

投稿類別：健康與護理類

篇名：

「亞」異人生，「斯」考全新觀點

作者：

許竣喻。私立永年高中。高二信班

蘇沛熏。私立永年高中。高二信班

邱琪閔。私立永年高中。高二信班

指導老師：

廖于婷老師

壹●前言

一、研究動機：

亞斯伯格，這個名字聽起來好像有點熟悉卻又有點陌生，第一次聽到這個名詞時，是在新聞媒體上報導柯文哲的時候，柯P總是給人一種有話直說、毫不畏懼的印象，這多多少少和他的亞斯伯格症有關，因此藉著這次機會，了解更多有關於亞斯伯格症的特徵與症狀。

二、研究目的：

- (一) 認識亞斯伯格症的特徵
- (二) 關於亞斯伯格症的誤會
- (三) 治療亞斯伯格症的方法
- (四) 了解大眾對於亞斯伯格症的認知

三、研究方法：

(一) 參考文獻：先上網查詢相關文章、資料、文獻後，再去各大圖書館找尋有關亞斯伯格症的書籍，文獻、雜誌等，統整出完整的架構後，開始製作小論文。

(二) 問卷調查：依據所查詢得資料，對永年高中二年級的學生、老師，進行有關亞斯伯格症的問卷調查，總共 8 題，包含對於亞斯伯格症有多少了解等等，發放問卷總共 298 份，回收問卷總共 298 份，回收率為 100%，並加以統整分析，做出總結。

貳●正文

一、何謂亞斯伯格症：

人們常把自閉症和亞斯伯格症給搞混，這兩者相同的地方雖然都是喜歡獨處，但意義卻大大的不同，自閉症患者會把自己鎖在自己的世界裡，卻不知道外面其實還有個更廣大許多的世界在等著他；而亞斯伯格症的患者雖然活在自己的世界裡，但還是想和外面的世界有聯繫，只是當他們非常努力的想和一般人一樣的時候，卻又會因為和別人靠的太近而退卻，這對空間感非常重要的他們是很不舒服的。

(一) 亞斯伯格症的特徵

1. 無法社會化：

當他們想試著社會化時，往往會因為不敢和別人有眼神接觸而退卻，而給別人些「誤解」，因為表面上看起來很正常，甚至聰明，常會讓人誤以為是故意的，甚至認為是白目。

他們有著跟一般人不一樣的思維，所以常會做出令旁人難以理解的事，他們很容易因為一些在平常人眼裡看起來芝麻綠豆大的事，而感到焦慮，例如：揉紙團的聲音、光線的干擾。

2. 社交互動：

亞斯伯格症患者很少主動找別人聊天，就算有也只是聊有關於自己喜歡的話題，就算別人沒有很喜歡，用了一點表示自己沒有很喜歡的表情或是些小提示給對方，他還是會繼續講，不僅是因為對自己所喜愛的東西感到固執，也因為不懂得察言觀色，常讓別人誤以為自己是個自私，又不懂的體諒別人的人，以致於難以融入團體生活。

在求學階段，亞斯伯格症患者也常因過動、衝動、分心而被貼上上課不專心，愛搗亂的壞孩子標籤。

3. 特殊行為：

在生活上，有著固定的生活作息，必定要執行，若要有些變動需提前告知，好讓他們有心理準備，若無事先告知，可能會導致情緒崩潰，例如：星期一到日的衣服顏色一定要特定某幾色，或者是某人的妝髮變的和以往不同等等，都會讓他們感到抓狂，那是他們早已習慣的模式，突如其來的改變對他們來說，都會造成重重的打擊，而面對這些改變時，或許會尖叫、摔東西、拍打自己的手臂、前後搖晃、或是一直重複的念某個電影的台詞。

4. 溝通：

看不懂社交暗示，總是依照字面上的意思來解讀句子的含意，例如：「你在給我試看看」，在一般認知裡我們都知道這是在警告不能在做的意思，但亞斯伯格症患者卻會真的繼續做，因為他們只是照著字面上的意思來行動而已，這種實事求是的精神有時令人覺得有趣，有時卻會令人感到氣餒。

害怕與別人正視也是他們的困擾之一，但只要談論到他們喜歡的話題，就會興致勃勃的解釋一件事的來龍去脈，也因為缺乏幽默感和一些臉部表情，使他們不善於判斷他人的身體語言訊息。有個特點是通常都會一直重複討論同一個話題，說話的語氣也會和

