

情緒障礙與自閉症 判斷過程和注意事項-初階



復健科/台灣大學研究所
親子天下/國語日報 專欄作家
陳俊宇



陳俊宇 · 全方位潛能開發講師/職能治療

1.3 萬個讚 · 1.5 萬位追蹤者

發送訊息

讚

搜尋

負面情緒是否您也有

- 聯合國「2019世界幸福報告」指出，全世界的負面情緒，包括擔憂、悲傷和憤怒都在升高，在2010年到2018年間飆升27%。
- 接新冠肺炎改變了世界，疾病帶來生離死別的創傷，遠距上班、隔離的生活；口罩阻隔表情也增加人與人的距離
- 許多研究顯示，疫情使學齡前兒童缺乏辨識臉部表示的機會、學生少了學校環境練習社交，2020年，世界衛生組織統計全球焦慮和抑鬱的患病率增加25%。



情緒障礙



陳俊宇 · 全方位潛能開發講師/職能治療

1.3 萬個讚 · 1.5 萬位追蹤者

發送訊息

讚

搜尋

情緒障礙定義

- 依據教育部公布之「身心障礙及資賦優異學生鑑定辦法」第9條
- 情緒行為障礙為
- 長期情緒或行為表現顯著異常，嚴重影響學校適應者。
- 其障礙非因智能、感官或健康等因素直接造成之結果。
- 前項情緒行為障礙之症狀，包括精神性疾患、情感性疾患、畏懼性疾患、焦慮性疾患、注意力缺陷過動症、或有其他持續性之情緒或行為問題者。



年齡	發展任務	愛哭排行榜
0~6 mon	社交情緒增加期	
6mon~1 歲	意圖行為發展期	
1 歲左右	分享快樂期	
1 歲~3 歲	負向情緒調節期	
3~4 歲	學習控制情緒期	
4~5 歲	感同身受期	
6 歲~	混合情緒經驗期	



愛哭排行榜：第一名(1~3歲)

- 隨著認知與需求的增加，小孩生氣及哭鬧等負面的情緒到了2、3歲時比例大幅增加，常常也是父母親最受不了的發展時期。
- 這個時期的小朋友最會使用哭鬧方式來引起照顧者的注意力，且已屆語言爆發期，會講出許多的話語，故會為自己所擁有的能力感到驕傲。
- 孩子開始會了解他人的情緒，並且開始學習控制情緒，例如：孩子哭泣後，注意到父母正在生氣，因此，盡量忍耐不哭，不過，部分孩子可能會為了要和父母唱反調，故意做出調皮搗蛋的行為，惹父母生氣



愛哭排行榜：第二名(6m~1歲)

- 到嬰兒九個月時，他們就已經知道，可以利用不舒服的訊息去獲得安撫，尤其是對父母，**這種哭鬧是一種意圖性行為的發展**。
- 孩子於**6個月之前**，因為眼球尚未發育完全，看外在的人、事、物時，呈現模糊的狀態，但**6個月後**就可近距離看清楚，包括父母的表情、喜愛的玩具模樣等，甚至每位親人的長相，加上已擁有更多的生活經驗，能夠辨別明顯的危險與安全的環境。
- 因此，發展出害怕、害羞、憤怒的情緒，常見行為包括哭鬧、轉過頭、掙脫等，**這些情緒**有別於基本生存所投射出的反應，而是**為了使自己遠離危險**、接近安全的環境，進而發展的**自我保護情緒**。

愛哭排行榜：第三名(0~6m)

- 新生兒的哭泣不是刻意計畫的，也不帶有特定的訊息，出生後的第二、三個星期，嬰兒對於人的聲音興趣多於對玩具的聲音。
- 出生後一個月左右，緊張不安的嬰兒會因為有人注視或者對他們說話而平靜下來，當周遭的人離開被獨自留下時，嬰兒也會因此而哭泣，這表示了社交性的增加。
- 這時孩子一哭就會哭到情緒消失後才會停下來，若父母遇到這種狀況，可以輕聲細語的安撫，幫助孩子快速冷靜下來。相反的，若父母採取怒罵或不耐煩的態度，就會更加誘發哭的情緒，使不穩的情況更加嚴重。

愛哭排行榜：第四名(1歲左右)

- 孩子在 1 歲左右，認知與動作能力的增加，讓他們對環境事物更加的清楚，喜歡人家用新奇的動作或東西逗他們，並且會哈哈大笑去**分享快樂的情緒**。
- 這個階段的小朋友情緒，**受到照顧者情緒的影響很大**，愛哭的原因很大一部分就是來自大人喜怒哀樂的反應，並有**沒有適當引導的影響**。
- 當旁人正在哭泣時，會受到情緒感染而開始跟著哭；當旁人哈哈大笑時，也會跟著笑。由於孩子還分不清楚自己與他人的不同，容易發展出多愁善感的情緒。
- 此階段也發展出**陌生人焦慮與分離焦慮**的情形

