

亞斯伴侶不孤單-思伴團體介紹

自本院精神醫學部簡意玲醫師的成人自閉症類群門診開診以來，曾有多位母親因自己的孩子診斷為自閉症類群障礙症，驚訝地意識到丈夫也有和孩子相同的特質，進而要求先生前來接受診斷並尋求治療。多位妻子提及先生的亞斯伯格症特質如不善溝通、無法表達情感、極度固執等，導致夫妻關係嚴重失和。同時也因為情緒表達與調控問題，甚至爆發嚴重的親子衝突。種種問題涉及家庭關係中的諸多面向，已超過個別治療所能解決，他們需要的是更結構化的團體治療。因此自從 111 年 10 月起社工師與簡醫師一起開辦為期六週的「思伴團體」，分別擔任團體帶領者與偕同帶領者。思伴團體的名稱是「亞斯伴侶團體」的簡稱，「斯」取諧音的「思」，既幫亞斯伯格症包裝，不凸顯他們的特殊性，又帶出每對伴侶在關係中都希望有人相互作伴、心與心可以相互靠近的「思伴」意涵。此團體也希望提供一個支持性環境，讓身陷婚姻苦楚的人，看看別人、說說自己，也能達到相互扶持前進的陪伴功能，故取其名。

思伴團體的活動設計是參考 PEERS 課程（註：人際關係技巧教學與增強課程），團體活動一開始就以「幸福婚姻五花瓣」的溝通技巧說明關係品質維持的要件，搭配六次課程內容設計，讓參與者們

知道在團體中將學到什麼。課程內容盡量將關係維繫的要件，變成可依循的規則與步驟，讓有亞斯伯格症特質者利於操作學習，在團體課程介紹後搭配演練，讓每對伴侶可以實際操作，然後輔以回家作業，鼓勵伴侶回家繼續練習運用。回家作業以愛情存摺包裝，引導成員了解所作所為的目的，以及經營關係的好處在哪裡，來強化他們為愛情存款的動機。在下一次團體活動開始時，會先安排夫妻分開分享，以了解執行的困難。

思伴團體在兩位帶領者的設計下，嘗試以教育性團體為架構，既讓各對伴侶一起參與教育性課程，又能在團體的經驗分享中達到支持性的效果。期待未來繼續辦理思伴團體並且建立本土化亞斯伴侶團體治療模式，嘉惠更多有需要的亞斯伴侶家庭。



田禮瑋社工師運用團體開始前製作好的影片，帶領伴侶們觀看後，

討論意見不同時應該怎麼應對的步驟

社會工作室社工師 田禮瑋

NTUHF