別人不同，少了抑揚頓挫，倒是用單一語調聽起來就像在背書。

有時不管你怎麼和他講話，他都不會理你，也許是他又活在自己的世界裡了。

5. 情緒化

有時因為對周遭的事物非常敏感，導致只要稍微有點動靜，都足以讓他的世界崩塌，有時亞斯伯格症患者會非常衝動，甚至與人有肢體衝突，是因為他們覺得自己被冒犯，例如：自己被誤會，或是被欺壓得太嚴重，或是看到了不符合自己原本所期望的事，而感到異常憤怒，也因為缺乏同情心而無法判斷他人的喜怒哀樂，所以看到別人在傷心時，他不會有安慰別人的舉動，甚至還可能因為自己發現了新事物，而開心的大笑。

雖然無法判斷他人的心情，但也不是缺乏情感，只是不能體會別人的感受。

6. 遺傳

最初發現亞斯伯格症患童的父母親的身上有此症的影子，尤其以男性為大多數，患者的家族出現此症的機率也會比較高，且在一等親及二等親中最为明顯，如果家族中有一位亞斯伯格症患者，則其兄弟姐妹也有可能幾個會有亞斯伯格症，之所以會有此症是因為 X 染色體和第二條染色體有一端比較脆弱，或是某個染色體上有位移、異常的現象，而最常見的遺傳性疾病為 X 染色體易脆症。

7. 動作

很多亞斯伯格症兒童都會合併大動作或肌腱動作協調困難的問題，在體育上的挫敗，常容易引發他們的挫折感，因而影響人際的互動。

二、亞斯伯格的誤會

(一) 天才基因

亞斯伯格患者和一般人的智力其實是差不多的，並沒有特別高。愛因斯坦、比爾蓋茲、柯文哲等都患有亞斯伯格症，但因為有著容易執著於自己的興趣或行為的特性，使得他們比別人更容易成為所謂的「天才」，也因為如此，亞斯伯格被稱做為「學者症候群」。

(二) 吃藥痊癒

亞斯伯格症無法因藥物而痊癒或是從此改變個性，由於它是一種特徵所以幾乎可以

說是無藥可醫，但可以詢問醫生的建議吃些營養補充品，防止情緒崩潰，或是減輕焦慮的心情。

（三）因為缺乏同情心而犯罪

亞斯伯格症患者雖然難溝通，但只要定好規矩也是能遵守，並且也不容易輕易打破規定，更不會因為缺乏同情心而是非不分，但卻有可能因為情緒過於激動而出手打人，大致上來說，亞斯伯格症患者的犯罪率和平常人的是差不多的。

三、治療方式：

（一）藥物改善

雖然無法根治，但可藉由一些藥物改善其情緒衝動、憂鬱、過動或注意力不集中等問題，例如：抗精神病藥物、抗憂鬱劑、情緒穩定劑、中樞神經興奮劑等，都可以對亞斯伯格症患者的情緒行為進行控制。

（二）行為治療

行為治療是以學習理論為基礎，在了解病人的行為特性後，行為治療理論可提供系統性的架構，並針對不同病人的問題，設計出符合個別需求的治療策略與執行的內容方式，此種治療方式多用於改善病患不適應的情緒和行為反應，或是增進有效的人際互動。

（三）班級融合策略

1. 班級宣導：

若班上有亞斯伯格症患者時，在家長同意可以宣導後，班導師可以帶著全班同學認識並接納人與人之間的個別差異，適當的介紹亞斯伯格症，例如：亞斯伯格症學生特質的了解，或是因應亞斯伯格症學生的行為做簡單的策略、策略演練。

當同學反應出對患者的困擾時，可以向同學解釋相關特質，討論並鼓勵同學發展可行的因應策略。

當班導師覺得有需要，但家長希望不要立即向班上做宣導時，老師可以：澄清家長的顧慮，說服家長以不說出障礙名稱的方式進行，強調只針對學生特質說明；如家長仍有顧慮，則暫緩進行，與特教老師討論後續處理方法。

2. 社交行為方面盡量讓患者感到放鬆：

可以利用一些人事物來緩和患者的潛在緊張情緒或當患者正情緒激動時有因應的對策，例如：擺放一些物品，當患者情緒略為緊張時，可以拿給患者以平復心情。也可直接透過直接教導來增進患者的社交技巧，當患者達到目標時，老師也該適時給予鼓勵，以增加患者信心。

3. 學業與學習：

可利用患者的興趣增強對於學習的專注力，打造一份有規律性並且可預測的讀書時刻表，預先教導新作業，並提供一致性的支持。也可針對患者較擅長的科目，安排患者教導其他同學，甚至給予小老師一職，而患者不擅長的科目，則可以請班上同學幫忙指導，或是可以成立讀書小組，更可以增進同學之間的感情。

