

# 什麼是「亞斯伯格症」？

(主要內容摘自「亞斯伯格症進階完整版—寫給家長、患者和專業人員完全手冊」)

安泰醫院精神科諮商心理師 蔡曉雯

近來台大醫師柯文哲、漫畫家朱德庸相繼表示他們是亞斯伯格症患者，這些症狀讓他們在童年期與他人格格不入，但長大後得知診斷，卻帶來豁然開朗的解脫感。事實上，古今有許多名人或優秀人物也被認為有自閉症或亞斯伯格症症狀，如：愛因斯坦、比爾蓋茲、莫札特、安徒生、牛頓。自閉症大家較為熟悉，而「亞斯伯格症」又是什麼呢？

以下摘要自「亞斯伯格症進階完整版—寫給家長、患者和專業人員完全手冊」書中部分內容，簡要介紹這群獨特風格的孩子，以及他們成長過程所面臨的挑戰。

亞斯伯格症孩子在外人眼中具有下列特徵：

- 遲緩的社交成熟度及理解社交情境的能力不足（搞不清楚狀況、不會看場合、不會看人臉色）。
- 同理心能力偏低。
- 難以交到朋友，且常遭到別的孩子取笑。
- 溝通能力有問題，情緒控制能力差。
- 不尋常的語言能力，包括豐富的語彙和句子結構，不過交談的能力遲緩（常常只顧著說，不想要聽），說話的音調特殊，且有學究的口氣。
- 沈迷於某些主題或科目，且相當著迷。
- 很難在課堂上維持注意力（因為只對自己感興趣的東西專注）。
- 異常的學習能力表現（對某些主題知識豐富到讓人驚訝）。
- 生活自理及組織能力需要別人協助。
- 步態及動作協調能力顯得笨拙。
- 對於某些特定聲音、香味、材質或碰觸刺激，會特別敏感（通常是很難忍受，甚至會讓他感到焦慮與痛苦）。

綜合上述特點，在診斷大致可依據下列幾類症狀：(Gillberg, 1991)

- 社交能力缺損
- 興趣固定與狹隘
- 強迫性的要遵照固定的常規和興趣
- 獨特的語言能力
- 非語言溝通能力有問題

- 動作不協調

這些孩子當中，一部份的人在幼年時期符合自閉症的診斷標準，但是隨著自然的發展、教育或療育的介入，各種能力逐漸進步，不再像是典型的自閉症，但是又離一般兒童有一段距離，通常他們到了兒童期會吻合亞斯伯格症的診斷。

還有一部份的孩子，幼年期無明顯異樣，智能和語言能力正常，但是到了小學階段，逐漸被發現社交能力差、固著的興趣、因為「奇怪」而被嘲笑排擠、情緒控制能力差，久而久之，自己也感覺自己是怪人，而挫折憂鬱或經常憤怒，其實是自尊低落與相當孤單的。他們可能直到中年級以上，或成年了才被發現是亞斯伯格症。

平均而言，孩子被診斷為亞斯伯格症大約是 8-11 歲期間，而孩子感覺到自己與眾不同（也就是感覺到疏離、被孤立、不被瞭解等適應不良）大約是 6-8 歲開始。

為了在這樣孤單而適應困難的世界生存，他們會不自覺的發展出下列心理適應策略，但也可能是心理問題：

- 一、憂鬱：感覺自己與人不同、孤單、社交退縮、自卑、討厭自己…。
- 二、進入想像世界：因為難以融入人群，但是又需要同伴，因此只跟自己想像的朋友來往，沈浸在自己想像的世界中。
- 三、否認或自大：否認自己在乎別人，否認自己的痛苦，隱藏自己的困難，認為問題都是別人造成的，自己不可能有錯，別人針對他，甚至會有報復行為。
- 四、模仿：更努力的融入人群，模仿別人的行為舉止，希望別人能喜歡自己，但是由於天生社交能力的限制，常變成機械式的模仿，或可能模仿不良行為，但也可能因此，有出眾的模仿能力。

### 確定診斷的優缺點

許多亞斯伯格症孩子孤單而困惑的長大，陪伴他們的家長在教養過程也相當困惑與挫折，甚至導致痛苦的親子關係、師生關係。孩子抓不到援手，大人也苦無方法可以拉他一把，令人相當心疼。因此，理解他們是幫助他們的第一步，確定診斷有一定的價值，但也會伴隨一些風險，需要專業人員與家長小心因應。

### 優點

- 避免孩子陷入憂鬱、封閉孤立、否認自大…。
- 排除其他疾病的擔憂。

- 能夠瞭解，對其他孩子很容易的事，對他可一點都不簡單。也可以瞭解他在社交場合的困惑與無力感。
- 可以對孩子有較合理的期待和要求。
- 可以使別人更接納他。
- 讓別人以讚賞取代批評。
- 學校和老師可以更準確的協助他。
- 成人個案可以在就業、教育、伴侶關係、人際關係、自我概念方面得到較適當的認知和服務。
- 孩子或成人個案不用再覺得自己愚蠢、有缺陷、瘋了、或不夠努力。

#### 缺點

- 社會上或某些人可能因為不瞭解，而對亞斯伯格症有歧視。
- 別人可能因此以為他在社交、學業、或其他方面成就一定不如同儕。

#### 結語

「朱德庸說，當他知道自己患有亞斯伯格症後，『我鬆了一大口氣』，因為這代表他會出現社交障礙，以及語言和識字的困難，其實都是有原因的，『直到發現自己罹病的那刻，我才原諒了我自己。』他也說，如果世界上有時光機，他想回到過去抱一抱小時候的自己，『給他一點鼓勵！』」（自由時報，2014）

對孩子而言，身邊的成人能夠瞭解他，就是很棒的愛了，也是能準確幫助他的第一步。但願專業人員、教師、父母都能瞭解這群孩子，欣賞他們的獨特，接納他們的特質，也看見他們是多麼辛苦掙扎的想要追上去、融入同儕。並且記得常「抱抱他、給他鼓勵」，尤其在他挫折、生氣、難搞的時候。

#### 參考資料

T. Attwood 著，劉瓊瑛譯。(2009)。亞斯伯格症進階完整版—寫給家長、患者和專業人員完全手冊，The Complete Guide to Asperger's Syndrome。台北：智園。

自由時報，2014-06-19，漫畫家朱德庸受訪 透露罹患亞斯伯格症  
<http://news.ltn.com.tw/news/life/breakingnews/1035377>

台大多鴨子教授！柯文哲：「亞斯伯格症」害我講話白目  
<http://www.ettoday.net/news/20130509/204369.htm>

亞斯伯格非怪咖 是天才兒童基因  
<https://tw.news.yahoo.com/%E4%BA%9E%E6%96%AF%E4%BC%AF%E6%A0%BC%E9%9D%9E%E6%80%AA%E5%92%96-%E6%98%AF%E5%A4%A9%E6%89%8D%E5%85%92%E7%AB%A5%E5%9F%BA%E5%9B%A0-011552089.html>