

自閉症譜系障礙與口吃

Autism Spectrum Disorders & Stuttering

甚麼是自閉症譜系障礙？

自閉症譜系障礙（Autism Spectrum Disorders, ASDs）包括自閉症、待分類的廣泛性發展障礙（PDD-NOS）及亞氏保加症（Asperger's Syndrome）。這三者的共同特徵，是在以下三方面出現障礙：（1）社交互動；（2）溝通；（3）狹隘的興趣／重複的行為。各個亞型之間，會以特定的準則作區分。自閉症譜系障礙多數在童年時期首次確診，患者的智力由低於平均至高於平均不等。至於其成因，目前尚無確切的研究定論。

雖然目前並沒有關於自閉症譜系人士口吃比例的具體統計，但已有大量口吃個案的文獻紀錄。這些口吃的表現，由典型的形式（例如重複，如「c-c-cup」；拖長音，如「cuuuup」；或言語阻塞，即某個音「卡住」了），以至較不典型的形式（例如重複字詞的最後一個音節，如「sound-ound」）都有。

由於正常的言語不流暢、插入語、重複整個短句，以及思路的反覆修正，都比一般人多，患者的說話也可能顯得雜亂無章。不同人所表現的症狀組合，以及對這些症狀的自覺程度，都各有不同。

診斷

自閉症譜系障礙的診斷，通常由專門研究兒童發展的專業人士作出，多在兩歲至八歲之間確診；至於口吃，則一般由言語治療師（SLP）診斷。由於自閉症譜系兒童在社交互動和溝通方面本身就許多持續的困難，口吃往往要到兒童踏入學齡，才被察覺和確診。自閉症譜系與口吃之間的相互影響，構成了一組複雜的障礙組合，相關研究仍在進行中。應由在流暢度方面具備專長的言語治療師，為這類人士評估口吃；若治療師同時熟悉自閉症譜系，則是最理想的評估者。評估應有助分辨正常的言語不流暢與口吃，並判斷困難是源於言語的產生，還是其他範疇，例如語言的組織。判斷問題屬於動作性還是語言性（又或兼而有之）十分重要，因為治療方向將據此而定。在聆聽兒童於對話或複述故事時的語言組織後，言語治療師可能會決定測試其詞語提取或敘事語言能力，以判斷是否同時存在語言缺陷。如果正式測試和日常情境中的觀察，都顯示兒童有潛在的語言缺陷，言語治療師便應在處理口吃的同時，一併處理語言問題。

治療

治療應始終以每位個案的需要為本，這一點對自閉症譜系人士尤其重要。由於口吃會妨礙有效的對話技巧，繼而影響社交互動，因此治療至關重要。自閉症譜系人士在社交互動及自我監察方面，可能較為困難，所以治療往往會著重在社交交流中運用流暢技巧。這些技巧可包括：

- 傳統的口吃技巧，例如「輕鬆起音」或「拉長語音」。技巧的教授方式，取決於兒童的理解程度：理解能力較高的兒童，可透過文字或圖畫形式的技巧說明，配合練習而得益；Carol Gray 的「社交故事」（Social Stories）模式，也常有助向自閉症譜系人士講解口吃技巧。理解能力較低的兒童，則宜減少講解，多模仿治療師的示範。具體的視覺示範，例如拉長黏土來表示「拉長」的延長語音，往往有助示範相關技巧。自閉症譜系人士在情境中自我監察可能有困難，所以通常需要持之以恆的重複練習才能掌握。為確保技巧能延續到日常環境，老師、家長及其他與兒童相處的人，都應溫和地提醒他運用這些技巧。

- 幫助組織思路的工具，例如視覺組織圖。故事網（story web）及 Inspiration® 或 Kidspiration® 等視覺概念圖軟件，都有助組織思路。技巧一經掌握，便應由結構較嚴謹的情境，逐步過渡到結構較鬆散的情境中練習。
- 增加停頓。這能爭取額外的時間去組織思路、在適當的位置呼吸，並運用流暢技巧，例如輕鬆起音、輕鬆開始或拉長語音。要引入停頓，可在句子或段落中加入視覺標記，指示何處應該停頓；如果兒童在閱讀方面有困難，則由你示範停頓。

