

自閉症——可以擊敗的夢魘

旗均 譯自 今日心理雜誌
(Psychology Today)



(一) 母篇

或許因為每兩仟伍佰個孩子才分配到一個病例，使得自閉症(autism)並未顯得如何駭人——至少在統計上如此。可是被車子撞傷的孩子也不多，一旦撞上了呢？一旦罹患自閉症，其結果將戲劇化的難以相信，而且迄今仍無可救藥。所幸過去幾年來，我們已成功地發展出一套有效的方法，以孩子的父母為治療者，將治療帶入家庭。

未受訓練的父母往往發現自己面對一項令人極度沮喪的挑戰。自閉的孩子動不動就發脾氣，尖聲喊叫，咬傷自己，或把頭朝傢俱上撞，因此，必須強制束縛以免遭受傷害。他們竟日搖滾著身子，拍打手臂，或拿手指在眼前不住的晃動。大部分的人不能說話，可以說話的也只是和鸚鵡一般呆板而無意義的模仿重覆一切入耳的聲音。

最令父母親煩惱，令治療者不解的是，這些自閉的孩子完全無法反應外在的環境。不玩玩具、不和人接近、不需要愛、關懷、感情或與他人任何形式的接觸，甚至不在乎或根本不知道自己的父母是誰。對滿心關愛愁煩的父母來說，這是多麼殘酷，因為即或一個精神上極度低能的孩子，仍能給予父母最低限度的愛的滿足，而為什麼他們自己的孩子不能？

和一隻野獸生活

未和自閉兒童生活過的人，往往責備那些決定放棄，把孩子送進醫院的父母。可是即使是世界上最善良、最慈愛、最有耐心的人或許也會承認和這些「野獸」生活，是一件多麼困難，甚至不可能的事。許多父母因此受困家中，強迫調整自己的生活以適應孩子。他們不敢邀請朋友來家中作客，因為不可預料的窘況隨時會發生。當你走進一個這樣的家庭中，你會訝異的發現竟是如此的荒蕪——沒有窗簾，沒有精緻的傢俱，沒有盆景，沒有煙碟，沒有一切可以扔、可以摔的東西。

帶孩子出門無異一場敗算居多的賭仗。一進餐廳，孩子無緣無故便嘶喊起來，信手拋擲拿到的食物和湯匙。到了朋友家，則是賴在柔

五個基本步驟

為了應付自閉兒童許許多多的異常行為，我們設計了一套步驟。

①確立目標行為 (Target behavior)——未受訓練的父母往往喜歡選擇一些總體性的目標，例如快樂或自信。想讓孩子快樂本身沒什麼差錯，問題是非事先界定一些讓孩子去學習而感到快樂的行為，不足以達成目的。例如，假使治療者的快樂兒童形象，是一個會笑、會說話、會玩玩具，並和別人遊戲的孩子，那他便可以教會孩子笑、說、玩，一旦全學會了，我們便可以指望他們成為快樂的孩子。

②傳遞適當的指示——治療者須先吸收孩子遊散的注意力，然後確定是否孩子可以輕易的明白他的指示。研究顯示，自閉的孩子無法同時接受眾多的指示。例如，在教孩子辨色時，未受訓練的生手會說：『現在讓我們來辨別顏色。當我說紅的時候，我會教你碰紅色的方塊；說綠的時候，教你碰綠色的方塊。可是別碰其他我沒提到顏色的方塊，除非我說了。好，開始！』這樣的教法是行不通的。

在所謂適當的傳達裡，治療者必須先等一等直到孩子一切不專心，不注意，任意而行的動作完全停止，然後看著他，簡單的說：『碰紅的』。

③鼓勵正確的反應——有些時候，即使指示已被適當地傳遞出去，孩子依然沒有反應，只因為這個反應根本就「不在他的節目單上」(In his repertoire)。例如，教孩子發「b」的音，可是孩子發出來的就不像「b」，在這種情形下，治療者可以激勵或引導孩子，例如合住孩子的嘴唇，幫助他發出正確的音來。這個引導必須生效，不然就是立意再好，次數再多，也終必用另一個引導來取代。此外，我們也必須儘量減少額外的線索。

④塑造和連結行為 (Shaping and chaining behavior)——上二個步驟將目標行為擊碎成一系列極小的階梯。每一次孩子對目標行為微小的逼近，都應該加以獎賞，直到終能作出完全而正確的反應。就獎賞而言，每一次反應至少必須和前一次進展地一樣多。例如教孩子唸ball，如果孩子先唸ba，後唸baaal，二次都該給予鼓勵，因為由ba到baaal是一個進步。可是如果孩子先說ba，再說baaal，然後又說成ba，那麼最後一次就不要獎賞，因為他退步了。

⑤預備有效的結局 (Providing effective consequence)——在孩子作出正確的反應後，治療者應當預備適當的結局。反應對了，獎賞；錯了，沒有獎賞。絕不可以獎賞一個錯誤的反應只因為孩子「太辛苦了」；或錯失應該獎賞的行為只因為「那是每一個孩子本來就應該會的」。結局也不可以曖昧不清的；因此說「不」的時候不可以笑；說「對」的時候也不要皺著眉頭。

解釋和示範過這五個步驟後，我們就讓廿六個人來表現。在一、五個小時內，每一個人都達到了可以接受的有效水平，這個範圍或許和各人的教育、知識和對成功的信念有關。

一旦他們熟悉了這套計劃，我們便要求作父母的教導自己的孩子。這一次，不管在那一種特殊的行為上（繫鞋帶也好，刷牙也好），每一個人都為孩子帶來令人驚喜的進步。最令我們印象深刻的是，這些人雖俱為業餘的生手，却能在幾小時內成為有效的治療者；而在職業工作者身上，這些訓練却須反覆經年。

