

社交思考 第一章

社交思考：孺子不可教也

作者：Michelle Garcia Winner 網站 www.socialthinking.com
2008 年發表於【自閉症及亞斯柏格症雜誌】Autism Asperger's Digest Magazine
www.autismdigest.com 版權所有 不得翻印

大約是在十多年前，我們一群在自閉症領域的工作者，才剛開始接觸社交技巧這個嶄新的概念。我們當時才開始了解到，自閉兒無法經由觀察他人而學習，他們不瞭解不同的人對周圍的環境會有不同的看法，一些我們耳濡目染就能學到的社交技巧，(像是如何開口邀請同伴一起玩；或什麼話不可以對老師說)；自閉兒卻需要師長耐著性子重覆地教導。

反觀現今，我們對於教導社交技巧(符合社交常規的行為)的了解，已向前跨了一大步。世面上充滿了各種正規課程與詳細的教學手冊，家長與部份老師已意識到應將社交技巧包含在自閉兒的個人教育計劃(IEP)中。

但好像還是少了什麼？這個社交技巧的拼圖裡，仍有一塊還是含混不清，甚至是讓人無法理解的。這塊拼圖就是【社交思考】。而我們才剛剛開始了解它對自閉兒教學的重要性。

到底什麼是【社交思考】？讓我試著以最容易理解的方式來說明：

你曾否注意過你在面試工作時，是如何地小心篩選遣詞用語嗎？或是在跟別人談話時，是怎麼小心的偷瞄手表？更或是在一個完全不熟悉的社交場合，你會如何反應？首先，你會先觀察別人怎麼做，然後有樣學樣；(或是看到別人犯錯，而警惕自己不要做相同的事)，這就是【社交思考】，是我們在付諸社交行為前會做的事。

大部份社交學習正常發展的人，即所謂「神經正常」(Neurotypicals 或 NTs) 的人，會隨著自己的直覺，自然而然地發展出一位「內在社交教練」；這位教練從嬰兒時期開始，之後隨著我們成長，不斷的繼續更新進化。

社交思考: 孺子不可教也?

www.actcommunity.ca/act-in-chinese/

Social Thinking: Teaching the Unthinkable? (Chinese rev. – April 2015)

Copyright 2008 – Michelle Garcia Winner www.socialthinking.com

Originally published by Autism Asperger's Digest Magazine www.autismdigest.com

我們的社交判斷力幫助我們在社交的互動中，以談判技巧來面對不停變動的談話內容與立場；無需特別教導，我們就學會如何在他人前表現自己。年青時我們會犯些錯誤，但社交技巧會隨著年齡的增長而逐漸成熟。我們瞭解到人與人之間的互動，不單只是外在的行為表現。成功的人際關係更像一來一往的雙人舞，包含了細心的衡量彼此的需要，兩人之間的交情，及我們互動當時對彼此的想法，這有多複雜阿！更別忘記這些因素仍在不停的變化。兒童會學到，當他的玩伴移開身體或轉移視線時，就顯示玩伴覺得無聊了，所以他最好做些別的事，讓玩伴有興趣玩下去。做為成人，我們學會在會議上，要等老板沒注意我們時，再低頭偷看手表。

沒有人會直接的教我們；做事時該考慮別人的立場，或告訴我們；我們的行為會如何影響別人對我們的看法，而我們可以如何改變這些看法，不管是好是壞。這些技巧都是我們以與生俱來的能力、和不斷的社交經驗學習到的。我們的社交學習甚至從嬰兒時期就開始了，小嬰兒會以母親為依據來判斷：這個人友善嗎？我在這個新環境裡應該害怕嗎？嬰孩剛過一歲時，就會以手指物並看著爸媽，希望分享他們的新發現，他們已能了解別人對他們感興趣的事物可能也會覺得有趣，所以相互溝通和經驗分享的圈子越來越大。隨著年齡的增長，我們學會了解別人的思想和情緒，進而幫助我們更熟練的推測他人的動機、學歷經驗、人生信念、和人格個性。

只要我們與人同處一室，既使並沒有任何交流，我們還是需要用到【社交思考】。我們通常會因為推測他人對我們的看法，進而調整自我的行為；想必大家都曾有為了避免與可疑人物接觸，而穿越馬路的經驗吧？還有我們是否也曾為了避免與他人交談，而閃避與對方的眼神交接，假裝沒看到這個人的經驗？

