關於自閉症幼兒的二、三事

三歲的誠誠是個就讀幼幼班的小男生，他特別喜歡看汽車輪子的旋轉或是將汽車一台台排列整齊，而且不許他人更動。平時若是問小祥問題時，你會發現小祥常常會重複你的問題，而非回答你的問題，有一次鄰居的阿公問小祥「你幾歲？」小祥的回答也是「你幾歲？」。上述這些狀況這便是自閉兒常見的仿說現象)，自閉兒的特徵之一為語言溝通能力障礙，他們尤其在語言與情境理解上會有困難，因此有許多自閉兒,在弄不清楚別人意思時,往往會重複他人的話語作為回應的方式,鬧出許多笑話。而爸爸媽媽更是注意到誠誠從小的眼神接觸不穩定，叫他的名字時他也不太理人，在幼稚園已經半年多，還是一個人玩，對其他孩子缺乏興趣。

根據國際精神疾病診斷手冊第五版，**自閉症兒童主要有二大特徵**：(一) 多種情境下社交互動與溝通有明顯缺損。例如:不太看人、不太理人、或是想交朋友但不知道如何交朋友。溝通能力則有發展遲緩或是無語言能力、具備語言能力的孩子依舊在語言理解與語言使用上有困難、仿說、無法與人維持有意義的談話等現象。(二) 行為、興趣及活動模式相當侷限重複而刻版，如喜歡專注於無意義的排列物品、喜歡看旋轉的東西、特殊的堅持行為、刻板而重複的自我刺激的動作。當孩子同時有上述的二個症狀,就可能有自閉症的可能性。以下5點做法期有助於自閉症幼兒最重要的核心困難有所改善，有助於孩子後續的社交、認知、溝通與動作能力的發展。

建議爸爸媽媽在家可以試著做做看，且持之以恆，對於孩子的發展會有極大的助益喔~

1. **增加眼神接觸頻率與品質-提醒孩子要看人**：自閉兒的眼神接觸品質與持續時間往往不佳，因此平日需多提醒孩子說話或是表達時要看人。例:每當孩子有需要時(如:要吃糖果或玩積木)，家長將物品拿到自身眼睛前面,引導孩子先注視家長眼睛後,對孩子微笑或口頭稱讚後,再將物品給孩子。

2. **刻意製造孩子的溝通需求**：自閉兒相當不習慣使用語言表達自身的需求，或是常常亂講話（文不對題或是只會一直重複某句話)。因此，孩子喜歡的玩具或食物不要讓孩子太容易獲得，反而是要讓孩子「看得到卻吃不到」，然後協助孩子「看人後，用說的」或是「用適當手勢」表達需求(例如:協助做出手伸出來要的手勢後，再給孩子他要的東西)，幫助孩子們建立人溝通動機與能力喔。

3. **幫助他們說出適當的話**：這些孩子往往會「亂說話」或說話不完整，醫學上稱為語用困難。平日需即時幫孩子配音，協助孩子說適當的話。可避免孩子接續的挫折或生氣情緒。

4. **人際動機與正向情緒的增強**：透過平日各式各樣的親子遊戲互動，或是刻意製造同儕正向互動的經驗(如一起開心的吃蛋糕、一起溜滑梯)等方式，自小讓孩子在與人互動時都能經歷到正向有趣的情緒經驗，將有助於人際動機提升，未來也能發展出更適當的情緒調節能力與人際互動技巧。

5. **「預告」的習慣**：自閉兒較難接受非預期的突發狀況，甚至會因此大發脾氣或哭鬧。因此若生活中有新事物的變動，要提前跟孩子說明，可有效避免孩子無故的發脾氣，建立孩子的秩序感。

研究指出，自閉症幼兒的早期療育可以有明顯的療癒效果！爸爸媽媽剛知道狀況時必定擔心極了，試著透過深呼吸、與信任的人分享、並保持規律的生活作息以避免生活產生過大的焦慮與混亂感。積極尋求醫療院所的早療評估服務，確認孩子是自閉症的可能性，並安排後續的協助。一步一步來，給予自己與孩子一段充分的療育時間，一定會看到進步的喔!

－ 文 王加恩 台北馬偕醫院精神醫學部/兒童心智科 臨床心理師/臨床助理教授 －