



親近亞斯 強化亞斯學生的溝通技巧

特教組 特教宣導月刊111年10月號

發行人：蔡孟峰

編輯指導：張文澤、王世卉

編輯教師：蔡雅竹、蘇湘甯

上一回我們提到如何與亞斯伯格症的孩子建立關係，當關係建立後，孩子開始想要表達與分享，由於孩子的獨特溝通特質，可能又會引發新的問題。本章透過4個溝通情境進行分析，提供相關策略讓老師參考，讓老師能更順利的從旁協助孩子融入團體。

情境一：自說自話，不管他人

上課時，老師在跟阿誌解釋代數問題，阿誌對代數非常感興趣，於是問了整整一節課。



其他學生毫無興趣，但也無法繼續上課，導致同學對他反感。



因此下課後都沒有同學願意跟他一起玩。



當亞斯伯格症孩子興致高昂的與人分享時，常不知道該如何維持一個適當的聊天氛圍，因此我們要讓孩子思考：我自己想說，但對方想聽嗎？讓孩子反覆練習在聊天時，思考他人的想法、意圖、企圖、動機、意願與需求。

💡 以下提供聊天練習的三步驟：

練習一 關注某人 引導亞斯伯格症孩子將焦點轉移到某個人身上。
引導句：眼前這位同學有什麼興趣、嗜好，平常聊天的話題是什麼？

練習二 聊聊別人 將目光轉移到對方身上，讓對方成為主角，自己是聆聽者、觀察者或聽眾。
引導句：先不要說話，聽聽看同學想要說什麼。

練習三 練習開場 讓孩子試著從了解對方興趣，與對方建立關係。
引導句：讓孩子說說看：「我喜歡___，不曉得你的興趣是什麼？」

情境二：無法順利說出內心話

「詞窮」是亞斯伯格症孩子遇到問題時，很容易出現的狀況。不但孩子陷入窘境，也常讓對方誤以為是孩子理虧或態度傲慢。一旦無法在第一時間順利把話說出口，亞斯伯格症孩子很容易表情如木頭人，讓周圍的人誤認為他表現冷漠。其實孩子並不是沒有感受，只是很難將心裡的想法和感受，清晰地讓對方接收到。



💡 以下提供正向表達的練習步驟：

步驟一 示範 老師先示範，讓亞斯伯格症孩子能有所遵循，知道要做什麼。
如：繪本、故事來作為媒介以展開話題。

步驟二 練習 讓孩子試著將他接收到的訊息（影片、繪本或故事內容）說出來。
過程中不做任何批判，但可從旁引導孩子以合理的方式形容出來。

🔍 有了輸出，會使孩子逐漸形成自我的概念。有一天若真的遇到麻煩、糟糕的情況，至少可以在心中產生正向、合理的自我對話。

情境三：有話直說、實話實說

數學課時，阿誌嘲笑考不好的同學……



上導師課時，阿誌會一直向老師打小報告……



亞斯伯格症的孩子對於眼前的現況往往不經思考，有話直說，完全沒有考慮聽者的想法和感受，直接脫口而出。我們並不是要讓孩子說謊，而是讓他知道換個方式說，一樣可以達到訴求，同時還能讓對方感受好些。

💡 以下提供2個教學方法供老師參考：

一對一 教孩子私下講

讓孩子知道，有的人並不希望某些話被別人聽到，因此一對一的私下場合，對方的接受度較高。如果有機會事先演練，說出來會安全、得體許多。

示範/練習 修改成適當語句

當孩子說了不適當的話，避免直接指出：「你這樣講不對」，直接的批判很容易讓亞斯伯格症孩子情緒轉為憤怒。

引導句：「我們可以這樣說…」，並且先示範如何說，讓孩子練習。

🔍 若遇到亞斯伯格症孩子愛告狀，我們可以分成兩種情況：

1.若孩子只是想「說出來」



老師可以專注地看著他，點頭與微笑，並且讓他了解「老師知道了」。接著將學生的注意力轉移到當下要做的事，緩解孩子的告狀行為。

2.若孩子要求老師「馬上解決」



如果一告狀就立刻回應、處理，只會更強化孩子的固著行為，因此，老師可以看著他，微笑著對他說：「老師在上課，我下午會處理。」並讓孩子知道現在應該做什麼。

情境四：咄咄逼人、得理不饒人

有些亞斯伯格症的孩子會將自己知道的事，以快轉的方式，一股腦地傾倒出來，讓他人無從招架，以在關係中取得絕對優勢。此時切記：別順著他的內容回應，以免陷入困境。

💡 當遇到這個問題時，我們可以這麼做：

你知道「元宇宙」嗎？
元宇宙在未來真的可行嗎？還是
OOXXOOXX



不受刺激 收起負面情緒

孩子想要藉由爭辯、強辯的方式，以言語壓制大人，使大人妥協，不受大人的管理，然而我們不一定要回應他的期待，表現出不受他的言語影響的樣子。

點出背後動機 平穩情緒

當彼此的情緒穩定時，我們可以試著說明孩子會如此的咄咄逼人的理由，讓孩子知道我們已經看穿他這麼做的背後動機。

亞斯伯格症孩子在與人溝通上會遇到許多挫折，而造成這樣的結果常常是因為沒有使用適當的溝通技巧而導致，因此，老師們可以運用以上策略，一步一步帶領孩子練習，最後讓孩子落實到日常生活當中。良好的溝通是不能心急的，就像滴水終能穿石，相信有我們的努力，亞斯伯格症孩子終能露出溝通的曙光。

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3章》。寶瓶文化。