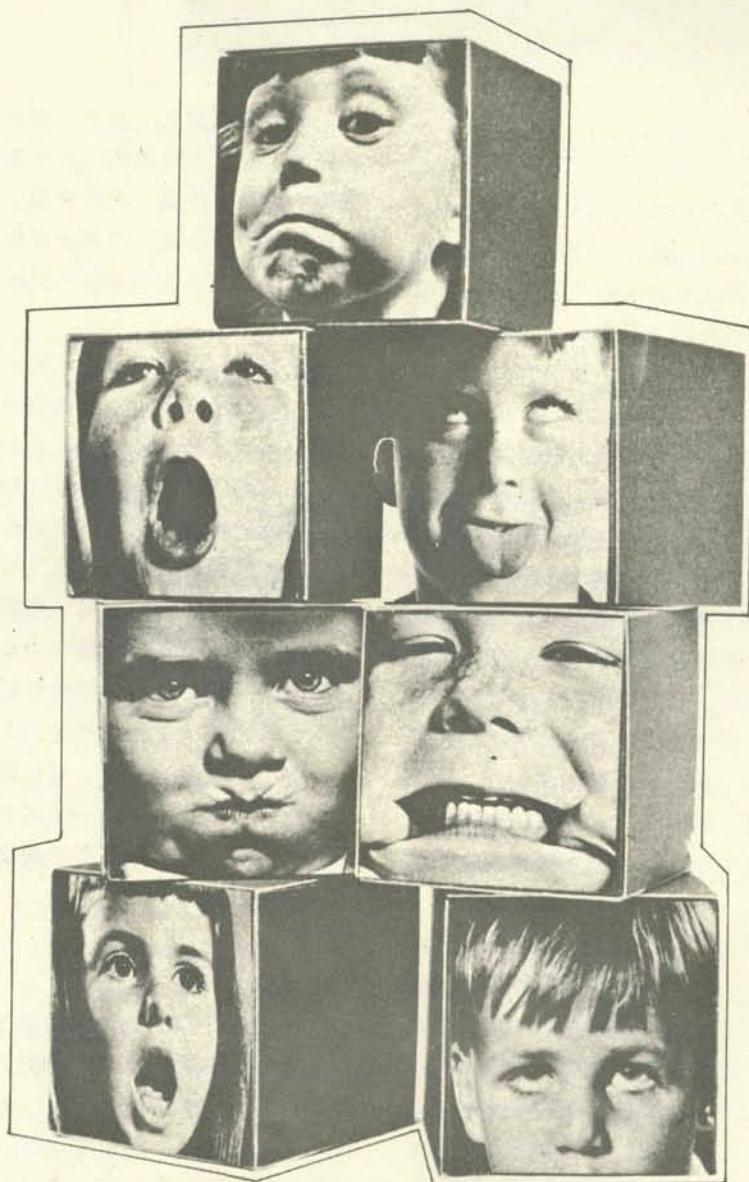


智能不足與心理治療

在我們的一般人口分布當中，約有百分之二點五至三的人，是屬於智能不足。這是一個不算少的數字，難道他們就註定要成為呆子，成為家庭、社會的累贅嗎？在一個醫學進步的社會裡，由醫師、護士、特殊教育者、社會工作者和復健治療師等所組成的治療小組，可以提供給他們及其家庭更好的服務與治療環境。像智能不足的早期發現與預防，智能的評估，危機的介入解決，個人與團體心理治療，行為治療，及藥物治療等。有了這些專業技術，可以幫助他們長成，讓他們活得更有意義，甚至於能夠自給自足。在這裡，我們所謂的心理治療，是一種定義的用法，有時它是指一種諮商 (Counseling)，來針對一些環境的適應問題，有時它包括正統的人格重建工作。有時也運用行為治療來處理病人。以下我們就這些治療方法來作一些探討。

治療師的態度

智能不足，在今日的醫學裡，認為是一種症狀而已，不管如何，他們的基本人權是應該被尊重的。從來所有的治療師，大都是受佛洛依德與羅吉斯 (Carl Rogers) 的影響，他們認為對智能不足者作心理治療相當困難，可行性很低。傳統的精神分析療法，主要是依靠語言的溝通，反省，病識感 (Insight) 以及認知能力來控制不正常的行為反應，即使是正常的兒童，也難以達到完滿的效果。基於此種原因，對於智能不足者的心理治療，就需要加以修正，盡量少用語言與抽象思考。



