法，在加上身旁的近親或鄰居也許也會施與某種程度的壓力。

2、人際關係

AS 的孩子其實很希望和其他的小朋友做朋友，只是他們不知道要如何表達自己的想法，也因為缺乏目光接觸、說話方式明顯不同和無法發展與同儕相同的應對關係，而容易遭受同儕的忽略甚至是霸凌，尤其是在青少年時期，青少年時期大家都各自發展出小團體，此時 AS 的孩子卻很難融入任何一個小團體，最後可能會導致因為孤獨而開始疏離人群。

當 AS 想和同儕融為一塊時，過程中 AS 可能會希望別人配合他，但也許會因為表達不善或其他因素，同儕也許不會配合，導致激怒了 AS 的孩子，此時 AS 的孩子可能會因為一時的怒氣而傷害了身旁的朋友卻渾然不知，但他們卻不是有意傷害別人，可是卻讓身邊的朋友們一一遠離。

3、學習方面

在尚未被診斷出是「亞斯伯格症」時，也許老師會把 AS 的注意力不集中、分數極低視為不努力，等到接到診斷書後才了解，原來一切異常的行為是因為 AS 容易「焦慮」，進而出現上述情形。亞斯伯格症的孩子大多數不適合在一般注重學業成績的學校就讀，因為腦部功能部分的缺損，讓他們在學習某些科目時非常的困難，在學習上就會出現挫折、沮喪，導致心情低落甚至自殺。

多數 AS 的孩子會出現某一部份突出的能力，但若是將他們放錯位置可是會讓他們感到相當痛苦，所以家長或老師一定要仔細的觀察他們哪一種能力特別好，再讓他們往這方面繼續鑽研、精益求精！

4、工作職場

很少有 AS 的人一開始就找到穩定的工作，面試的時候，面試官可能會因為無法眼神交會、清楚的言語表達、平板語調而淘汰，但還是有人能夠克服這些障礙順利錄取！

AS 較適合能夠獨自一人完成的工作，減少與人們接觸的機會，這樣不僅能夠減輕他們的壓力還能讓他們擁有安靜的空間，也可以放些舒壓音樂穩定心情，而工作時最好能夠多穿插一些休息時間，可以減緩注意力不足的問題。

二、如何應對生活的各種困難？

（一）運動

通常 AS 不是很喜歡運動，因為團體運動中如果輸了比賽總是會讓他們感到失落，但藉由運動卻可以改善身體不協調的問題，因為要把每一個動作做好，所以會不斷的重複練習，藉由這個方法就可以改善問題！而且在運動的過程中，也能夠學習到如何與失敗共處，才能夠更順利的面對未來每一個挑戰！

（二）改善環境

若身邊的環境非常的吵雜、或氣味並不是非常好聞時，AS 就會出現「焦慮」的症狀，此時可以藉著改善週遭環境來解決這個問題，例如可以帶上耳機播放輕柔的音樂、戴上口罩過濾氣味。而有些人對於光線也很敏感，可以隨身攜帶太陽眼鏡，以防外在因素影響到心理情緒！

(三) 寵物

藉由飼養寵物，可以讓 AS 了解負責任的態度，也因為寵物的「忠心」，AS 會覺得寵物就像自己的好朋友一樣，產生強烈的連結感！

(四) 給予適當的個人空間

當 AS 的孩子因為外在的環境或情緒的起伏導致對身旁的人發脾氣或傷害別人時，這時他們需要的冷靜，應先將身旁的所有人帶離現場，不去多理會 AS 的孩子，等到情緒平靜下來後再和他們慢慢講道理，否則硬碰硬只會讓 AS 的情緒起伏更大！

參●結論

整理出這些許多關於亞斯伯格症的種種情形，讓我們不免開始發起想要關心他們的衝動，多多呼籲“他們不是不一樣，而是比較特殊而已”，如果我們身邊真的有這種孩子出現，我們應該多多鼓勵他、幫助他，讓他覺得這個地方對他是沒有敵意的！

肆●引註資料

註一：李宜蓁(2010)。亞斯伯格症是什麼?。親子天下雜誌 17 期。2013 年 1 月 25 日，取自 <http://www.parenting.com.tw/article/article.action?id=5020123>

註二：楊宗仁、羅桂琳(譯)(2006)。亞斯伯格症的重要特徵。•南方璀璨的星星•。2013 年 1 月 25 日，取自 http://tw.myblog.yahoo.com/jw!X.C6iHuBR0_SNCAegtaFGA--/article?mid=292

註三：應小端(譯)(1996)。星星的孩子。臺灣：天下遠見出版社

註四：嚴麗娟(譯)(2010)。與亞斯伯格症快樂共處。臺灣：智圓出版有限公司

註五：劉學融(譯)(2011)。與泛自閉症兒童一起成長：給家庭的逐步學習手冊。臺灣：心理出版社

註六：亞斯伯格症後群。維基百科，自由的百科全書。2013 年 1 月 25 日，取自 <http://zh.wikipedia.org/zh-tw/%E4%BA%9E%E6%96%AF%E4%BC%AF%E6%A0%BC%E7%97%87%E5%80%99%E7%BE%A4>

註七：蔡文哲(2009)。艾斯伯格症的啟發。2013年1月25日，取自
[http://tw.myblog.yahoo.com/sabina-20060814/article?mid=4899&next=4653&l=f
&fid=11](http://tw.myblog.yahoo.com/sabina-20060814/article?mid=4899&next=4653&l=f&fid=11)

註八：丘彥南(2009)。影響學習的因素。亞斯伯格症和高功能自閉症之家。2013
年1月25日，取自 <http://www.wretch.cc/blog/asperger/25099355>

註九：麥克·約翰·卡利著 嚴麗娟譯(2010)。與亞斯伯格症快樂共處。智圓出版