

高雄醫學大學精神科 顏正芳醫師 推薦

亞斯伯格症與霸凌問題

解決策略與方法

Asperger Syndrome and Bullying:
Strategies and Solutions

Nick Dubin 著
張正芬 校閱
王慧婷 譯



心理出版社

亞斯伯格症與霸凌問題

► 解決策略與方法

Asperger Syndrome and Bullying: Strategies and Solutions

霸凌問題在國內和全球日益受到重視，研究指出：

- 有自閉症傾向的孩子受到霸凌的機率是一般孩子的四倍。
- 一天中有16萬名孩子逃學，因為他們害怕會受到霸凌或騷擾。

作者尼克·杜賓（Nick Dubin）本身為亞斯伯格症患者，他將小時候恐懼創傷的經驗昇華為預防霸凌的力量。尼克在本書中現身說法，除了探討霸凌議題外，也介紹亞斯伯格症的特質及容易成為霸凌對象的原因。並提供受害者、旁觀者、老師、家長、學校諸多具體可行的步驟，以防範霸凌的產生和避免霸凌的重複出現。「賦權自己和他人，對抗霸凌！」盼望透過本書能喚起國內對特殊教育孩子身心健康的關注，共同為「霸凌」議題築起一道堅固的防線。

ISBN 978-986-191-347-6



00220

9 789861 913476

Nick Dubin ◆ 著

張正芬 ◆ 校閱

王慧婷 ◆ 譯

亞斯伯格症 與霸凌問題 解決策略與方法



亞斯伯格症與霸凌問題：解決策略與方法／

Nick Dubin 著；王慧婷譯．— 初版．— 臺北市：

心理，2010.04

面；公分．—（障礙教育系列；63096）

參考書目：面

譯自：Asperger syndrome and bullying: strategies and solutions

ISBN 978-986-191-347-6（平裝）

1. 亞斯伯格症 2. 校園暴力

415.988

99001983

障礙教育系列 63096

亞斯伯格症與霸凌問題：解決策略與方法

作 者：Nick Dubin

校 閱 者：張正芬

譯 者：王慧婷

執行編輯：林汝穎

總 編 輯：林敬堯

發 行 人：洪有義

出 版 者：心理出版社股份有限公司

地 址：台北市大安區和平東路一段 180 號 7 樓

電 話：(02) 23671490

傳 真：(02) 23671457

郵 撥 帳 號：19293172 心理出版社股份有限公司

網 址：<http://www.psy.com.tw>

電子信箱：psychoco@ms15.hinet.net

駐美代表：Lisa Wu (Tel: 973 546-5845)

排 版 者：葳豐企業有限公司

印 刷 者：正恒實業有限公司

初版一刷：2010 年 4 月

I S B N：978-986-191-347-6

定 價：新台幣 220 元

■ 有著作權・侵害必究 ■

【本書獲有原出版者全球繁體中文版出版發行獨家授權】

Asperger Syndrome and Bullying

Strategies and Solutions

Nick Dubin

Copyright©Nick Dubin 2007; Foreword copyright©Michael John Carley 2007

This translation of Asperger Syndrome and Bullying is published by arrangement with Jessica Kingsley Publishers Ltd.

Complex Chinese Edition Copyright©2010 by Psychological Publishing Co., Ltd.

獻給我的父母，
Larry 和 Kitty Dubin

作者簡介

尼克·杜賓（Nick Dubin）於 2004 年被診斷出有亞斯伯格症。他擁有奧克蘭大學（Oakland University）溝通學士學位、底特律大學（University of Detroit Mercy）學習障礙碩士學位和密西根專業心理學校專門學位，這也是他攻讀心理博士學位的學校。Nick 住在底特律近郊。他常常舉辦霸凌問題的研討會，並出版了兩片 DVD，分別是《給亞斯伯格症者：受到霸凌的解決策略與方法》（*Being Bullied: Strategies and Solutions for People with Asperger's Syndrome*）和《亞斯伯格症與職場攻略：成功工作的個人手冊》（*Asperger Syndrome and Employment: A Personal Guide to Succeeding at Work*），也是由 Jessica Kingsley 出版社出版。