愛哭排行榜：第五名(3~4歲)

- **3到4歲的孩子開始能夠控制自己**，也開始了解別人期待他們怎麼做，這個年齡層負面愛哭的情緒應該大幅降低，不過還在學習階段，迅速的累積越來越多的不允許的事，**可能是造成氣質不佳兒童愛哭的原因**。
- 4歲開始，因為已具有基本觀察環境及後射認知的能力，會逐漸發展出較有效的行為模式，並且能控制自己的情緒。
- **後射認知**，是指孩子可以根據他人的話語，思考和預測即將發生的事，例如：當孩子聽到「你再不乖，等一下媽咪就生氣囉！」時，就會知道自己必須乖乖的，否則會被媽咪責備。

愛哭排行榜：第六名(4~5歲)

- 這是需要嚴格建立兒童行為規範的時候，也是同理心培養好時機。教師或家長的教育方式，會影響愛哭行為的發生率。



愛哭排行榜：第七名(6~歲)

- 這個年齡層的小孩漸漸可以同時感受到照顧者是會關心與憤怒的，隨著學齡的到來，他們了解社會的期待更大，將被比較的事情越來越多，並逐漸培養挫折的忍受度才能控制自我負面情緒的發生。
- 孩子大約在6歲左右，各種基本情緒都已發展完成，並且會擁有兩種情緒的情形，例如：將玩具收拾整齊，被父母稱讚時，就會開心又驕傲；到了10歲之後，還會產生兩種相反的情緒，例如：段考時發現數學考得不錯，但國語卻很差，於是出現開心又難過的情緒。



不同的年齡強調的感覺統合

- 0~1歲：以觸覺、動作為主。照顧者應帶領孩子解讀、探索新奇的世界。
- 1~2歲：以視覺、動作為主。此時，照顧者要多引導孩子主動學習。
- 2~3歲：以語言、動作技巧為主。照顧者應幫助孩子建立規範，逐步學習社會化。



檢測情緒發展的指標

- 0~1歲的嬰兒應發展出因為個人基本需求所表現的各種基本情緒，例如：喜、怒、哀、樂。
- 1~2歲的孩子應該發展分離焦慮與陌生焦慮，也就是須具備辨別主要照顧者與他人不同的能力。
- 2~3歲的孩子會注意他人的情緒，以及能夠控制自我情緒，不致過於失控。
- 3~6歲的孩子因為開始進入社交生活，像是上幼兒園，因此，要學著與他人相處，發展出觀察他人情緒與控制自我情緒的能力。

兒童社會情緒發展

兒童社會情緒發展表

年齡	情緒表達	小錦囊
1-2歲	產生選擇性依附、享受與人的情緒交流、有模仿行為等	協助孩子表達自身情緒想法、覺察並主動回應孩子的各種反應
2-4歲	能覺察旁人的情緒和動作並作出回應、能理解和遵守簡單的團體規則、情緒變化很快、知道自己與他人不同	讓孩子有選擇權、協助孩子將情緒說出來以及釐清原因
4-5歲	在引導下可以與他人分享、解決衝突、能主動與他人溝通與討論、表達內疚與羞愧	可玩假扮遊戲或是戲劇遊戲、練習同理心、增加挫折忍受度
5-12歲	逐漸了解現實與想像不同、對自身價值觀容易被外在影響、大多能表達自身需求、運用溝通處理問題等策略	不應強勢壓抑孩子、需更多用心於溝通

參考資料：艾瑞克森（Eric H. Erickson）社會情緒發展論

-自閉症光譜症候群（Autistic Spectrum Disorder, ASD）



陳俊宇 · 全方位潛能開發講師/職能治療

1.3 萬個讚 · 1.5 萬位追蹤者

發送訊息 讚

搜尋

自閉症定義

- 依據教育部公布之「身心障礙及資賦優異學生鑑定辦法」第12條規定
- 自閉症係指「因神經心理功能異常而顯現出溝通、社會互動、行為及興趣表現上有嚴重問題，致在學習及生活適應上有顯著困難者。」
- 前項所定自閉症，其鑑定基準依下列各款規定：
 - (一) 顯著社會互動及溝通困難。
 - (二) 表現出固定而有限之行為模式及興趣。