給家長的提示

如果你的孩子口吃，請像對待其他孩子一樣對待他：以仁慈和尊重相待。最重要的是，讓他感受到你完全的接納。訓練溝通和流暢技巧是一項挑戰，會影響孩子一天中的各個層面；因此，孩子需要盡可能多的支持、鼓勵和接納。當他說話時，試著留意以下幾點：

1. 聆聽孩子想說的話。運用臉部表情和其他身體語言，讓他知道你在聆聽的是話語的內容，而不是他說話的方式，並保持眼神接觸。
2. 給孩子足夠的時間，讓他把想法說完。
3. 幫助家中每一位成員學會輪流說話和聆聽。可以在飯桌上傳遞一件物件，例如一支咪高峰或一個鹽瓶，來示意輪到誰說話。這為自閉症譜系的孩子提供了良好的示範，也讓他感到「一家人是一起面對」的。
4. 在日常活動之中，選定一些具體而短暫的時段來練習策略，例如洗澡時的 5 至 10 分鐘。短而持續的練習，往往最為有效。

給治療師的提示：如何安排治療環節

按照一個一致、有條理，並由孩子一同參與制訂的時間表來安排活動。把這些常規流程張貼在治療室內，讓他清楚知道時間表，以及接下來會做甚麼。自閉症譜系人士最能從「直接投入參與」中得益，這與傾向對獎勵有反應的專注力不足／過度活躍症人士不同。因此，你應在遊戲或孩子喜愛的活動中教授和練習技巧，以維持他的參與，並使活動變得有意義。活動一旦變得有意義，孩子便會記住，並在治療以外的場合運用。研究顯示，如果自閉症譜系兒童一開始沒有投入參與，再多的獎勵也無法促成技巧的類化。因此，「投入參與」是關鍵。舉例說，如果孩子投入並且很想吃零食，就讓他在要求吃零食時練習說話技巧。

1. 指示要簡單、清晰、精簡。務必確保孩子正在專注於你，有需要時可多次給出指示。如果沒有反應，可嘗試簡化指示，並／或加入視覺或情境提示。例如，把「拿你的外套，我們好出去」簡化為「要出去了。拿外套」，同時指向孩子的外套。
2. 提供視覺提示、具體例子和圖畫，以增進理解。例如，在練習輕鬆帶出某個語音「e e e a s y」時，可以一邊拉長史萊姆或黏土。
3. 提升孩子的自我監察能力，以及對自身行為如何影響與他人互動的意識。著重於他在簡單和複雜說話情境中，對自己言語的自我評估是否準確，然後教導他解難的方法，讓他能相應地調整自己的言語。
4. 顧及孩子的功能水平：有些孩子思考較字面化，需要更多具體的例子，例如用「拇指向上」或「拇指向下」來評價自己運用說話技巧的情況；有些孩子則可以使用較偏重認知的評分系統，例如 1 至 5 分的評分。
5. 處理整體的溝通技巧。透過由你親自引入和示範適當的技巧，例如眼神接觸、音量、語速和聆聽技巧，你將有助提升孩子的自信和自尊，同時減輕與說話相關的焦慮。

6. 自閉症譜系的年輕人，能從與社交能力較強的同儕合作中得益，這些同儕可充當榜樣。為促進新技巧的類化，可考慮把個案與一些說話特徵相近、又是良好社交榜樣的人分為一組。這將提供一個理想的環境，去練習流暢技巧、社交技巧和整體的自我監察。

資料來源：美國口吃基金會 (The Stuttering Foundation of America) ，© 2019 。

翻譯: Samuel Lam, 林傑郎, Class of 2027, Thomas Jefferson High School for Science & Technology