校閱者簡介

張正芬

現任國立台灣師範大學特殊教育學系教授兼系主任，畢業於日本國立筑波大學教育研究所。專攻自閉症兒童教育，長期致力於推動國內自閉症兒童之教育與福利。

譯者簡介

王慧婷

學歷：美國華盛頓大學特殊教育學前組碩士、博士

國立台灣師範大學特殊教育學系學士

經歷：高雄市立大仁國中教師、美國華盛頓大學附屬實驗教育單位
教師

專長：自閉症、學前特殊教育、親職教育、輔助科技

現職：美國認證行為分析師（Board Certified Behavior Analyst）

致 謝

特別感謝下列人士與組織團體：我的良師 Janet Graetz 博士、學術上支持我的密西根專業心理學校（Michigan School of Professional Psychology）、心靈摯友 Julia Press、合作愉快的編輯 Steve Jones、推薦與信任此書的 Jessica Kingsley 和她的出版公司、為我寫序言的 Michael John Carley、全力支持和鼓勵我的葛雷中心（Gray Center）的 Laurel Hoekman 和 Christy Gast，引導我人生道路的 John Milanovich 博士，以及 Gail Hawkins 對我的作品的支持與鼓勵。另外，特別感謝我的同事兼好友 Katie Kramer 閱讀我的初稿並給予我意見，以及 Barbara Bloom 在編輯過程中的支持和協助。

序言

記得那些不如意的日子裡，我們會想像所有的壞人都不得善終嗎？想起他們自己做的事都會心感不安嗎？我記得。回想那時，我們總是很樂意幻想社會上的壞人會下地獄及不得好死。可能是我們僅有的防衛機制，受害者及他們的家庭總是相信霸凌的罪行會腐蝕霸凌者的心靈，而使得他們下半輩子不可能有福氣。

但是最近的研究告訴我們不一樣的故事：大多數的霸凌者長大後有好工作、有健康的家庭，以及有崇高的社會地位。

唉唷！怎麼會這樣？

給各位一道開胃菜，其實不只是霸凌者有責任。以前霸凌者猖狂的時候，社會環境從不負責或甚至不聞不問——沒人想到要從霸凌本身以外來看。然而，霸凌存在的環境中，環境在犯罪裡扮演十分重要的角色。也只有到現在，我們才些許察覺真的發生了什麼。老師們、鄰居們，甚至家長們變得也該受譴責了。由於我們整體的無知，上述這些人得以逃避執法機關的責罰，如此不情願卻不經意地讓霸凌始作俑者有機可乘。可能也因為他們本身的恐懼，這些共犯有如霸凌者，也一直希望合理化這些「不一樣」的孩子現有的行為，是因為受到任何有可能的方式強迫之下產生。所以，他們可能無意中透過不同程度的表態和意圖，強化了霸凌行為。

這些疏失讓受害者（尤其是有自閉症傾向的人）承受了莫大的代價，他們帶著創傷長大。我不是個醫生，但是我先前為一個軍人組織工作的經驗讓我馬上可以察覺創傷後壓力症候群（Post-Traumatic Stress Disorder, PTSD）。身為全世界最大的自閉症成人

組織葛拉司普（Global and Regional Asperger Syndrome Partnership, GRASP）的領導者，當我多次發現我們所支持的自閉症團體之成員都有些微程度的創傷後壓力症候群，我深感訝異。當他們細數過去被霸凌的經驗，那種恐懼仍舊歷歷在目，且感覺好像還存在他們生活之中。

這個創傷不會就此停止，這個創傷會與內化的罪惡感結合，而讓他們往後多年依然感覺痛楚。這些受害者聽完杜撰出來可笑的演講「霸凌別人是人生的一部分」（多數是以以前的霸凌者提出的謬論），他們對於自己無法讓痛苦的回憶消失很無奈。因此，他們不堪回首的經驗也顯得很沒效用。霸凌問題確實是社會達爾文主義書中被鄙視和最不被重視的章節。

如果昔日的受害者決定要跳脫過往不好的回憶，他們必須做的就是能夠放得下。那些回憶是我們無法改變的事實，且道歉很難追討。家庭的喜怒哀樂可以跟著我們一輩子，但是童年時候的好與壞和學校的生活是有終點的——我們不會離開家庭，但我們終究會離開學校。縱然如此，我們通常不會輕易把那些煩擾和困惑我們的事情畫上句點。

