

# 藝術治療自閉譜系（下）

董美姿 | 2019-05-16



藝術治療是對策自閉症譜系本身存在的問題「感覺處理失調」（SPD）最理想的一種方法。SPD是構成他們情緒與行為障礙的一大元素。即使是一些無害的感官經驗，例如吸塵機的聲音、有毛的坐墊、光管燈、鬆脆食物等都可能刺激到自閉症譜系的兒童，甚至令他們感到不安。如過分受刺激，他們會變得躁動不安或避開，務求離開那感官的刺激。

藝術治療其中一個普遍目標是提升兒童對不安感官刺激的忍耐力。藝術創作的經驗都是有趣的，自閉症譜系與否的兒童，都能忍受到藝術創作需用材料的質感、味道，似乎他們知道那些感官體驗是樂趣的一部分。曾經接觸過自閉症譜系兒童，不喜歡弄髒雙手，特別討厭滑滑濕濕的感覺，但能夠慢慢接受到非常黏手並滑滑濕濕的剃鬚膏，在創作指引下，他發現剃鬚膏的柔軟及可塑性，而忘卻弄髒雙手的煩躁不安，創作過程提供一個安全而有效的減敏治療方法（Desensitization），幫助他們容忍和接受日常生活上遇到相類近的感官刺激。

自我刺激行為是自閉症譜系的另一特質。自我刺激行為是指任何重複性的身

體或物體動作，包括手不停擺動、身體搖晃或跳躍，相信是用來滿足他們的感覺訊息需要，以提高他們的警覺或平靜他們的感覺系統。這些重複性自我刺激行為有助孩子調節身體和情緒，但阻礙他們在課堂的學習及社交。藝術治療便是幫助他們將這些自我刺激行為轉化為創作的出路，一些公眾接納的行為。美國的Grand Manier是一名自閉症譜系患者，他的自我刺激行為是撕紙，他將撕紙的行為轉化為拼貼創作的動力，他視拼貼創作為焦慮情緒的治療，他現在是拼貼藝術家，以循環再用及減廢的概念創作，推廣生態保護。

作者為註冊藝術治療師

## 熱門話題