4. 感官方面：

建立能讓患者感到放鬆的感官休息室，此空間應安排輔導人員或心理醫生等專業人士，當患者出現感官問題時，能幫助患者恢復情緒，或使用能隔絕外來刺激的物品，安撫患者的心情，例如：耳機。當患者情緒崩潰時，應直接交給專業人士安撫，不宜自行冒然制止，更不能加以刺激。

5. 動作方面：

多數亞斯伯格症患者，在大動作或肌腱動作協調上有困難。由於肢體的協調度較一般人差，因此應先由肢體動作較大的活動開始做起，等到熟練後，在更進一步的要求較精細的動作，若患者有握筆的困難，應借助電腦或其他科技產品來協助，或者是直接以口頭表達來代替書寫。

6. 替代行為：

教導學習可被接受的行為代替異常的行為。有些亞斯伯格症兒童會逃避上課，因此可能會在上課期間在教室外遊蕩，老師可以在上課期間安排一些活動給患者來代替上課，例如：幫忙收取物件，或是美術課時幫忙有需要的同學等，受到幫助的人也應向患者給予讚美，患者也能從這些讚美中獲得成就感。

四、問卷調查及分析：

(一) 問卷內容：

關於亞斯伯格症

大家好！我們是永年高中是高二信邱琪閔、許俊喻、蘇沛熏，麻煩各位撥出五分鐘填寫這份問卷，非常感謝你們的填寫!這份問卷採用不記名方式，且禁用於小論文之參考，請安心填寫。

高二信 邱琪閔、蘇沛熏、許俊喻

1 請問您的性別？

男 女

2 請問您是否有亞斯伯格症？

是 否 不清楚

3 接觸過亞斯伯格症的人嗎？對他/她的感覺？

是，感覺融不近人群 是，與一般人無異
否 不清楚

4 關於亞斯伯格症的症狀哪像是正確的？(可複選)

平常與一般人無異 無法自行處理生活大小事
會特別的聰明 對於某件事特別焦躁、執著 不清楚

5 亞斯伯格症是否可以吃藥痊癒？

是 否 不清楚

6 與有亞斯伯格症的人正常溝通嗎？

完全不行，他們完全無法溝通 可以，但只有特定事物
完全可以 不清楚

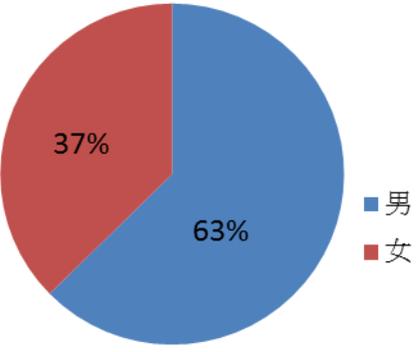
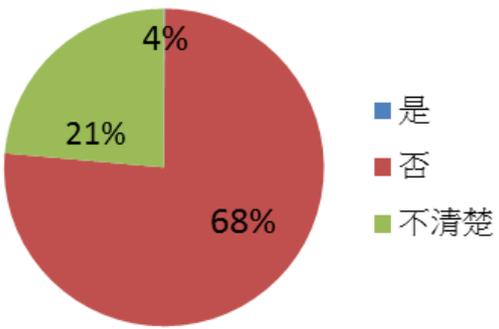
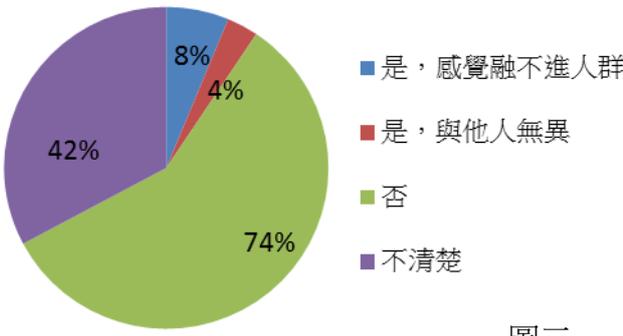
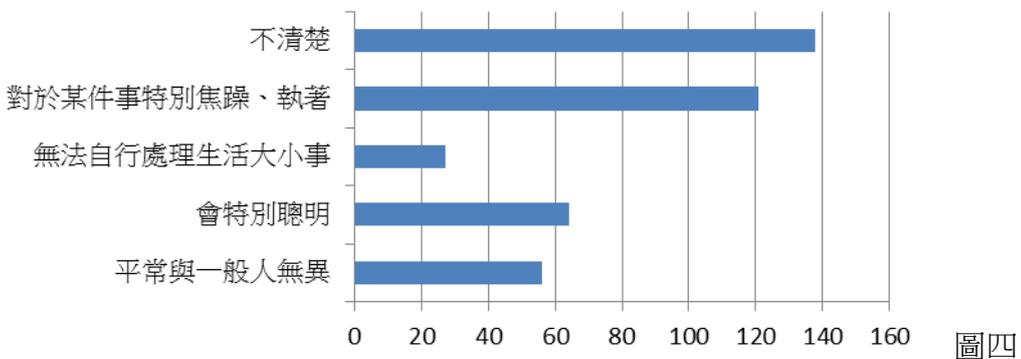
7 亞斯伯格症的人會容易犯罪？