市立療養院 醫師 沈 晟



智能不足的缺陷與極限

首先我們必須了解，他們的缺陷何在？以及因應的一些治療方式的修正。更要注意每一個人在行為上，問題上，與天賦上都是不一樣的。

語言能力——這是智力方面最主要的功能之一，在智能不足者常有所欠缺，這種困難可能是由於器官構造的緣故，也可能是由於缺乏練習。一個孩童，若常因為說得不對，或說得不好而被處罰，他會變得不喜歡說話，甚至於不喜歡聽。這些孩童在組織概念或了解概念上相當困難，在心理治療過程中，就須使用一些非語言的媒介。像面部表情、姿態、手勢，與聲調變化，都是可以常用的。幾乎很小的孩童，不須要文字說明，也曉得挑逗的輕拍和懲罰的巴掌所表現的感情意義。

衝動的控制——一般都認為智能不足者，較易衝動。當他們遇到了挫折或約束時，比較不能用社會所容許的合適行為來反應，而代之以較原始的行為。但從行為治療方面的研究，卻不以為然。有些人不能控制或遲延他們的情緒反應，與其說他們對衝動的處理沒有辦法，不如說是因為所引發的情緒太強了！對於一點點挑撥就發怒的孩童，可能是習慣性的，他們對自己所作的一些無聊事而發脾氣，也因為被排斥於他們認為美好的外在世界而發脾氣。他們對於一些小小的挑戰，像用笨拙的手來繫鞋帶，及在餐

桌上吃他們喜歡的小菜等，實在是難於應付，所以有時他們的脾氣讓我們覺得太離譜。作為一個治療師，不可因為他們的衝動難以控制而氣餒，更應該積極的引導他們來解決這些觸怒的因素。

被動性——他們在學習與記憶的過程中，常顯得很被動，這是他們在解決問題(problem-solving)上最大的缺點。這種困難主要在於無法選擇與運用有效的解決策略。雖然這些困難可多少加以補救，但舉一反三還是相當困難。至少，治療師可以指導他們，如何運用他們既有的解決方案，來面對新的問題。總之，這些低能者和正常者有所差別，但這些差別不一定是一個不可逾越的鴻溝。這些鴻溝，對於我們來講，反而是一種挑戰，只要我們積極參與，定會有所創造與發明。

心理治療的目標

治療的目標，依各別的情況而有所不同。比方說，有時候須要馬上處理一些危險的或激動的症狀，有時卻要著重於久遠的人格重建工作。有時這種目標是相當微小的，像隨地吐痰與咬人，可以讓他學習一些表達憤怒的語言。或是一個小女孩害怕上教室，我們也可以幫助她克服這種不安。有時候，我們可定下比較野心的目標，像一個畏縮的孩童，可以讓他從自閉症中解脫出來。或是長久住在療養院裡而呈慢性化的年青人，可讓他重

新回到社區來，過獨立的社會生活。

有許多研究，以智商(IQ)的增減來衡量治療的成功與否。但是，有一些成功的心理治療，並不一定在智商上有所增加；有一些適應不良的孩童，他們的智力發展已經到了極限，但問題卻在其他的部份。另外的一些孩童，在支持鼓勵的氣氛下表現得比平常更高的智力，他們的學校功課也有進步，但他們的智商還是一樣。有些孩童，當他幼克服了學習上的障礙後，確實在智商上獲得戲劇性的進展。總而言之，以單一層面的評價標準來判斷心理治療的效果是不合理的！

另外，也有以某種異常行為的出現頻率和社會適應的進展來衡量治療成效。我們必須注意到，一點點的進步可以導致適應方面本質上很大的差異，像衝動行為的減少，就可以使他們生活在家庭裡。訓練好了如廁行為，就可節省母親約二小時的工作份量。所謂有進步，並不必要是絕對的戲劇化改變。

心理治療的技法

心理治療的方法並不是一成不變的，有很多種不同的治療關係與治療方式。在治療過程中，我們可以發現，像父母與子女，牧師與教友，老師與學生，朋友等等的正常人際關係也存在著。

