



心靈園地—友善關懷 NO.110 DEC-2017【12月】

發行單位：輔英科技大學學務處諮商輔導中心
出版日期：106/12/1
創刊日期：91/10/01
發行人：林惠賢學務長
總編輯：楊瀚焜主任
編輯：陳怡端
校稿：王郁菁、朱芬瑤、吳少萍、林正寰、邱珣閔
涂毓甄、高宛琳、張宇平、潘美雲（依姓氏筆劃順序）
位址：行政大樓3樓
電話：分機/2270；專線/7820807

心中有愛 障礙不在

我們不是安靜不說話，只是有時候需要時間適應思考；

我們可能看起來有點怪，但請相信我們有顆真誠的心。

本期的友善關懷園地中，將介紹自閉症患者，透過認識自閉症及了解如何幫助其學習，希望讓大家對自閉症有多一點的認識與了解；此外，依循「心中有愛 障礙不在」的主題，推薦相關的電影和書籍，期望提供多元的管道認識自閉症的特性及成長歷程，共同打造有愛無礙友善校園環境。

自閉症不是只有安靜不說話！3分鐘了解他們的世界

提到自閉症，你的第一印象是什麼？安靜不說話？把自己關在角落？其實自閉症並非如字面上的意思那麼簡單，花三分鐘來了解吧！

許多人會將自閉症誤認為是精神疾病，但自閉症是因為腦部功能異常，而引發的發展障礙。成因目前在醫學上並沒有定論，可能是因為遺傳、懷孕期間的病毒感染、新陳代謝疾病及腦傷等多方面的因素所造成，通常在三歲前就有明顯症狀能夠被診斷出來。

自閉症按照患者的適應功能又可略分三種，分別是：

1. 輕度自閉症：一般認知能力沒有問題，但社交技巧和語言溝通稍差
2. 中度自閉症：一般認知能力稍差，社交技巧及語言溝通能力都有中度障礙
3. 重度自閉症：多數伴隨智能不足，社交技巧及語言溝通能力有重度障礙

根據統計，自閉症患者有70%-75%的症狀，伴隨著發展遲緩或是智能不足。

每個自閉症患者的症狀都不太一樣，而這些症狀特別會發生在人際關係、語言表達及行為模式上。常見的症狀包含：迴避與他人的目光接觸、詞句內容單調、鸚鵡式的模仿人說話、對外界刺激的反應過份遲鈍或敏感，也可能著迷開關門、旋轉物品等重複性的行為。

那麼自閉症能痊癒嗎？許多人都以為自閉症只會發生在兒童時期，長大後就能痊癒，但其實自閉症只能透過教育、教養等療育方式來改善日常生活功能。而台灣有69%的自閉症患者成年後是需要長時間且全面性的照顧，自閉症的勞動力參與率只有18.3%，比身心障礙者勞動力參與率19.7%還低。

根據聯合國粗估，全球有多達6700萬人深受自閉症之苦，男生比例多於女生，高達5:1，不過目前醫學界還沒研究出造成比例懸殊的確切原因。而根據美國疾病控制與預防中心（CDC）的報告估計，美國自閉症人口超過350萬人，相當於每100人就有1人有自閉症。

那麼台灣呢？根據衛福部資料顯示，台灣自閉症人口有1萬3千多人，相當於每2000人，就有1人是自閉症，雖然和美國相比，台灣自閉症比例較低，但由於專業性評估工具的提升等等原因，台灣自閉症人口在15年間成長5倍，可說是國內各障礙類別中，人口數增加最快的族群。

（資料來源：關鍵評論網《影音製作團隊》）

為什麼我要跟自閉兒玩在一起？

「老師，為什麼我要跟自閉兒玩在一起？」、「老師，我媽媽說不能跟過動兒同一組？要你重新分組！」教室裡，老師面對班上有特殊學生，在同儕安排與分組的情況下，有時候會遇到孩子拋出以上的疑問，而不知該如何處理。

「為什麼我要跟自閉兒玩在一起？」當然，一般孩子這個疑問很自然，這也讓我們有機會來思考當中的理由。當然，沒有人可以強迫誰跟誰玩在一起。但不能同一組？如果你要拒絕，你總得提出合理的理由。例如「這位過動兒曾經打過我，令我心生恐懼。」

當然，我們必須去考慮一般孩子在和特殊生相處的過程中，可能面臨的困難與挑戰。

校園裡，曾經有孩子被安排與自閉兒同一組。但是，受限於自閉症孩子的語言表達與溝通限制較少回應，或是激烈的情緒表現，而讓老師所安排的小天使心裡感到挫折，甚至於產生壓力，不想到學校。有些孩子會認為自己被對方拒絕。這些孩子難免心裡產生委屈，或面對特殊生某些行為舉動產生畏懼。

