



医药学院 610 2 12028175

The Complete Guide to
Asperger's Syndrome

阿斯伯格综合征 完全指南

[英]托尼·阿特伍德(Tony Attwood) / 著
燕原 冯斌 / 译



 华夏出版社
HUAXIA PUBLISHING HOUSE



The Comprehensive Guide to
Asperger's Syndrome

阿斯伯格综合征 完全指南

作者：[英] 琳·史丹利
译者：王 颖





The Complete Guide to
Asperger's Syndrome

阿斯伯格综合征 完全指南

[英]托尼·阿特伍德(Tony Attwood) / 著
燕原 冯斌 / 译



华夏出版社

HUAXIA PUBLISHING HOUSE

图书在版编目(CIP)数据

阿斯伯格综合征完全指南/(英)阿特伍德著;燕原,冯斌译. —北京:华夏出版社,2012.8

书名原文:The Complete Guide to Asperger's Syndrome

ISBN 978-7-5080-7041-4

I. ①阿… II. ①阿… ②燕… ③冯… III. ①孤独症-防治-指南
IV. ①R749.4-62

中国版本图书馆CIP数据核字(2012)第120610号

© Tony Attwood 2007

This translation of *The Complete Guide to Asperger's Syndrome* is published by arrangement with Jessica Kingsley Publishers Ltd.

Simplified Chinese translation copyright © Huaxia Publishing House 2012

中文简体字版权属华夏出版社所有,翻印必究。

北京市版权局著作权合同登记号:图字01-2010-7692

阿斯伯格综合征完全指南

作者 [英]托尼·阿特伍德

译者 燕原 冯斌

责任编辑 刘娟

出版发行 华夏出版社

经 销 新华书店

印 刷 三河市李旗庄少明印装厂

装 订 三河市李旗庄少明印装厂

版 次 2012年8月北京第1版 2012年8月北京第1次印刷

开 本 720×1030 1/16开

印 张 24

字 数 389千字

定 价 48.00元

华夏出版社 地址:北京市东直门外香河园北里4号 邮编:100028

网址:www.hxph.com.cn 电话:(010)64663331(转)

若发现本版图书有印装质量问题,请与我社营销中心联系调换。

纪念我的祖母埃尔茜·梅·多维（1903—1987）
和我的祖父威廉姆·霍华德·多维（1905—2000）

致 谢

感谢所有给予我鼓励、建议和支持的人。没有你们，我无法获得足够的知识来完成这本书。感谢我的妻子萨拉（Sarah），她仔细审订了每一章草稿，确保句子通顺，没有语法错误。这不是一项容易的任务。感谢大量阿斯伯格综合征人士和他们的父母，他们为我描述了充满挑战的每一天和他们成功使用过的策略。他们永远是我的导师。感谢我的朋友们和同事们，给本书提供了相当有价值的建议和鼓励。

在此，我还要特别感谢以下人士（以姓氏字母排列）：卡丽·邓恩（Kari Dunn）、米歇尔·加尼特（Michelle Garnett）、卡萝·格雷（Carol Gray）、伊萨贝拉·埃诺（Isabelle Hénault）、凯西·胡普曼（Kathy Hoopmann）、雅尼娜·曼吉维娜（Janine Manjiviona）、斯蒂芬·肖尔（Stephen Shore）和利亚纳·维利（Liane Willey）。

最后，我要感谢我周围的阿斯伯格综合征客户、朋友和家人，是你们照亮了我的生活。

Extracts from Asperger, H. (1991) [1944] 'Autistic psychopathy in childhood.' In U. Frith (ed) *Autism and Asperger Syndrome* Cambridge: Cambridge University Press. Reproduced by permission of Springer-Verlag.
Extracts from Asperger, H. (1938) 'Das psychisch abnorme Kind.' *Wiener klinische Wochenschrift* 49, 1–12. ('The mentally abnormal child.' *Viennese Clinical Weekly* 49.) Reproduced by permission of Springer-Verlag.
Extracts translated by Brit Wilczek.