要能夠放得下，就是去想清楚那些事情為何以及如何發生。去了解什麼增強了霸凌的動機，負責督導的成人和不起作用的旁觀者的行為如何讓霸凌合理化。這個時候，Nick Dubin 的書就幫上大忙了。本書《亞斯伯格症與霸凌問題：解決策略與方法》不僅讓以前的受害者了解他們為何及如何受到霸凌，而且對於專業人員也深具啟示。Dubin 謹慎提供了（也給予評論）每一種可以運用在社區的解決策略和學校方案，以對付那些寬容霸凌的氛圍，讀者可以從中選擇。為了提出適當的方法，他幾乎參考了所有的研究，把結果整



合進他的寫作。他的書對於學術界研究霸凌環境、霸凌文化，和釐清我們曾經相信的迷思很有貢獻。

這本書還有另一個構成要素——一種很令人不忍的成分：Nick Dubin，一位默默無聞的自閉症患者，曾經是長期的霸凌受害者，道出了很詳盡的經歷。《亞斯伯格症與霸凌問題：解決策略與方法》提供了很棒的社會分析，且提供讀者另一層體悟——親眼看到一位作家在我們面前療傷。雖然我私下熟識 Nick Dubin，但直到讀了這本書我才明白他所遭遇的。還未而立之年的 Nick Dubin 是個很正向、外向、合群又有腦袋的年輕小伙子。他旋即被邀請成為葛拉司普（GRASP）的顧問，我才因此知道他走過的路是如此艱辛和讓人印象深刻。

霸凌不是成長中可令人接受的一部分。無可避免地，我們的世界總是有地位高低、階級制度或社會長幼尊卑制度，但是不一定要同樣地付出代價。我們這些被診斷出自閉症的人，可以在那樣的自然競爭或自我保護的天性中生存和茁壯。我們可以從認知方法中習得社會階層觀念。但是，當這些自然環境被扭曲或越過了適當的界線，就會讓霸凌問題介入。這樣的文化無益於任何涉入的人。

自閉症的世界曾經犯了很多嚴重的錯誤。承認過錯（雖然很難）是建設新穎又有效的點子必備的前提，比如承認過去受到霸凌的行為。這一系列的事件是自然的社會演化，而且充分反應在一個無私的年輕人身上；現在的他很專業地盡力確保其他人不會遭遇到跟他一樣的恐懼。

GRASP 執行長 Michael John Carley

於 GRASP，紐約布魯克林

推薦序

校園霸凌的問題在國內日益受到重視。霸凌是一種惡意的攻擊行為，無論是以肢體、語言或是人際關係等不同的面貌出現，它的目的都在於對他人造成傷害。涉入霸凌的施暴者和受害者之間常存在身材、智能，或是群體關係上的不均等現象，如此亦造成防制霸凌發生的困難。眾多橫斷面研究或追蹤研究皆顯示：霸凌施暴和受害都和兒童青少年心理健康狀態不佳有所關聯，同時兼具施暴和受害者角色者的心理健康問題尤其嚴重。由此可知，在兒童青少年階段的霸凌經驗並非長大就會自然修復的傷痛經驗，及早確認涉入霸凌行為的兒童青少年，並加以協助，具有緊急重要性。

在具有特殊醫療照顧需求的兒童族群，霸凌問題亦相當顯著。美國的國家孩童健康調查（National Survey of Children's Health）針對十萬兩千個家庭所做的調查發現：有特殊健康照顧需求的孩子具有較高的遭受霸凌經驗。其中，罹患自閉症的孩童尤其容易成為遭受霸凌的對象之一。在此背景下，Nick Dubin 從一位亞斯伯格症患者的角度所著的《亞斯伯格症與霸凌問題：解決策略與方法》，為我們提供防制霸凌發生的重要角度。本書中不僅解釋為何有自閉症傾向的孩子容易成為遭受霸凌的對象，並提供受害者、旁觀者、老師、家長、學校諸多實際可行的步驟，來防範霸凌的產生和避免霸凌的重複出現。閱讀本書，讀者能深刻體驗罹患亞斯伯格症的孩子遭受霸凌的苦楚，同時也會恍然大悟：「原來可以這樣來處理霸凌問題啊」，所以，這本書頗值得家長、教育工作者、心理衛生和醫療工作人員深入閱讀。



