



親近亞斯 與亞斯學生相處的秘訣

特教組 特教宣導月刊111年9月號

發行人:蔡孟峰

編輯指導:張文澤、王世卉

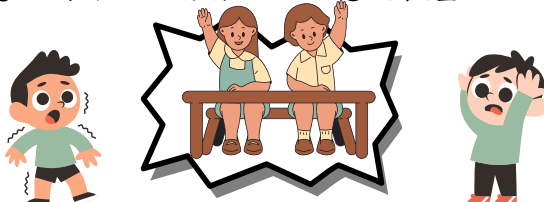
編輯教師:許芷璇、蘇湘甯

與亞斯伯格症的相處，很多人感覺如同走在鋼索上，有時一句話，自己並沒有認為哪裡講錯，但可能就誤踩地雷，讓彼此的關係陷入僵局。亞斯伯格症孩子的確需要學習如何的調整自己的一些特質，但要求亞斯伯格症孩子進行改變，有一個很重要的前提就是彼此的關係需要先建立。以下將分享亞斯伯格症學生在校可能會出現的困難情況及協助方法。

某天，老師臨時安排小組討論活動，並重新安排了座位以利活動的進行。



遲進教室的阿誌，發現大家已經開始上課，還有另一位同學坐在自己的位置上，情緒從驚訝轉為焦慮並開始喃喃自語，不願意進教室。



現在已經是上課時間了，快點進教室！



為什麼要換位置？我的位置被坐走了，我沒有位置可以坐了！幹嘛要坐我的位置？



你一直不進教室，被記曠課，那就是你自己的事了！這節課就是要按照新的分組座位坐！



老師選擇忽略阿誌的情緒反應

同學們，現在我們一起來討論第三題！



此時，班上的同學熱烈的討論聲，對阿誌來說非常刺耳。



眼見座位與平常不同，加上教室裡的討論聲，都讓阿誌焦慮不已，想要離開，但又不敢離開。



我們會發現亞斯伯格症孩子在「適應情境」方面，需要多些時間、較高的接觸頻率與較多的接觸次數。關於「社會情緒線索」（自己與他人的思考、眼神、表情、肢體動作、說話內容、語調、互動等），亞斯伯格症孩子加以篩選、解釋、分析與理解等的處理能力也不盡理想。因此，當孩子犯錯時，我們先別急著指責，我們可以這麼做：

預告

提早預告改變

亞斯伯格症的孩子很固執，但仍然得遵守規定。所以當我們想教導他們在社會規範中成長，孩子就必須練習適應維持該有的界限，老師們可以透過清楚地在紙上寫出規定去引導學生，或是提早告知學生將會發生的改變。

允許

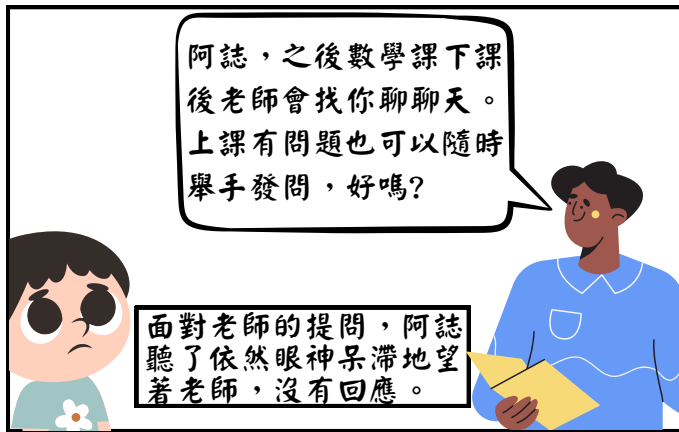
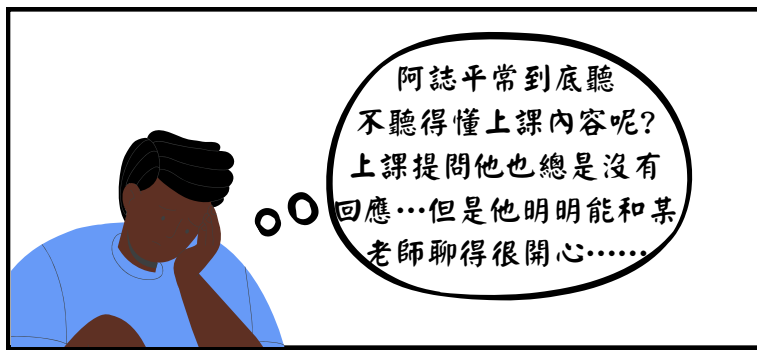
允許有時間調適情緒

對於亞斯伯格症孩子來說「改變」充滿了挑戰及壓力，隨之而來的「不確定性」，容易使他們緊張、焦慮，同時做出對自己不利的誇大解釋。因此要求他們有所改變時，要謹慎地留意孩子的「情緒反應」並循序漸進，不可以著急求快。

練習

從日常做起

讓孩子實際做出改變以前，先和他分享事情可能出現的變化。要注意的是亞斯兒對於「不」這種字眼是很敏感的，因此平常可以試著以正向的語言與孩子溝通，例如；以「你舉手後才可以發言」取代「你不可以打斷老師」。



每當再次見面，我們會發現孩子與自己之間明顯有距離。其實，他並不是不願意回應老師們的提問，而是面對一個禮拜或一段時間才上課一次的老師，孩子需要重新調適，逐步消除陌生感，緩和焦慮的情緒，重新與老師建立關係。我們需要了解，關於適應與他人的關係時，亞斯伯格症孩子所需要的時間會比其他孩子更長。

面對新接觸的亞斯伯格症孩子，在尚未建立關係以前，先不以提問的方式進行互動，而是先了解他感興趣的話題，並以「分享」的方式拉近彼此的關係。

當我們要與亞斯伯格症孩子互動時，我們可以這麼做：

等待 → 向亞斯伯格症學生提問沒有得到回應，我們容易陷入焦急，急著想開口繼續問下去，但請先別急。如果問第一遍沒有回應，請先稍微等待一下，因為有些孩子需要比一般更久的思考時間。
給予反應時間

引導 → 面對總是以「聳肩」代替開口回答的亞斯兒，我們可以試著幫他說出心裡的感受並且引導孩子做出回應，例如：「你是不是聽不懂我的問題呢？你可以跟老師說，我聽不太懂，能不能把問題解釋得簡單一些？」
引導學生回應

示範 → 有些亞斯兒無法在第一時間理解意思而做出回應，他需要「範例」。你可以先舉例示範，他比較能夠懂你要問什麼。
給予反應範例

瞭解在和亞斯兒的相處過程中，如何維持應有的關係與界限，或孩子情緒引爆之後，懂得如何有效因應，賦予自己在教學上的挑戰。甚至於透過亞斯伯格症孩子來充當一面鏡子，對自我覺察會有充分的幫助（懂得如何細膩的觀察、感受對方，以及如何適切地做出反應）。

參考資料：王意中 臨床心理師(2022)《不動怒，與亞斯伯格症孩子親近溝通》第1-2章。寶瓶文化。