Extracts from Jackson, N. (2002) *Standing Down Falling Up Asperger's Syndrome from the Inside Out*. Bristol: Lucky Duck Publishing. Reproduced by permission of Sage Publications Ltd, Thousand Oaks, London and New Delhi. Copyright © Nita Jackson 2002.

Extracts from Williams, D. (1998) *Nobody Nowhere. The Remarkable Autobiography of an Autistic Girl*. London: Jessica Kingsley Publishers. Reproduced by permission of Jessica Kingsley Publishers Copyright © Donna Williams 1998

Extracts from Willey, L H. (1999) *Pretending to be Normal. Living with Asperger's Syndrome* London: Jessica Kingsley Publishers. Reproduced by permission of Jessica Kingsley Publishers. Copyright © Liane Holliday Willey 1999.

Gillberg diagnostic criteria in Table 2.1 from Gillberg, I.C. and Gilberg, C. (1989) 'Asperger syndrome – some epidemiological considerations: a research note'. *Journal of Child Psychology and Psychiatry* 30, 631–8. Reproduced by permission of Blackwell Publishing.

DSM-IV (TR) diagnostic criteria in Table 2.2 from American Psychiatric Association (2000) *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders*, 4th edition. Washington, DC: American Psychiatric Association. Reproduced by permission.

AAA diagnostic criteria in Chapter 2 from Baron-Cohen, S., Wheelwright, S., Robinson, J. and Woodberry Smith, M. (2005) 'The Adult Asperger Assessment (AAA): A diagnostic method.' *Journal of Autism and Developmental Disorders* 35, 807–819. Reproduced by permission.

推荐语

托尼·阿特伍德深入揭示了临床上被归类为阿斯伯格综合征（孤独症谱系障碍的一个分支）这一神秘群体的复杂内涵。他描述了这一群体中所有令人迷惑和奇妙的特征，并通过大量生活中的真实案例，栩栩如生地呈现出来。他重点强调了这一群体在拥有缺陷的同时，也拥有特殊能力，更重要的是，他给予谱系中的个体、他们的家庭和其他参与辅助者大量富有创意且切实可行的操作建议。面对这些因为生理原因，天生缺乏同理心的儿童和成人，作者已经达到了真正的“同理”！我极力推荐这本书给所有的阿斯伯格综合征人士、他们的家人、他们的照顾者和这个领域的专家们。

——洛娜·温（Lorna Wing）

英国精神病学家，孤独症人士家长，阿斯伯格综合征领域研究先驱

托尼·阿特伍德的这本《阿斯伯格综合征完全指南》，对那些每天都需面对这一神奇状况的人群非常有价值。本书的内容来源于作者多年临床实践，充满理性和智慧地提出了富有同情心的建议，以及大量生动的实例资料。这是一本非常全面的研究类著作，用优美的手法描写了当前对阿斯伯格综合征的全部认识。我向所有想要了解阿斯伯格综合征的人，想扩展他们对孤独症谱系障碍现有知识的人，以及那些希望获得更全面和更丰富知识的专业人士推荐这部经典，这是所有其他资源目前无法做到的。

——尤塔·弗里斯（Uta Frith）

英国著名心理学教授，孤独症研究领域权威

这是一本关于阿斯伯格综合征的百科全书，文字通俗易懂，可以极大帮助阿斯伯格综合征人士、他们的父母和辅导他们的专业人员，来充分理解这种天生的社会性困难。本书的内容包括研究资料、第一手的个体案例报告和临床资料，其中关于感觉过敏的一章非常精彩。感觉问题导致大量孤独症谱系人士无法参与社会活动，因为那些对普通人群无害的感觉刺激，却往往会给他们带来无法忍受的痛苦。