我在近年來數次參加美國兒童青少年精神醫學會所開設關於霸凌議題的工作坊，華盛頓兒童國家醫學中心的 Dr. Jorge Srabstein 將參加工作坊的成員國家國旗全展現在開場介紹的幻燈片上，提醒大家：校園霸凌事件是全球性的問題，值得各國的心理衛生和教育工作從業人員加以注意。這本書的出版，是國內對於校園霸凌議題的初始努力之一，希望它能開啟更多對於接受特殊教育兒童青少年身心健康的關注。

顏正芳

高雄醫學大學精神科醫師

校閱者序

尼克·杜賓（Nick Dubin）於二十七歲（2004年）就讀研究所階段被診斷出有亞斯伯格症。透過對亞斯伯格症的了解，他慢慢解開從小到大弱勢的他如何被鎖定成為霸凌對象的謎團，包括被鎖在廁所、上手銬、被嘲笑是雨人等特定事件，以及各式各樣被排擠、嘲弄等非特定事件。由於 Nick 不希望任何人重蹈他往昔遭受霸凌的經驗，他勇敢挺身而出，透過演講、寫書，不斷的呼籲，希望喚起大家的關注，共同預防、打擊校園霸凌。Nick 目前為全世界最大的亞斯伯格症成人組織 GRASP 的顧問，他以本身經驗現身說法，深入探討此一議題，相信能引起廣泛的迴響。

亞斯伯格症者因認知、生活自理、語言能力等多與同齡兒童相似或更優異，加之外表並無任何異常之處，不易讓周遭者接納他們為有特殊需求的一群。他們受本身社會性、語用及狹隘興趣、固執等核心障礙的影響，容易出現不合宜、突兀的行為舉止，如講話直接、錯誤解讀他人話語、難以理解非語言線索、溝通困難、好爭辯、堅持己見、挫折容忍力低，想像力缺乏、同理心弱，且常因無法預測改變後可能發生的事而顯得固執與僵硬等。由於這些特質，在與人相處時的確容易產生不良互動。此外，亞斯伯格症者的興趣通常都是難懂、艱澀且和同儕大異其趣的，導致和同儕間常出現雞同鴨講的現象。Nick 用了一個「文化文盲」的用語，頗能貼切反應亞斯伯格症者和其同儕相處時的處境。

Nick 在本書中除了探討霸凌議題外，也介紹亞斯伯格症的特質，及容易成為霸凌對象的原因。本書最值得推薦的是，Nick 提



供受害者、旁觀者、家長、教師、學校各種可防止及正面阻嚇霸凌發生的策略。這些具體方法包括「讓察覺霸凌成為 IEP 的一部分」、「尋找模範角色」、「防身術」、「環境再造」、「一個安全的避風港」、「同儕指導方案」、「尋找可能的保護者」、「建立團體信念」、「教師察覺、教師支持」、「避免替霸凌背書或成為共犯」、「優勢為基礎」、「霸凌信箱」、「衝突管理」、「成功的全校性介入」等，都相當具體可行，且可有效賦權相關人員，讓他們面臨霸凌問題時，更願意挺身而出並成為有能力可以因應此問題的人。

在 Nick 身上發生的霸凌事件，在台灣的学校中，類似的事件相信也常在校園中上演。多年來，以我在學校參與亞斯伯格學生個案輔導或與家長接觸的經驗中，我發現確實有各式各樣校園霸凌的情事在孩子的周邊發生，包括被排斥、忽視、嘲笑、欺負、惡作劇，甚至肢體攻擊等。我在各種場合，如學校會議、教師研習或家長研習活動上，也都呼籲大家要注意並防範霸凌事件的發生。除了加強宣導，讓社會大眾（包括學校師生）更正確的理解、接納亞斯伯格症孩子，並學習適當的互動方式外，學校、家長必須更加積極、主動地投入心力，共同努力確保學生能平安上學。特殊教育界多年來推動「正向行為支持」與「全校性介入」，期望的就是建構一個友善、安全的校園，讓每一個學生都能快樂自在地上學。Nick 的這本書，對盛行率日益增加的自閉症族群而言（由 2007 年的 150 人中有一位，到 2009 年的 91 名中就有一位），提升其學校生活品質、降低上學的焦慮源應有相當程度的助益。

本書譯者王慧婷小姐，由大學至完成博士學位均主修特殊教育，且在自閉症教學與研究領域深耕多年，並擁有美國應用行為分析治療師的執照。她翻譯的本書，不但平易近人且淺顯易讀，很適合推薦給亞斯伯格症青少年及其同儕閱讀，當然家長、教師、學校