這種心理治療，到現在為止，還是在發展中，沒有一種指導性心理治療可以說是絕對的比另外一種更好、



更有效的。這些治療方式，有很多的分歧性，特別是因為病人的難題不同，加上治療師的技巧與個性有所不同，治療環境也不盡同，所以在此時，想要定出一個公式來判斷治療的好壞，實在是太早了，在此，我們只是討論一些治療方式，並不意味著捨此莫由，同時也還有發展的餘地，不可當爲定論。

非語言的技法

我們前面說過，大部份的智能不足者，不能好好地運用語言文字，所以有一些治療技法，儘量減少語言溝通的必要。

遊戲治療 (play therapy) 一遊戲是兒童的自然產物，對他們來講，這是很熟悉而有趣的活動。它廣泛地應用在智能不足者的訓練治療活動裡。正常健康的兒童，有很多種的遊戲，來促進他們的感情發展，經由遊戲的活動過程，他們可以表達衝突、緊張，和害怕的感覺，這是成長中的一代，不可避免的情緒反應。藉著遊戲爲媒介，兒童可以測驗自己控制周遭世界的的能力與方法，他們可以預演未來的一些事情或害怕的情境，比如上牙科診所，上學校等。他們也可以在遊戲中扮演著各種不同的角色，從別人的眼中來看看自己到底是何許人。由於孩童大多溫和，且易寬恕別人，他們可以神氣活現地與朋友們交談、戲謔，甚至於作體力的競爭，而不致於破壞良好的人際關係；進而有之，

還可培養領袖與隨從的關係，對於一些誤會也可藉遊戲來化解。

對於智能不足者來說，遊戲常常喪失它的意義與價值，有時候他們的問題太深了，比方說，他們玩玩具，只是固定幾種原始、呆板的玩法，而不像其他的小孩會加上想像力和許多不同的花樣。有時候，成人們由於不能忍受他們的吵鬧、骯髒，或情緒與幻想的表現，終於阻止了兒童的遊戲進行，打擊了小孩好玩的天性。有時候，他們會找不到玩伴，或是被其他的人所拒絕。對大部份兒童而言，治療性的介入，可以增進遊戲的健康氣氛，這是非指導性的遊戲所不可能獲得的益處。有了治療師的介入，可以毫無保留的接受孩童及其行爲表現。給予他們最大的安全感，維持遊戲的本質於不墜。

另外有一些玩具也可用來作遊戲治療，Sterulicht 他利用氣球來做團體治療，這種遊戲還可以幫助診所，確定孩童的症狀。

藝術活動一有一些治療師，利用藝術的媒介來輔助心理治療，在這些藝術活動中，最常用的媒介有：視覺藝術，手指畫，音樂與舞蹈。這些活動中，有一些類似遊戲作用，這些媒介具有豐富的象徵作用，可以用來表達他們的感覺與想法，而不直接訴諸語言。更有進之，這種藝術活動可以讓孩童作出成品來：他們可以宣稱這是他自己的作品，是他自己的創造！這種成就感與歸屬感是非常有意義的

。對一個具有天份的兒童來說，他的作品還可以贏得別人對他的認識與肯定。即使是沒有藝術天份的兒童，他們也可以炫耀一下，治療師也可以從他們的作品當中了解他的成長與進步情形。

語言的技法

雖然智能不足者，比較難以交談，但是他們的語言能力並不是糟糕到無法用來做爲學習與溝通的媒介。由於常常拿他們來跟正常者相比，容易讓我們忽略掉他們也有語言、幽默、理解等的天賦能力。當然，高度智能不足者是例外。所以只要我們運用一些比較具體而少抽象性的語言，也可以把用在正常人身上的心理治療方法，用來幫助他們。

談療 (Catharsis):

就像遊戲與藝術，可以舒展人們的情緒一樣，智能不足者也可利用最簡單的語言、聲音，來發抒他們的感情，談談他們的幻想，夢與記憶，說出心中的委屈與困難，坦露內心的不安與罪惡感。只要能讓他們發洩心中的壓抑，能夠找到一個出氣孔就行。智能不足者在這方面，可能比較困難找到出氣孔，即使有，也是不充份或是報復性的，我們應該鼓勵他們，利用有限的語言能力來疏導情緒。

恢復信心 (Reassurance)