——天宝·格兰丁博士（Temple Grandin）

《用图像思考》和《我心看世界》的作者，电影《自闭历程》原型

十年前，当拿到托尼的前一本书《阿斯伯格综合征：给父母和专业人士的指南》时，我没有意识到这会给我、我的家庭以及我们的生活带来多么大的影响。在我的生活中还没有过什么事件和什么人仅通过这些直白的语言和清晰的内容给我这样的帮助，因为这本书告诉了我自己到底是一个什么样的人，为什么会这样，从而让我能够彻底解析自己，重新建构自己，使自己成为现在的样子：快乐、自信、事业有成、三个孩子的母亲。也许这本书对其他人没有那么神奇，但是对于像我这样，在三十多岁才知道自己是阿斯伯格综合征，这本书的效果是惊人的。在我读到托尼·阿特伍德博士的书之前，我的生活就好像是在重重迷雾中不知深浅地穿越各种危险困境，我的婚姻、我的自信心、自我认同、人际关系的建立甚至工作的维持，那些所有在其他人看来是轻而易举的事情，我其实全都无法掌控。阿特伍德博士，或者亲爱的托尼（我喜欢这样称呼他），给了我走出来面对世界的力量，让我明白我一直在故作“正常”，这一力量挽救了我的生活，让我得以面对真实的自己。现在，亲爱的托尼推出了这本非同寻常的新书，一本阿斯伯格综合征完全指南手册，这本书包括大量有用的信息和最新的研究成果；更重要的是，他给我们这些阿斯伯格综合征和周围全力支持我们的人提供了丰富而宝贵的建议和鼓励。

——利亚纳·霍利迪·维利（Liane Holliday Willey）
教育学博士，《故作正常》的作者，知名阿斯伯格综合征人士

阿特伍德博士积累近三十年的亲身临床经验，用通俗易懂的方式把关于阿斯伯格综合征的认识带上了一个新的高度。书中不仅仅有个人的故事和清晰的解释，托尼更给予读者具体的实际解决方案，帮助阿斯伯格综合征人士面对生活中的无数挑战，并且鼓励他们把自己的特长发挥到极致，过上丰富和有意义的生活。这本书是每个人（包括阿斯伯格综合征人士）必读的好书。

——斯蒂芬·肖尔博士（Stephen Shore）
《破墙而出》的作者，知名阿斯伯格综合征人士

前 言

本书是我在多年行医和学术研究的基础上，对儿童、青少年和成人阿斯伯格综合征^①的综合论述。作为一个执业医师，我希望这本书能够对父母、专业人士和阿斯伯格综合征人士有实际的指导意义。在本书中尽量不使用太多的专业术语——如果你没念过心理学研究生学位的话，会对那些生僻的词语感到困惑；对那些医学界和学术界的读者们，本书提供了参考资料以查阅更多的信息。书中也引用了很多阿斯伯格综合征人士的传记，在每一章都用汉斯·阿斯伯格（Hans Asperger）医生的话来开头，以一段阿斯伯格综合征人士的话作为结尾，我想那些阿斯伯格综合征人士会喜欢这些压卷之语的。

本书是为了给父母和专业人士提供最新资讯，让他们可以帮助某一个阿斯伯格综合征个体，同时也是为了让阿斯伯格综合征人群受益——我希望他们读了这本书以后，可以理解为什么自己与众不同，而不是自暴自弃。对其他人来说，重要的是要知道如何对他们表面看起来古怪出格的行为，作出背后符合逻辑的解释，这本书可以向我们解释他们的逻辑和看法。

本书首次出版于2006年，那一年正好也是汉斯·阿斯伯格医生诞辰百年。当我越来越深入地探索阿斯伯格综合征的世界时，我也越来越惊叹于六十多年前，汉斯·阿斯伯格医生对四个孩子——弗里茨（Fritz）、哈罗（Harro）、恩斯特（Ernst）和赫尔穆特（Hellmuth）的描述是多么地精确。我从来没有见过阿斯伯格医生本人，但是我非常敬佩他能那么理解和欣赏这些独特的孩子们，这些孩子也是我心目中的英雄。几年前我遇见了阿斯伯格医生的女儿玛丽亚（Maria Asperger-Felder），一位瑞士儿童精神科医生，对她讲起她爸爸的故事，他的才华和个性，尤其是发生在上世纪三十年代维也纳那些令人着迷的历史事件。