當安排一般孩子和自閉症同一組，希望他們玩在一起。孩子會反問你：「老師，你能不能先玩一次給我看？」孩子並非想打臉，但可能真的讓你現場額頭三條線。

因為，你知道和自閉兒的相處，有時並不那麼容易。孩子只希望你能先示範給他看，或是讓你了解 and 自閉兒相處，不是老師口頭說一說那麼容易。

我們多少也得要來說服自己、說服孩子，我們這樣分組的理由。

有時，也得去面對一般生家長之間的不同看法。有些家長可能因對特殊學生的不了解，而產生明顯的偏見。例如認為和自閉兒、亞斯伯格症、過動兒、妥瑞症同學相處，會對自己孩子的行為產生負面的模仿、干擾或壓力。

當然，這樣偏頗的想法，有待校內資源班老師或普通班老師，對一般生家長在觀念上進行釐清。這考量到每一個人，對於特殊孩子了解的程度。

欣慰的是，有些家長因對特殊孩子有基本的認識與概念。因此，在態度上也比較持正面的看法，認為這些孩子有他的特殊需求。所以，也很自然接受自己的孩子與特殊需求的孩子，在成長過程中有機會相處在一起。

這裡，也提醒我們一件事，在分組之後，資源班老師或導師是需要提供一個支持系統與資源，來協助一般生如何和特殊生相處。對於一些問題解決，可以適時提供不同的解決策略。

當然，最積極的作法是創造一般生與特殊生在相處過程中，好玩的情境。事實上，對於孩子來說，當彼此能夠共同的玩在一起，好玩又有意思。許多的孩子是可以跳脫一般大人的負面標籤與印象。因為我們都是朋友，是同學。

在分組的過程中，也讓一般生有機會去展現自己的優勢與特質。但這裡並不是要讓一般生有一種高傲的展現，而是在於讓自己了解自己也可以和不同特質的朋友互動並吸引對方。

與特殊生相處或分組是否要給予獎勵？其實，這倒是其次。我們希望的是一般生與特殊生的持續互動是很發自內心的，而不是今天因為有積點、加分，而是產生一種外在的誘因，讓孩子選擇跟特殊生互動。

獎勵，不是不能給。如果要給予獎勵的話，建議是事後再給予，而不是事前跟一般生的孩子談條件。只要你跟誰誰誰玩在一起，我就給你什麼。這很容易扭曲一般孩子看待和特殊生的互動關係。

其實，大家都是孩子。和不同特殊需求的同學互動，能讓一般生了解每個人都有自己的特質與存在。與其說誰特別，倒不如說一個孩子他對於生活周遭的人事物，他所接觸有多廣？他的接納與接受程度，貼心與友善程度有多廣？

引導孩子思考一件事情，也許有那麼一天，你我都可能需要被幫忙。

（資料來源：王意中部部落格 / 王意中臨床心理師）

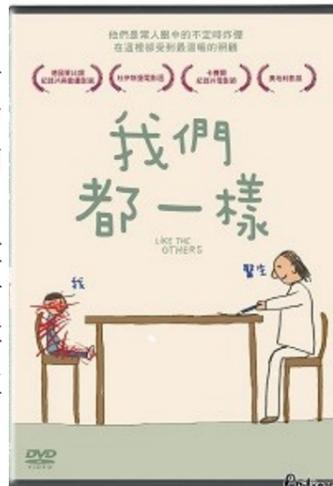
友善關懷影展—「我們都一樣」

級別：



普通級

他們是常人眼中的不定時炸彈，在這裡卻受到最溫暖的照顧。取景於維也納近郊的兒童及青少年精神科，採用寫實手法，耗時長達一年半，近距離記錄院內每個突發狀況——病童日復一日面對精神疾病的凌虐，自殘、尖叫、幻聽，一次又一次傷害自己而不自知；醫護人員們仍不放棄每個孩子，付出時間、用心溝通。大眾常因不瞭解精神疾病，而對其產生誤解。本片透過導演理性卻富同理心的視角，忠實呈現病童們每日身不由己、卻又無法逃脫的失控生活，以及醫護人員們的無私付出，刻劃他們在巨大的壓力下，一舉一動都必須謹慎地在各式繁瑣的事務和情緒之間，努力取得穩定的平衡。就如觀影者們一樣，醫護人員並沒有異於常人的超能力，他們只盼能在這些孩子們回到日常生活之前，陪著他們走好這段路程……。歡迎全校師生一同前來觀賞討論。



本活動有「**有獎徵答**」，獎品豐富實用，歡迎全校師生踴躍參加!!