會 不會
與一般人無異 不清楚

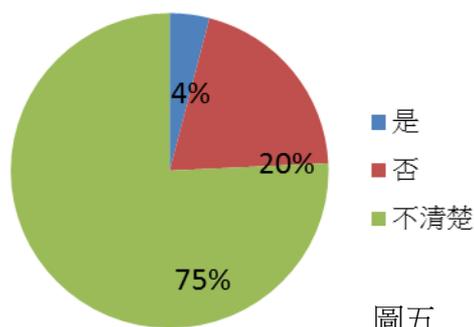
8 與亞斯伯格症的人相處？(可複選)

跟對一般人一樣 時常邀他一同出遊
常常製造驚喜給他 找自己喜歡的話題跟他聊
不隨意亂動他所熟悉的事物 不清楚

(二) 問卷分析：

<p>1.請問您的性別</p>  <p>圖一</p>	<p>2.您是否有亞斯伯格症？</p>  <p>圖二</p>
<p>由圖一得知受訪者 63%男性 37%的女性。</p>	<p>由圖二可得知，有 4%的受訪人患有亞斯伯格症，則 21%的受訪者不清楚，68%的受訪者不是亞斯伯格症的患者，顯示亞斯伯格症為少數人才患有。</p>
<p>3.接觸過亞斯伯格症的人嗎?對他/她的感覺?</p>  <p>圖三</p>	<p>由圖三得知，受訪者有 4%有接觸過亞格症患者，並覺得與他人無異，8%有接觸亞斯伯格症患者，並感覺融不進人群中，42%不清楚，74%為沒接觸過亞斯伯格症患者，雖大多數人沒接觸過亞斯伯格症患者，但接觸過受訪者大多覺得融不進人群，根據（一）亞斯伯格症的特徵，當他們想試著社會化時，往往會因為不敢和別人有眼神接觸而退卻，而給別人些「誤解」，因為表面上看起來很正常，甚至聰明，常會讓人誤以為是故意的，甚至認為是白目。</p>
<p>4.關於亞斯伯格的症狀哪項是正確的?(可複選)</p>  <p>圖四</p>	
<p>由圖四得知，大多數人為不清楚，但根據二、亞斯伯格的誤會以及一、何謂亞斯伯格症得知，大眾對於亞斯伯格症的觀點大略正確。</p>	

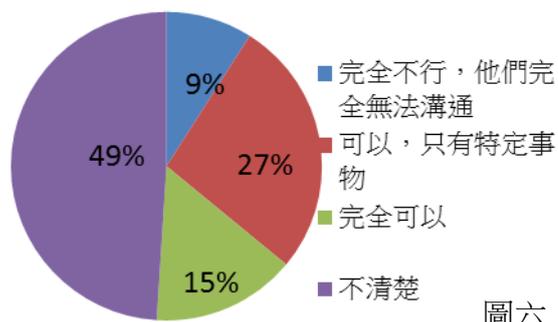
5.亞斯伯格症是否可以吃藥



圖五

由圖五得知，4%的受訪者認為能吃藥痊癒，20%為否，75%為不清楚，根據二、亞斯伯格的誤會亞斯伯格症無法因藥物而痊癒或是改變個性，由於它是一種特徵更可以說是幾乎無藥可醫，但可以詢問醫生的建議吃些營養補充品，防止情緒崩潰，或是減輕焦慮的心情。雖大多數人為不清楚，但有些人的觀念是正確的。

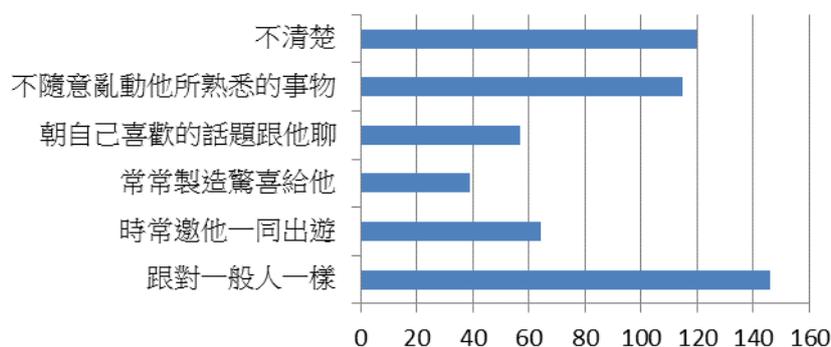
6.能與亞斯伯格症的正常溝通嗎?