玛丽亚给我一篇她爸爸在1938年写的论文，那时他第一次描述了几年后被命名为“自闭个性障碍”、在1981年被正式命名为“阿斯伯格综合征”的那些症状。在纳粹占领的奥地利，作为一个儿科医生，他勇敢地反对由纳

^① 译注：阿斯伯格综合征（Asperger's Syndrome, AS），亦称亚斯伯格症候群、亚氏保加症，指孤独症谱系中智商正常或超常且典型症状较轻的孤独症。

粹推出的《防止遗传性疾病儿童法》^①；他大声疾呼“教育能够让这些孩子的遗传性缺陷变得无害于人”；他力图保护那些来他诊所就诊的孩子们不会在出去之后被纳粹谋杀；他激烈地争辩说，与众不同的孩子并不意味着低人一等。他实在是一位反纳粹的勇士。

当我们对阿斯伯格综合征儿童和成人理解越来越深的时候，我们不禁要问，未来的希望在哪里？在接下来的十年，我们需要做的是在诊断标准上达成共识；研究低龄儿童是否有阿斯伯格综合征的迹象，以便他们能及时地接受早期干预；政府需要大力追加预算以帮助在学校里的阿斯伯格综合征孩子适应学校，还要帮助阿斯伯格综合征成年人找到适合他们能力和资格的工作。在现代社会里，我们不仅需要他们的才能，我们还切实地受惠于他们的才能。

我对目前政府部门几乎没有针对阿斯伯格综合征人士制订政策并提供资源非常关注，此外，我注意到阿斯伯格综合征的诊断有时还成了政府部门推托服务的借口，我希望大众对阿斯伯格综合征人群的能力和处境的日益关注会影响那些政治家和政府官员的决策。未来将有大量的成年人寻求阿斯伯格综合征诊断，这是曾经没有机会被确认和被理解的整整一代人。

在下一个十年里，将有更多的专家精于阿斯伯格综合征，我们也会看到有更多的专用于阿斯伯格综合征儿童和成人的诊断和治疗方法。如果阿斯伯格综合征的发生率^②在1/250的话，那就足以需要一个全国范围的爱斯伯格综合征专家和医护人员系统。

我们很清楚地认识到需要更多关于阿斯伯格综合征的研究，尤其是在感官感觉方面的研究。很多阿斯伯格综合征人士近乎绝望地想改善在声音和其他感觉方面的过度敏感，而至今医护人员和治疗师们对听觉、触觉和视觉方面的脱敏工作几乎无能为力。我们也需要发展和评估一些能帮助促进友谊和爱情的技巧，还有关于情绪控制以及如何化刻板兴趣为有益能力的办法。

我也希望将来人们会以更积极和鼓励的态度去对待阿斯伯格综合征人

^① 译注：1933年纳粹制定了《防止遗传性疾病儿童法》，也就是把那些有遗传性生理和精神类疾病的人，即使是他们认同的雅利安种的人，一概给予绝育、隔离、关押，甚至处死。越来越多的资料披露了即使是患抑郁症的德国妇女，当时也被纳粹枪杀，以保存雅利安种人“优秀基因”，所以阿斯伯格医生公开发表关于阿斯伯格综合征的研究，呼吁理解和欣赏这一独特的儿童群体的举动，在当时真是需要逆时代潮流而动的非凡勇气。

^② 注：发生率（incidence），指某种疾病得到确诊的实际人数。

士，帮助他们提高自信心。这本书既是为了传播关于阿斯伯格综合征的最新知识，也是为了改变大家的态度。知识能够改变态度，而反过来态度改变了我们的能力和社会的处境。

目 录 CONTENTS

前 言	1
第一章 什么是阿斯伯格综合征	1
一、通向诊断的路	4
二、为什么需要做诊断	13
三、用心理补偿和调整策略来面对与众不同	14
四、得到诊断的利与弊	20
本章重点及策略	25
第二章 诊 断	27
一、阿斯伯格综合征的问卷和评分	29
二、诊断评估	31
三、当前诊断的标准	32
四、是阿斯伯格综合征还是高功能孤独症	36
五、阿斯伯格综合征的患病率	37
六、对女孩的诊断评估	38
七、成人阿斯伯格综合征的诊断	40
八、结束诊断评估	42
九、对诊断的信心	43
本章重点及策略	45
第三章 社会理解力与友谊	47
一、独处	47
二、评估社会互动技能	49
三、希望拥有朋友的动机	53
四、友谊的重要性	55
五、鼓励建立友谊的策略	56
六、社会理解力发展的预后	87
本章重点及策略	90