自閉症簡易判斷

患有自閉症的孩子大多無法與人用眼神溝通，他們會迴避人們的視線，眼神會看向旁邊

自閉症的孩子往往不會回應自己的名字，聽到熟悉的聲音也不會有反應

眼睛無法跟隨物體，手上拿著玩具要引導孩子靠近，自閉症兒童是不會有反應的

不會發出噪音

自閉症的孩子對擁抱往往不會有回應，也不會主動抱人

多數的孩子都會模仿大人的臉部表情或學大人說話，但自閉症的孩子不會

自閉症的孩子總是獨自玩耍，而且幾乎不與人交談

自閉症的寶寶不會受他人情緒感染，他們不會有反應，也不會感到任何不適

無法表達自己喜怒哀樂的感受

很難交到朋友

大多數的孩子在幼兒時期就會發展出基本的方向概念，然而自閉症的孩子無法理解

沒有灰色地帶，也很難理解事情的細微差別

用第三人稱叫自己

自閉症的孩子走路通常不太正常，有些孩子會墊腳走路



自閉症常見12種徵兆

不太看人也不太會笑，很少有社交互動

與他人對話時沒有表情、缺乏眼神交流

對感興趣的事會一直滔滔不絕，但不會回應他人提問

很少用肢體語言表達（例如揮手說bye bye），口語發展也比同年齡的孩子慢

不會玩扮家家酒

遊戲時不會分享玩具，也不會主動對他人「秀」出自己正在玩的玩具

不曉得如何聊天、開啟話題，在學校交不到朋友

心情不好或不舒服會不斷敲打自己的頭或身體

無法忍受一絲一毫的改變，當生活出現變化，例如穿新衣新鞋、換新床單，往往會情緒激動的哭鬧

喜歡在固定地點玩固定的玩具，不會主動探索環境，也不會主動接觸新事物

有時會做出重複的動作，例如將一頁書翻來翻去、不斷開關抽屜

對聲音和光影的變化特別敏感，有時會持續盯著某樣事物不動，例如坐在電扇前看著扇葉不停旋轉



1歲前不會伸手討抱、被逗弄不會笑，就要注意

- 自閉症的孩子通常在發展早期就會出現症狀。
- 如果孩子在嬰兒期不會主動伸手討抱、被逗弄不會笑
- 1歲看到父母不會主動叫爸爸、媽媽
- 4歲還不會玩扮家家酒等想像性遊戲，就應該就醫檢查
- 自閉的孩子會做出明顯異常的舉動，例如不斷打頭或做出重複的動作
- 自閉症孩子的語言發展特別慢，說話很容易出錯，例如將「我要吃」說成「你要吃」



照顧自閉症孩子你可以這樣做

- **建立日常生活規律性**

- 讓孩子在固定的時間地點起床、吃飯、學習、遊戲、洗澡、睡覺，建立規律的生活模式，可以幫助他穩定情緒、減輕煩躁。

- **多和孩子聊天**

- 保母是孩子練習社交最好的夥伴。平常可以和孩子多聊天、針對他的興趣喜好延伸話題。

- **讓孩子循序漸進適應**

- 自閉症的治療需要時間，當孩子做出反覆的行為，先別急著阻止。平常可以將新玩具放在孩子看得到的地方。孩子的好奇心被勾起，自然會主動嘗試接觸。



自閉症黃金期

- 1~1.5Y就可以診斷出自閉症，3~6Y是治療的黃金期，孩子若能在5Y以前發展出基本的口語與社會情緒能力，就有機會痊癒
- 雖然大部分自閉症患者是在嬰兒期就會出現症狀，但也有部分患者具有較好的生活功能，直到上學以後才會出現明顯異常。



孩子情緒與感覺統合的關係



感覺系統的影響

- 顯著感覺系統：

- 1.觸覺：觸覺保護反應、觸覺區辨。
- 2.聽覺：對分辨聲音、分辨語調。
- 3.視覺：視覺區辨、視覺追視。
- 4.嗅/味覺：分辨氣味

- 隱藏感覺系統：

- 1.前庭覺：有平衡能力、地心引力的感受、加速度的感受。
- 2.本體覺：身體形象概念、抗地心肌肉群的耐力。





- 思考一下，我們剛剛做了哪些遊戲活動？



5S安撫技巧



包包巾

Swaddling

用布巾包住寶寶，模擬在子宮被包裹的感覺



側身躺

Side

讓寶寶側躺在手臂上
(安撫完畢還是要仰睡才安全)



白噪音

Shushing

發出「噓噓」聲，
模擬子宮內的聲音



輕輕搖擺

Swinging

模擬寶寶在子宮內的
活動狀態



吸吮

Sucking

吸吮能讓寶寶得到
安全感



Q&A

全方位潛能開發大陳老師粉絲專業

Facebook post interface for 陳俊宇 · 全方位潛能開發講師 (Chen Junyu · All-round Potential Development Instructor).

Profile picture: A close-up photo of the instructor and a young child smiling.

Post content: A video showing the instructor in a white lab coat interacting with a group of children in a classroom. The children are wearing yellow and blue uniforms and have their hands raised.

Post interaction: 已讚 (Liked), 追蹤中 (Following), 分享 (Share), and 發送訊息 (Send Message).

