

藝術治療自閉譜系

董美姿 | 2019-04-26



不時接到查詢問及藝術治療如何幫助有特殊教育需要（SEN）的兒童，藝術治療的形式、時間或合適的年齡又如何。SEN有自閉症譜系的、專注力不足或過度活躍症、特殊讀寫困難、語言障礙等，以上幾種最常見，SEN的類別不同，提供的治療方針也有異。

就自閉譜症系的兒童為例，他們有重複、衝動的行為、社交及溝通障礙、固執的思想或習慣偏向，或感觀處理障礙，例如對聲音特別敏感等。普遍治療師會用行為治療，亦有家長嘗試其他治療方法如藝術治療。藝術治療的方針除處理行為帶來的問題外，也會幫助他們建立生活技能、鼓勵他們用非語言的方法表達自己，以及探索自己與外在世界與人際的關係。創作美觀的作品並非藝術治療的目標，當然如果兒童創造了他認為漂亮的作品，會是治療過程中的一個開心副產品。

由於他們不善詞令，在無法表達自己的情況下，他們可能會採用叫喊或一些騷擾別人的身體語言。利用畫像：不論是一個顏色的選擇、一推線條的展現，對他們來說既自然而容易，這樣自由又沒有指定規限的表達方法讓他們

有機會抒發每天的內在經驗。藝術表達是安全而正面的，即使透過創作表達憤怒，總比向別人發洩好。

自閉症譜系的兒童通常對明白別人的言語表達、面部表情等訊號上有困難，而且與別人相處感到渾身不自然，一對一的溝通也可引致極度緊張和壓力。在治療過程中，兒童被鼓勵投入創作，焦點像是轉移到創作及作品上，這種間接透過創作與治療師的「對話」與互動，更有效地建立一個無形而有力的關係，有助治療工作的開展，能夠建立安心的溝通媒介成了治療工作的關鍵。另一方面，共同藝術創作能促使兒童之間的連繫，他們很自然地發現要享受，便需要合作、輪候、彼此尊重及開放自己。自閉症譜系的兒童較難代入他人，同理心較弱，看見其他兒童作品的不同演繹，能更明確更具體的讓他們明白別人的想法，是社交發展的重要一環。

(下期續談)

作者為註冊藝術治療師

熱門話題