成功的父母治療者

成功的父母治療者——將參加訓練的人加以評估，我們發現，比較有進展的人往往具備異於旁人的素質。他們重視成就，孩子進步時為他們高興，孩子搗蛋時却大大的生氣。他們不把孩子當病人看，也不用憐憫或諒解的眼光君臨那些怪異的行為，只有一件事是重要的，就是孩子的進步。他們也樂意付出更多的心力來幫助這些孩子，而不再倚靠外來的幫助。

在理想上，父母和老師應該共同努力以創造孩子持久的行為改變。只要受訓過，就能為孩子提供全時間的正確輔導。事實上，家中或學校裡每一個活動都能成為一種經驗；孩子學習自己穿衣、吃東西、單獨洗澡、和別的孩子嘻戲玩鬧。在學校裡，他不僅學著寫字、說話，也學習如何在受管理或不受管理的團體裡遊戲，和如何在教室裡作息。

我們尚難過料在這樣的計劃下，孩子究竟能有多長遠的進展，因為這一切都還那麼年輕，缺乏背景。但至少目前我們可以說，孩子是在進步著，而父母和老師都非常的高興。

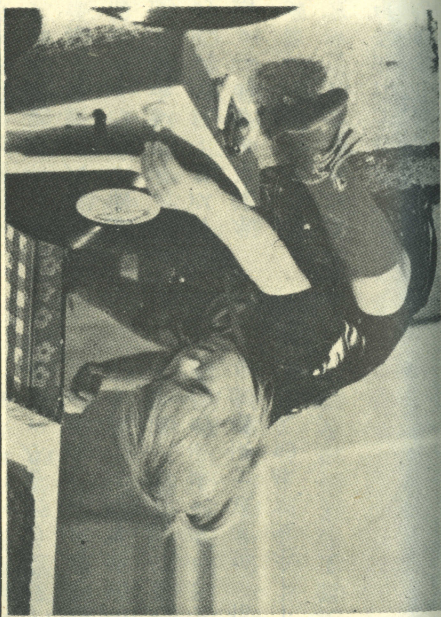
在此可以報告一下從一九七一到一九七三在首屆實驗課程中接受

但未成功。

等每個人都曾被逐出或排斥於正常學校的門外；四個人曾受矯治，正常的智力測驗。雖然他們平均七歲，心理年齡却是由二歲到四歲，不加 self-stimulatory disruptive behavior (大部分行為為 S)。每個人都療的十六位，嚴重的精神病，有時作出如前述自我刺激的風暴行為 (S)。每個人都療的十六位，嚴重的精神病，有時作出如前述自我刺激的風暴行為 (S)。每個人都療的十六位，嚴重的精神病，有時作出如前述自我刺激的風暴行為 (S)。

[illegible][illegible][illegible]

○和正常的孩子一樣，克莉斯汀開始在生活中吸收微小卻珍貴的經驗。



(二) 子篇

克莉斯汀的聖誕樹

[illegible][illegible][illegible]

一點Spoiled而已；第二次去，同樣的醫生却說她是毫無指望的自閉，必須立刻就醫。爸媽不願意放棄，却又被克莉斯汀反覆異常的行為煩透了，只得另尋途徑。

踏入訓練中心時，他們顯得那麼的疲憊、困倦，飽受擊打。媽媽的手滿是齒痕，藍一塊黑一塊的；爸爸絕望地堅持他們什麼都願意試。在治療開始後不久，他們便發現小克莉斯汀不是常常生氣、哭或咬人的。如果她在超級市場胡來，媽媽不再哄她、依她、順著她，只是結結實實地在屁股上刷二下。可是那天克莉斯汀出奇的乖，媽媽會給她一個長長的擁抱和一個深深的吻。

治療繼續。克莉斯汀學著講話，遊玩、微笑。一年後，我們第一次聽見她高興興地大叫。以後我們還教她一些抽象的觀念如色彩，形狀和簡易的句型。很快的，克莉斯汀已能叫出每一件上學途中經過的東西；和正常的孩子一樣，她開始在生活中吸收微小却珍貴的經驗。

今天，也就是二年的治療後，克莉斯汀進步神速，雖然字彙有限，却能自然的開口，也已重回幼稚園就學。而最重要的，她喜歡「人」，主動的接近同學，叫喚他們的名字，偶爾還開玩笑，和大家笑成一團。

雖然克莉斯汀還有好長的一段路要走，但她已能第一次和人家共同生活，開始一個像家的生活，享受別的家庭視為當然的活動：造訪朋友、騎車露營、招待朋友，或只是靜靜地對坐著，而這一切在過去是如此的奢侈、艱難、遙遠和不可理解。

去年十二月，當我們稱讚克家裝飾華麗的聖誕樹時，克氏夫婦相視莞爾。這是打從克莉斯汀大得可以走路以來，克家第一次保有一棵聖誕樹，以前的每一棵總是被她扯得稀爛。

(三)譯畢小言：

風雨中箭步射入人潮洶湧的光華商場，絕望地陷在過期的雜誌海里，總編催稿的話就像網羅。尋覓間赫然起出一疊Psychology Today，一下子喜出望外。記得三十期北青「納迪亞的挑戰」一文也是某君譯自此書的，而今世面上除了成堆的汽車雜誌，服裝雜誌，攝影雜誌外，同類型的心理學雜誌早成遺跡。然後我便瞧見了克莉斯汀精緻的臉龐，真是可愛極了，那晚譯到二點，第二天又騰去五個小時，末後還修了一遍，唯一的虧欠是：那是一本七十五年的雜誌，不知道有沒有關係。五年後的今天，克莉斯汀竟是如何了？真想知道。罷筆交差，今夜或又是好夢一場。