

沉默的小孩-選擇性緘默症

國立雲林特殊教育學校 臨床心理師 陳泓諱

幾年前在做特教巡迴時，在某間學校遇到一位學生，校方說他平常在校一句話都不說，在校並無偏差行為，某天突然跟同學起衝突並誤傷同學，學校不知道他怎麼了，問都不講話，也曾轉介一些醫療機構但成效一直不明顯。

根據精神疾病診斷準則手冊（DSM-5）對於選擇性緘默症（selective mutism）的診斷標準如下：

- A. 持續地無法在預期要說話的特定社交場合（如學校）中說話，儘管在其他場合是可以說話的。
- B. 此困擾會妨礙學業或職業上的成就或其他社交上的溝通。
- C. 此困擾的期間持續至少一個月（不限入學的第一個月）。
- D. 不能說話的原因無法歸因於對社交場合所須使用的言語缺乏了解或感到不適
- E. 此困擾無法以溝通障礙症做更好的解釋，且不僅是只發生在自閉症類群障礙症、思覺失調症、或另一精神病症的病程中。

當天我花3小時時間，以一種關懷支持態度跟他談，我知道他有在聽，從眼神中看的出來，他以種孤單，焦慮、害怕的心情在我面前，眼神未直接注視，我並沒有要求他一定要回答問題，只是同理他的行為一定有什麼原因才去做的想法，而不以行為結果去評論他，在最後一個小時，他突然說話，說因為有位同學一直用言語霸凌他，嘲弄他，他一時氣不過才誤傷同學，我跟他討論該怎麼辦，他說他會道歉。他講話很簡短且很勉強，有種有氣無力的感覺，後來跟學校輔導室討論學生的事情，學校的反應是驚訝，學校說從小學起他就有就醫，在學校請輔導老師或心理師協助他，但從未聽他講過一句話，在校多半一個人獨處，學校也採取不干預或強迫方式。

選擇性緘默症小孩如同上述例子描述行為樣態，即便在需要開口說明的情境下也不一定會講，所以他會跟他家人說，或是他很信任的人說，原因就在他們會有些焦慮不安無法信任外人的感覺，導致他們容易在一些場所選擇以沉默的方式來適應環境，而他們大多有以下的行為。

- 1. 大部分在家都表現正常可以溝通，但在特殊場合一般多是學校，會不願意講話，且這樣不講話不是因為某些障礙問題，例如泛自閉症，或智能障礙。
- 2. 不講話部分原因是因為焦慮，在某些社交環境沉默會更明顯，因此有些較嚴

重的小孩，醫師會開抗焦慮或憂鬱藥物協助。

3. 選擇性緘默症是心理壓抑導致的問題，大部分是因為焦慮問題，依據研究家族史較多患有焦慮或憂鬱相關疾病或有選擇性緘默症（宋維村 1994）
4. 不是因為固執、任性或被寵壞，其實想表達，但焦慮與恐懼影響之下導致不願意講話，且越強迫講會導致問題更嚴重。
5. 在特定社交場合裡有人際關係上問題，可能造成課業退步或會有適應困難情況，使得問題加嚴重，一般成人比例會降低如果持續至青少年後期甚至成年，將可能影響心理狀況，出現憂鬱症、社交焦慮障礙、廣泛性焦慮症及廣場恐懼症等。呈現是害羞、情緒敏感、焦慮、依賴心理、強迫特質、逃避，有些會顯現很固執，不願改變或執著。