圖六

由圖六得知，受訪者 9%覺得完全無法溝通，15%覺得完全可以，27%覺得可以但只有特定事物，49%不清楚，雖一半的受訪者不清楚，但剩下大多數的觀念為正確的。

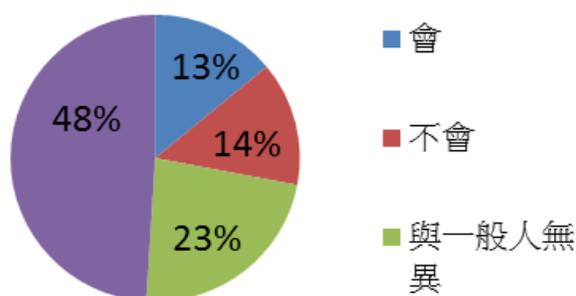
7.如何與亞斯伯格症的人相處？(可複選)



圖七

由圖七得知，大家都認為對一般人的方式對待亞斯伯格症患者，並不隨意亂動他所熟悉的事物，由此可知，大眾對於亞斯伯格症的認知是正確的。

8.亞斯伯格症的人容易犯罪嗎?



圖八

根據圖八，雖大多數人為不清楚，根據，二、亞斯伯格的誤會，亞斯伯格症患者雖然難溝通，但只要定好規矩也是能遵守，並且也不容易輕易打破規定，更不會因為缺乏同情心而是非不分，但卻有可能因為情緒過於激動而出手打人，大致上來說，亞斯伯格症患者的犯罪率和平常人的是差不多的。由此可知，剩下大多數人觀念為正確。

參●結論

很多時候我們走在街上突然會看見有人在大叫或是失控等等，常常都會覺得離他們越遠越好，怕自己也會捲入麻煩，以至於沒辦法第一時間去幫助他們，但是只要我們了解原因的話，其實會做出這些行為也能夠理解。

從這次的問卷調查中，發現到大家還不太了解亞柏格症，甚至不知道什麼是亞斯伯格症，因此，藉這次的小論文研究，希望大家更能了解亞斯伯格症，以及打破以往對他們的種種誤會，像是亞斯伯格症的孩子就是愛唱反調、亞斯伯格症患者沒辦法融入社會等這些刻板印象，當然最主要的是只要我們能夠尊重並且友善對待每個人，相信這個社會會更加的和諧、美滿。

在未來方面，希望有專家學者可以找到亞斯伯格症的治療方法，解決他們生活上的不方便以及人際溝通間的問題，再來就是政府能夠多多幫忙宣導有關亞斯伯格症的教育影片，讓大家能夠清楚地認識亞斯伯格症，不再害怕接近他們，使亞斯伯格症不再成為他們的困擾。

肆●引註資料

1. 林寶華（2016）。天使的鬼臉－妥瑞氏症、亞斯伯格症、強迫症、巴金森氏症的中醫治療。臺北市：書泉出版社
2. 簡意玲（2014）。然真摯與忠誠：談成人亞斯伯格症與自閉症。台北市：心靈工坊文化事業股份有限公司
3. 賴思慎（2016）。自閉症及亞斯伯格症孩童社交互動表現的認知因子之探討。國立成功大學職能治療學系暨研究所
4. 傅宜青（2015）。身體活動運用在亞斯伯格學童同儕互動之行動研究。國立屏東大學體育學系碩士班
5. 自閉症及亞斯伯格症認識及輔導。2016年11月8日，取自 <http://www2.nuu.edu.tw/~stuaffairs/san04/san04/heart/lastpage.htm>
6. 一位亞斯伯格醫師的成長心路歷程2016年11月8日，取自 <http://disable.yam.org.tw/node/2534>
7. 維基百科。2016年11月8日，取自 <https://zh.wikipedia.org/wiki/%E4%BA%9E%E6%96%AF%E4%BC%AF%E6%A0%BC%E7%97%87>

「亞」異人生，「斯」考全新觀點

[%E5%80%99%E7%BE%A4#.E7.89.B9.E5.BE.B5](#)