第四章 捉弄与欺凌	92
一、捉弄的类型	92
二、什么是欺凌	93
三、有多少人被欺凌过	95
四、为什么他们更容易成为欺凌对象	96
五、被欺凌的征兆	97
六、欺凌事件对孩子的影响	99
七、降低欺凌事件发生频率和后果的策略	99
本章重点及策略	109
第五章 心理理论	110
一、心理理论能力缺损对日常生活的影响	112
二、提高心理理论能力的策略	122
本章重点及策略	127
第六章 情感的认知与表达	128
一、评估情感理解力与表达能力	131
二、焦虑障碍	136
三、抑郁症	141
四、愤怒	143
五、爱	148
六、认知行为疗法	152
七、总结和思考	171
本章重点及策略	172
第七章 特殊兴趣	173
一、特殊兴趣的发展	176
二、特殊兴趣的类型	180
三、女孩和女性的兴趣	183
四、特殊兴趣的功能	185
五、父母的观点	192
六、临床工作人员的观点	194
七、学习什么时候可以谈论特殊兴趣	202
八、特殊兴趣：问题还是天赋	202
本章重点及策略	204

第八章 语言	206
一、语言能力的评估	207
二、语言的特征和困难	208
三、对话的技巧	212
四、改善对话技巧的策略	216
五、字面意义理解	220
六、韵律	223
七、学究型的谈吐	225
八、听觉感知异常	226
九、语言流利程度	229
十、阿斯伯格综合征对话法	230
十一、外语	230
本章重点及策略	232
第九章 认知能力	234
一、智力测验显示的能力分析	235
二、学校里的学习能力分析	238
三、解决问题的特征	243
四、课堂上促进认知发展的策略	252
五、教师需要具备的知识和人格	253
六、视觉思考	260
七、认知方面的天赋	261
本章重点及策略	265
第十章 运动与协调性	268
一、运动能力特征	269
二、运动障碍的早期检测	270
三、运动的心理规划和协调性	271
四、书写	273
五、改善运动和协调性的活动及策略	274
六、非自主性动作或抽搐	276
七、运动能力的退化	278
八、运动能力表现优异	279
本章重点及策略	280

第十一章 感觉敏感	281
一、感觉超负荷	282
二、诊断评估和诊断标准	283
三、听觉敏感	285
四、触觉敏感	290
五、味觉和嗅觉敏感	294
六、视觉敏感	296
七、平衡感和运动感	299
八、对于疼痛和温度的知觉	299
九、异常的感觉信息处理	301
本章重点及策略	303
第十二章 大学阶段及职业生涯	305
一、适合从事的职业	307
二、成功就业的策略	309
三、工作带来的心理价值	314
本章重点及策略	315
第十三章 长期伴侣关系	317
一、选择伴侣	317
二、伴侣关系中的问题	319
三、改善伴侣关系的策略	323
四、成为父母	325
本章重点及策略	328
第十四章 心理治疗	330
本章重点及策略	341
第十五章 常见问题解答	343
译后记	365