放映時間：106/12/6 下午 1 點~3 點

放映地點：B301

導覽老師：本校高齡及長期照護事業系 唐士祥老師

推薦書籍—「我是驚嘆號」



他覺得自己無論怎麼站怎麼擺——縮成一團、扭曲自己、彎下身子，看起來就是比身旁的幾個「句號」來得突出，跟他們不一樣。困惑又洩氣的「驚嘆號」甚至想乾脆一走了之……

然後「問號」出現了，像連珠炮般問了十幾個問題，「驚嘆號」會在「問號」的疲勞轟炸中，找到自我存在的意義與價值嗎？

讓我們一起踏上「驚嘆號」的自我發現之旅！這是關於一個驚嘆號的故事。

這個驚嘆號的故事其實也是每個人的故事。

有關於試著融入…… 引人注目……

還有，在其他人的幫助下，找到你自己的方向。

因為我們每個人的身體裡都住著一個驚嘆號。

問題是：要怎麼發現它……

作者：艾美·克蘿思·羅森朵

繪者：湯姆·利希騰赫德

出版社：遠流

出版日期：2015/01/01

簡介來源：<http://www.books.com.tw/products/0010660467>

諮商輔導服務

第一站 與心靈 SPA 導師有約

服務時段：學校網頁(首頁→行政單位→學務處→諮商輔導中心→心靈 SPA 導師→預約談心)

預約方式：

1. 電話預約：查詢時段後請撥打該心靈 SPA 導師分機號碼(列於上述網頁的值班表)聯絡預約或撥 2270、2271(諮商輔導中心分機)
2. 線上預約：掃描 QR code 或進入學校網頁路徑(學務處→諮商輔導中心→心靈 SPA 導師→線上預約心靈 SPA 導師談心)



預約心靈 SPA 導師

第二站 諮商輔導中心院系心理師/社工師

服務時段：請至線上預約系統查詢(學生資訊服務系統→諮商輔導→申請諮商輔導)

預約方式：

1. 現場或電話預約：請至行政大樓三樓諮商輔導中心或電洽中心分機 2270 預約。
2. 線上預約：手機掃描 QR Code，認識您所屬的院系心理師/社工師。
學校網頁(首頁→資訊服務→學生資訊服務→諮商輔導→申請諮商輔導)



認識院系心理師/
社工師

第三站 Dr. Smile 身心科醫師駐站諮詢

尚有諮詢日期：106/12/19、107/01/09

諮詢時間：10：00 至 12：00

諮詢醫師：丘世祺醫師(高雄青欣診所院長)

預約方式：請至行政大樓三樓諮商輔導中心或電洽分機 2270 預約。

諮詢地點：行政大樓 3 樓諮商輔導中心

【諮商輔導中心 106 年 12 月活動一覽表】

向日葵家族系列活動

- 12/6 向日葵家族秋季戶外教學
- 12/13 向日葵家族系列活動
【感恩分享會及慶生會暨瘋桌遊活動】

諮商輔導中心系列活動

- 12/1 發行友善關懷園地
- 12/6 心靈電影院影展
- 12/6 耕耘關懷之心—自我成長系列活動(二)
- 12/19 Dr. Smile 身心科醫師駐站諮詢
- 12/26 「心靈 SPA 導師」諮商經驗分享座談會
- 12/27 全體輔導股長期末座談會

紓壓元氣列車

來自課業、人際、感情或生活上各面向的事件是否讓你感到迷惘，這樣的步調是否又讓你感受到壓力存在。來來來，同學們，讓我們喘口氣，諮商輔導中心提供班上同學一個紓壓的好去處，即日起至 107/1/5 止開放以「班級」為單位預約報名(參與人數至少 5 名以上)紓壓活動進行 1 節課，提供班級同學體驗生理回饋儀(如 GSR 膚電回饋儀、HRV 心率回饋儀、肩頸樂、遠紅外線、不倒翁等…)，覺察自己緊張程度及使用其他紓壓配備，進而學習放鬆。如有意參加的班級同學，請告知自己班上輔導股長，統一由輔導股長協助填表後送至行政大樓三樓諮商輔導中心進行申請。趕快邀請班上同學一起來體驗紓壓活動列車，讓我們的「心」休息片刻，幫自己也幫同學一同壓力大 Fun 鬆。