社交思考也以其他方式影響我們的生活。我們閱讀小說時，會用到社交思考模式去詮釋或揣測書內角色的行為和動機，我們也以同樣的思考方式撰寫書信、觀賞電視、或回想一段結果不如我們預期的對話。

對於有些社交思考腦神經完整發展的人，可能很難理解為何有人會如此缺乏與生俱來的社交學習能力。要所謂「神經正常」的人去想像，有人需要藉著其他的思考模式去學習如此與生俱來的技巧，簡直就是不可能的！我們以社交思考的架構為主軸來教導大多數的人，但對那些腦中沒有社交思考架構的人，怎麼辦呢？我們該如何教他們呢？

社交思考: 孺子不可教也?

www.actcommunity.ca/act-in-chinese/

Social Thinking: Teaching the Unthinkable? (Chinese rev. – April 2015)

Copyright 2008 – Michelle Garcia Winner www.socialthinking.com

Originally published by Autism Asperger's Digest Magazine www.autismdigest.com

自閉症患者，非語文學習障礙患者，及大多數的注意力缺陷/過動症患者，都有程度不等的社交思考或其他社交技巧的缺陷。這些患者很難快速有效的學習、處理及反應社交訊息。更嚴重的案例如典型自閉症的患者，可能完全不了解，不同的人會有不同想法的概念。有些孩子會半途插話，因為他們認為大家都和他一樣，在同一時間想同一事情。高功能自閉症患者，或患有亞斯柏格症的人，則被視為一個雙面難解的謎題，他們的特殊天賦和口語表達能力，常誤導我們認為他們應有相當的社交思考能力；然而，這種假設與事實相差甚遠，雖然他們或許了解別人和他們有著不同的想法，但他們還是很難推敲他人的想法，並無法在幾秒鐘就結束的單次社交互動中，做出適當的反應。不像其他外在有顯著缺陷的同輩們，這些兒童或成人掙扎著理解各種的社交場合，卻無法得到教育或其他服務的支援。

在這一系列的文摘中，我們將探討什麼是【社交思考】，並且討論如何以實用的方法教導自閉症患者這項生活技能。我們將會闡述社交訊息並不是靜態的，而是一個想法與行為相輔相成的系統，隨著年紀與經歷增長，也隨著不同環境而改變。社交思考不提供講稿，而是提供一個包含多種選擇的方法，幫助學生互動和解決問題。當他們的思考模式開始改變時，我們就會看到社交行為的顯著改善。

【社交思考】和其他的社交技巧的教學不是直線型的教學，我們無法將之分解為固定的步驟，再反覆教學就能成功，這就是其困難所在。卻也同時讓我們教導高功能自閉症患者的工作充滿了趣味和創意！

作者簡歷

Michelle Garcia Winner 蜜雪兒 嘉西亞 維那，是一位國際知名的語言病理治療師，也是一位充滿熱誠創意的講師和作家。她與同事透過她的診所，Michelle G Winner's Center for Social Thinking (蜜雪兒 維那 社交思考中心)，提供個人、家庭 及學校有關社交思考的諮詢服務。如果需要更多相關資訊，請上網 www.socialthinking.com

社交思考: 孺子不可教也?

www.actcommunity.ca/act-in-chinese/

Social Thinking: Teaching the Unthinkable? (Chinese rev. – April 2015)

Copyright 2008 – Michelle Garcia Winner www.socialthinking.com

Originally published by Autism Asperger's Digest Magazine www.autismdigest.com

譯者簡歷

Christine Hung 來自臺灣，畢業於密蘇里州立大學，現任加拿大 Autism Community Training 自閉症社區訓練協會的諮詢員，www.actcommunity.ca。Christine 在 2004 年因為女兒的診斷，進入自閉症的世界，2005 年移居溫哥華，目前在 ACT 主要服務卑詩省內的華裔移民，同時也希望透過網路無國界的力量接觸到更多自閉兒家長，分享彼此的心得。

特別感謝

Hugo Chan 和 Denise Hsieh 熱心的修正校對。

社交思考: 孺子不可教也?

www.actcommunity.ca/act-in-chinese/

Social Thinking: Teaching the Unthinkable? (Chinese rev. – April 2015)

Copyright 2008 – Michelle Garcia Winner www.socialthinking.com

Originally published by Autism Asperger's Digest Magazine www.autismdigest.com