第一章 什么是阿斯伯格综合征

并不是说所有出格的就是“异常的”，就一定是低能的。

——汉斯·阿斯伯格（1938年）

门铃响了，又一个孩子来参加艾丽西亚的生日晚会。她妈妈开了门，看见杰克，这是来的最后一个客人了。这是艾丽西亚的九岁生日，晚会共请了十个女孩和一个男孩。妈妈对这个安排有些吃惊，她想，在女儿这个年龄的女孩，一般会认为男孩子都是又脏又臭的，不值得被邀请到一个女孩子的生日晚会里来，但艾丽西亚说杰克与众不同，他家刚从别处搬来伯明翰，他到班里才几个星期，杰克很想加入到孩子们中间，但他还交不到任何朋友，其他男生老是取笑他，不让他参加他们的任何游戏。上个星期艾丽西亚吃中饭时杰克正好坐在她身边，艾丽西亚听着他讲话，心想这真是一个善良可爱的孩子，但他会受到操场上乱七八糟的噪音和吵闹的困扰。他看上去很酷，像个小小的哈利·波特，他还知道那么多的事情。艾丽西亚对杰克深表同情。尽管她的同伴们对他受邀到生日晚会而迷惑不解，但是艾丽西亚下了决心一定要请到杰克。

这不，他来了，孤零零地一个人，拿着一张贺卡和礼物，一见面就急着递给了艾丽西亚的妈妈。她注意到信封上写了艾丽西亚的名字，但是难以辨认，一点都不像一个八岁孩子写的字。“你肯定是杰克吧？”妈妈问道，但是他只是面无表情地应了一声。妈妈对他笑着，想马上带他到花园里去，艾丽西亚正在那儿和朋友们玩呢。不过这时候杰克开口了，“给艾丽西亚的生日礼物是那些特别的布娃娃，我妈说每个女孩子都想要布娃娃，这也是为她挑的，但是我其实最想给艾丽西亚的是些电池。你喜欢电池吗？我可喜欢了，我有197个电池。

电池可是非常有用的。你家遥控器用的是什么电池呢？”没等艾丽西亚妈妈答话，杰克又接着说了下去，“我有一个很特别的俄罗斯电池，我爸爸是个工程师，在那里做输油管线。有一次他给我带回来了六节AAA电池，上面印着俄文，这是我最喜欢的。我每天上床前总会看看我的电池盒，把电池按字母顺序排列好，然后我一定要握着一节俄罗斯电池才能睡觉。我妈妈说我应该接着玩玩具熊睡而不是接着电池睡，但是我选择的是电池。你家有多少电池呢？”

艾丽西亚妈妈回答：“这个我就不大清楚了，应该会有一些吧……”，然后不知道下面该说些什么了。她知道自己的女儿是个温柔善良关心别人的女孩子，所以能理解为什么女儿会“接纳”这个古怪的小男孩做她的朋友。杰克继续一个人滔滔不绝地讲着他的宝贝电池，讲它们是怎么制造出来的，等电用完后又应该怎么去处理。艾丽西亚妈妈听着这十分钟滔滔不绝的话，感到有点筋疲力尽，她尽量克制地做了些想要转移话题或处境的暗示，但最后还是不得明白地讲了出来：“我得走了，去准备晚会吃的。”但是杰克继续说着，跟着她来到了厨房。妈妈注意到当他讲话的时候，他很少看着她，他用到的词汇也和一个平常的八岁孩子不大般配。听他讲话，更像是听成年人而不是个孩子在讲话。他讲得口若悬河，但是他好像并不关心别人有没有在听。

最后艾丽西亚妈妈不得不说：“杰克，你现在一定得去花园里和艾丽西亚打招呼了，你现在就得去。”她的语气不容置疑。杰克盯住她的脸几秒钟，好像在研究她的表情到底是什么意思，然后他就走了。她从厨房的窗口里看着男孩穿过花园走向艾丽西亚，当他经过四个小女生时，她看见有一个人故意下了个脚绊子，杰克没看见摔了跟头，众女生哈哈大笑，艾丽西亚赶紧过去扶他起来。

这是一个虚构的故事，描述了一个有阿斯伯格综合征孩子的典型遭遇。对社交关系缺乏理解，缺乏交流沟通能力，对某个方面的事物有异乎寻常的兴趣，这些都是典型的阿斯伯格综合征的症状，或许更简单地说，他们对我们这个世界的认识和想法和其他人都不太一样。

尽管直到最近几十年，阿斯伯格综合征才从临床上得到了确切的描述和