

# 認識選擇性緘默症



## 什麼是選擇性緘默症

選擇性緘默症是真的不願開口說話嗎?選擇性緘默症的同學總是在外面其他場合時閉口不言，在周遭看來貌似是在拒絕與外界的交流一樣，甚至會被認為是缺少禮貌，但是你知道嗎?選擇性緘默症的同學在他們內心深處是很渴望與人們交流與互動的，只是受困於自身障礙，使得他們無法正常地展現出這樣的需求，而非不願!



## 身心特質

選擇性緘默症兒童選擇沉默的情況各有不同，有些是到公共場所就不說話，有些則只跟家人及朋友才說話，遇到其他人就沉默以對，最典型的是在家裡可以與任何人講話，但只要一出家門就會開始不說話，還有其他的情況也都可能發生。有些緘默的症狀只持續幾個月，而有些卻長達數年之久。(主要的診斷準則可參考下圖)

### 選擇性緘默症診斷準則 (DSM-5)



1. 持續無法在需要說話的特定社交情境中說話 (如：學校)，僅管在其他情境可以說話。
2. 上述困難妨礙教育、職業成就，或社交溝通。
3. 此困難持續至少一個月 (不包括入學的第一個月)
4. 無法說話並非因為對於社交情境所需使用的語言，缺乏了解或感到不適。
5. 困難無法以溝通障礙做更適切的解釋，且不僅只發生於自閉症類群障礙、思覺失調或其他精神病症的病程中。



## 班級經營您可以~~~


有些學生視障礙程度需求，會服藥控制，但藥物無法完全達到治療效果，必須輔以適當的教育、運用有效的教學策略，才能事半功倍。

### 一、降低焦慮

1. 減少強調語言表現(玩些非語言性的遊戲)
2. 允許孩子使用肢體動作來進行溝通(如：指出答案、揮手表達不要等)
3. 不要強迫說話。

### 二、教學策略

#### 選擇性緘默症的介入與處置



靜靜老師

等一下我們先看看書~  
看完之後一起來玩個小遊戲。

一、**秉持誠實原則**


➢ 與孩子「誠實」地告知所要進行的活動、流程有哪些

二、對於「說話」保持「平穩」的情緒：

➢ 對於孩子的任何說話表現，不過度反應

三、允許「漸進式表達」的氣氛：

肢體動作 → 發出聲音 → 小聲耳語 → 自然說出話



1. **秉持誠實原則**：要和學生、孩子「誠實、完整」地告知所要進行的活動、流程有哪些，讓選緘學生知道等一下『預期』會發生的事。

2. **適當運動**：有些選緘學生並不是不說話，因此有時候太開心時，難免會不小心「脫口而出」某些話或聲音。這時，旁人的反應不要「過大」，適當的稱讚也是可以的，但盡量是以其他同儕也能夠得到的稱讚程度為基準，不要過多或過少。

3. **漸進式表達**：

A **肢體動作**：可以先允許學生使用肢體動作來進行溝通（如：指出卡片、揮手表達不要等）

B **發出聲音**：接著從不同聲音的誘發來做（如：發出各種笑聲、狀聲詞）等等。

C **小聲耳語**：待孩子能夠發出不同聲音後，可以試著讓選緘學童在成人/老師耳邊小聲耳語說話（不要讓其他人聽到）

D **自然說出話**：最後，可以在輕鬆自然的遊戲情境中，讓選緘學童自然說出話語，並搭配不過度反應的原則，讓孩子感受到說話的快樂。

### 三、評量調整

1. 若選緘學童因本身特質造成焦慮緊張、無法作答，經評估可申請獨立試場或是延長考試時間。

### 四、親子相處

1. 可以尋求醫療專業人員的協助，如諮商心理師，追溯心理層面
2. 兒童心智科，採藥物治療從生理層面著手以減緩焦慮。
3. 對於孩子進步情形的讚美是必要的，儘管只有一點點，都有助於增加互動行為之產生



【好片介紹】

講述對小朋們充滿了愛的女老師三木知世的故事。計劃轉行的老師和患上了在學校、幼兒園等特定場所會沒法說話的選擇性緘默症的少女藏田美知留、因貧窮遭遇各種問題的少年安川純平進行各種交流。