治療師，有時候只要幫助他們了解到他們自己的長處在那兒，他們那些地方被接受，再誇獎幾句，就可以

有效地改變他們的行為。大部分的智能不足者，對於自己的缺點總是覺得羞耻與氣餒，對自己的行為能力再也沒有信心。每一個孩童，總是有一些長處或優點，我們可以用來誇獎他們，也因而讓他們對自己有一個正確的自我評價。這裡有一個要點就是以鼓勵代替責備。

幫助 (Support)

有時候，我們可以替智能不足者作些事情，特別是在開始的時候，以便讓他們以後可以自己動手去作。比方說，治療師可以幫助他找到一種工作機會，調節他們與老師之間的困難或爭論。當他們認清楚想做些事情時，治療師也可以為他們作些鋪路工作，讓他們得以好好的走往後的一大段路程。

忠告 (Advice)

對於智能不足者，他們常常須要我們的一些指導。特別是在日常生活裡，要讓他們了解，何時何地何事須要別人的一些勸告。也讓他們了解該怎麼去尋求幫助，以便在他們的能力範圍之內，好好的來衡量與利用這些忠告。

選擇性的指導 (Alternative Guidance)

在智能不足，他們的適應不良常是持續很久，其中有一個原因，就是



戴草帽之男生，于一週歲從 兒床跌下，造成左腦萎縮，右半邊麻痺且患嚴重癲癇症，情緒極不安定，生活尚無法自理。但活潑可愛好動，因此發生意外事故的機會也較多，須老師特別照顧。

台北市陽明養護中心提供

他們對於某些情境的處理，沒有變通的辦法，只是墨守成規。難怪，當他們碰到不同的新情況時，會束手無策。在選擇性指導裡，治療師提供他們各種資料，與各種不同的解決方案，以及一些選擇決定的步驟，讓他們自己來作判斷，來作決定。治療師，雖然當作一個指導者，但是，由於最後的決定是由病人本身，所以可以避免指導性諮商的一些負面效果。用這種選擇性的指導，可以減少他們的依賴性，同時增強他們的自我意識。

指導性討論 (Directed Discussion)

在一般性討論裡，智能不足者常只對當時的開會情況，作一些反應，而不能討論日常生活裡的一些重要事

情。這時治療師的介入，可以導引他們討論切身的問題，通常只要治療師引導某一個話題，他們是很容易跟上來，參與討論，發表他們的意見的。

情緒的反省與澄清 (Reflection and Clarification of Feeling)

有一些治療家如 Rogers Thorne 等，他們認為可以利用情緒的反省與澄清，來幫助病人了解與認識他們所說的或所感的一些感情，給他們一些正常的回饋作用。這種技法，並不需要用很抽象的文字來解說，只要利用他們日常生活中的一些參考系統來評說就可以。

解釋 (Interpretation)

有些治療師常常抱怨說，智能不足者的病識感 (Insight) 很難建立。

陽明養護中心師生郊遊
台北市陽明養護中心提供



通常對自己症狀的了解，可以是很具體的，也可以是很抽象的。對於中度的低能者，治療師可用簡單具體的例子來說明，藉以幫助他們認識自己的一些行為模式，與認識他們的現況。比方說，一個小孩，每當其他的孩童要外宿回家幾天時，他就大發脾氣，只因為他家人很少帶他回家。對於這種情緒反應，只要把這種情況說出來，小孩是不難了解自己的情況與所作所為的。

心理演劇治療 (Psychodrama) 與角色扮演 (Role Playing)

這種技法，主要是讓他們自由的來演戲，有些情節是預先設想好的，不過隨著戲劇的進行，情節與演員安排，是讓他們去自由發揮，治療師通

常是“扮演”一位觀眾，同時主持有關角色扮演的討論活動。但是有時候，治療師也可以粉墨登場。在心理演劇治療裡，它提供一個機會讓病人們去嚐試、預演一些新的，不同的行為模式。此外它提供一個人生舞台，讓病人從別人的眼中來看清自己。同時由自己來扮演別人的角色，可以了解別人的處境，看法與作法。在這個舞台裡他們可以共同分享整個治療團體，與治療環境裡的一些想法、情緒，與行為模式。有一些研究報告指出，參加角色的扮演，可以增進他們的自我評值，了解別人，特別是同年齡的同伴，對他的看法如何，是怎樣的來看他的，由此他們可以曉得，以後該怎麼表現比較好。另外，在這種類似

實驗室的舞台裡，也可增進他們解決適應問題的能力與技巧。

團體心理治療 (Group Psychotherapy)

團體心理治療，在近年來正普遍發展，一位治療師定期的與一群孩童相處在一起，做些團體活動。人數大約是六至十人，有時候再加上一兩位助理人員。這種治療方式有很多種做法，有些治療師利用正式的討論方式來進行，有的治療師須表現得很退縮、被動，好讓病人們主動地提出話題，參與討論。有的人使用遊戲的方式，有的人甚至於利用手工藝品的製作，遠足，團體遊戲，電影，講課，和角色扮演等方法。有的應用精神分析的解析方法等等。

團體心理治療，有一些長處。第一，這是一種很經濟的治療方式，可以一下子照顧好幾位病人。第二，團體治療可以造成最具體的人際關係的縮影，在這裡面，可以讓他們考察與控制自己的人際關係，甚至於有試驗的機會。它減少了抽象語言的使用，讓實際的團體經驗來教導孩子們。第三，大部份行為不軌的孩童，與他的同伴們，人際關係大多不好，而且變成過度退縮，要不然就是過度的好鬥。這些問題在一對一的個人心理治療裡，問題的真實感常被沖淡了。而在

台北市陽明養護中心提供



團體治療中，有機會來認清問題的實際情況，且加以解決。第四，在團體裡，讓病人覺得，別人也有類似自己的一些困難，大家會有一種同病相憐，同舟共濟的情緒產生。甚至於平常生活上很少提到的問題，諸如性的困擾，抱怨父母，柔弱、無能與無助的想法，等都可以得到分享的機會。第五，比較害羞，或害怕親密關係的孩子可以慢慢地被帶動起來，而按照他自己的步驟來參與團體的活動。整個團體當作是一種緩和劑和催化劑的作用。第六，團體治療提供治療師一種自我訓練的機會，同時由於助理人員的參與，更可以看清每個人的反應模式，而提供日後的治療計劃。

有一個困難是組員的選擇問題，通常是以相近的年齡與智商來組成。根據 Slavson 的經驗，他認為可把兩種不同特性的人集合在一個團體裡，以收平衡之效。比如，好動的與好靜的在一起。有時候有些組員顯得太擾亂，如侵略成性，恐嚇其他組員，佔住發言的機會等等，爲了維護大多數組員的權利，這些搗蛋者只得割愛。

新的方法不斷的出來，有的利用錄音、錄影設備，讓病人看看自己的行爲模式，這種回饋式的學習也相當有效。若再加上電影，以他們自身的

生活背景或保護性工廠爲題材，來指導他們的適應技巧，那是更有效的。

行爲規範治療 (Behavior Modification)

這主要是針對病人的一些不適當的行爲，同時增進他們一些建設性的或可接受的行爲。雖然運作條件制約的原則 (Operant Condition) 是很有戲劇性的效果，也很可靠，但最主要的還是要了解環境對於小孩行爲的影響，特別是“治療性的環境”。行爲規範治療可以單獨來運用，也可以跟其他的心理治療相配運用。這種方法，強調他們的行爲表現。認為那些適應不良的行爲是學習而來的，並不是因爲內心的挫折與衝突，精神官能症，或是精神病而造成的。所以，這些

不適合的行爲反應可以被消除，而代之以比較可接受的行爲模式。這種行爲治療，有幾個原則：一分析行爲的本質與其發生頻率。二考察行爲的立即後果爲何，是否這些後果，讓他們的行爲模式得以維持下去。三改變這些不良行爲的立即後果，以減低再加強的因素與惡性循環，甚至於用代替性的後果來遏阻他的不良行爲。四對於被接受的行爲，給予正面的加強作用。

以上我們談了一些對智能不足者所作的心理治療，這還是一個發展中的科學，有很多不同的理論觀點，也有很多不同的治療方式，有時會讓我們莫衷一是。不過，這是一項最有意義的挑戰性工作。有了各種層面的研究與治療方式，才能找出一條更好的道路。這也是屬於治療小組的團隊工作，須要結合各方面的專業人才來共同努力的課題。最後我希望，在我們的國度裡，智能不足者將可獲得更好的照顧、與發展。這是我們的責任與期望。

低能兒童的照顧，除了散布在各育幼院外，私立陽明養護中心則專致力這些兒童的養育和訓練，西區扶輪社亦曾作財力和精神上的支援。