【好片圖檔】



【好片介紹】

描述一個在學校不開口說話的小女孩，在陪伴班老師試著了解、互動過程中，最後取得小女孩的信任，成為朋友，並從而發現小女孩選擇不說話背後的真正原因，竟是不捨父親因罹患口腔癌無法言語，「不想讓爸爸一個人」而決定與父親一同「沉默」，老師在了解關鍵是父親後，經與父親溝通，終於讓小女孩重新回到應有的童年生活。

【好片圖檔】



### 【好書介紹】

孩子不是不說話，而是無法說。

「選擇性緘默症」比任何一人都痛苦。  
台灣第一本集結本土案例，探討「選擇性緘默症」孩子的專書。

你的孩子不說話嗎？或是到某個特定環境就全身僵硬，不肯開口？你覺得他只是太內向、害羞，或認為他再大一些，自然就會說話。但孩子可能正為「選擇性緘默症」所苦，急需你的接納、陪伴與協助

### 【好書圖檔】

孩子不是不說話，而是無法說

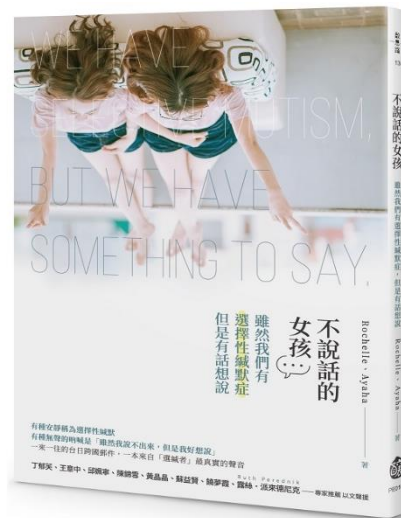


### 【好書介紹】

來自臺灣的 Rochelle 和來自日本的 Ayaha，是兩位有「選擇性緘默症」的女孩。她們從相遇、相知到相惜，她們是最要好的異國友人、也是一起抗病的戰友。你是否曾經因為緊張而暫時失去語言能力？你身邊有人會因為過度焦慮、緊張而不能隨意說話或行動？這些狀況是「選緘者」的日常。

### 【好書圖檔】

不說話的女孩



### 【名人介紹】

2013 英國小姐 Kirsty Heslewood，小時候有選擇性緘默症。Kirsty Heslewood 說：「大人、老師們不了解我為何不說話，他們從溫和提醒到大吼大叫都有，但我就是開不了口，我不是故意的。我只能和親近的家人說話。但一脫離舒適圈、到了學校，我就無法說話。我想說話可是說不出來。只有了解和溫柔才能舒緩我的挫折感。」

### 【名人圖檔】



### 網路資源~~~~

有愛無礙 FOR TEACHERS

[https://teachers.dale.nthu.edu.tw/?page\\_id=2543](https://teachers.dale.nthu.edu.tw/?page_id=2543)

台灣心理諮商資訊網

<http://www.heart.net.tw/epaper/222-1.htm>

語言治療說話的奧秘

<https://www.talk-to->

[you.com/blog/%E9%81%B8%E6%93%87%E6%80%A7%E7%B7%98%E9%BB%98%E7%97%87%E7%9A%84%E8%A8%BA%E6%96%B7%E6%A8%99%E6%BA%96%E3%80%81%E7%99%BC%E7%94%9F%E5%8E%9F%E5%9B%A0%E4%BB%A5%E5%8F%8A%E7%9B%B8%E9%97%9C%E7%89%B9%E8%B3%AA/](https://www.talk-to-you.com/blog/%E9%81%B8%E6%93%87%E6%80%A7%E7%B7%98%E9%BB%98%E7%97%87%E7%9A%84%E8%A8%BA%E6%96%B7%E6%A8%99%E6%BA%96%E3%80%81%E7%99%BC%E7%94%9F%E5%8E%9F%E5%9B%A0%E4%BB%A5%E5%8F%8A%E7%9B%B8%E9%97%9C%E7%89%B9%E8%B3%AA/)



透過您我共同的努力與愛護，讓所有學生喜愛上學~~~~