

泛自閉症光譜疾患者親密關係經驗 之探究

李思穎

臺北市立大學
特殊教育學系研究生

吳淑敏*

臺北市立大學
特殊教育學系助理教授

摘要

為探究進入職場後才確診為泛自閉症光譜疾患者(ASD)之親密關係的看法與歷程，本研究透過質性研究中的詮釋學觀點，以半結構式訪談，與兩位出社會後進入職場才確診為 ASD 之男性研究參與者進行對話，透過互為主體性的理解，詮釋其親密關係經驗。資料分析透過質性之持續比較法，將文本單位化為意義單位，並形成子詮釋及整體詮釋架構。研究結果發現，兩位研究參與者皆有找到生命伴侶的渴望，惟親密關係發展歷程互異，其中一位成長過程較為獨來獨往，因工作容易分心而求診精神科，展開自我了解與接納歷程，在追求喜歡的人過程中經常搞砸，目前未有交往經驗，造成對親密關係的渴望但不敢冀望，認為 ASD 顯現的症狀如同一道跨不過去的高牆；另一位成長過程多數時候自己一個人，有三段交往經驗，與目前伴侶相處時，解讀不出人際訊息，在伴侶建議下求診精神科，確診後覺得伴侶能較為理解他，有自身獨特的親密關係界定及經驗，最終在馬拉松之路上找到終生伴侶並與她結婚生子。兩人在生命中與 ASD 特質共處，在親密關係上較晚成熟，透過理解及行動，更加了解自己。

關鍵詞：亞斯伯格症、泛自閉症光譜疾患、親密關係、詮釋學

* 通訊作者：吳淑敏 shumin@go.utaipei.edu.tw

壹、緒論

一、研究背景與動機

我在生活中遇見三位亞斯伯格症成人在親密關係中受挫，難以發展出親密關係，或者在維持親密關係上有阻礙，而恰巧他們皆為成年後尋求精神科協助者，我好奇在他們的親密關係中發生了什麼變化，是否有別於非自閉症之一般成人，而有不一樣的親密關係經驗？針對亞斯伯格症在親密關係互動上是如何發展、如何維持，以及在關係中遇到哪些困難、如何突破之過程，目前國內相關研究仍少，引發我的注意。

針對亞斯伯格症的稱呼，1944年 Hans Asperger 使用「亞斯伯格症 (Asperger's Syndrome, AS)」描述一群說話內容拘泥於準則而不知變通、缺乏雙向互動、具優異抽象邏輯思考、有限的興趣、重複而刻板的行為及忽略環境脈絡的人身上 (Neihart, 2000)。1992年世界衛生組織 (WHO) 發表的國際疾病與相關健康問題統計分類第十版 (International Statistical Classification of Diseases and Related Health Problems -10, ICD-10) 和 1994年美國精神醫學學會 (American Psychiatric Association, APA) 的精神疾病診斷與統計手冊第四版 (The Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders-IV, DSM-IV)，正式定義自閉症與亞斯伯格症均屬於廣泛性發展障礙 (Pervasive Developmental Disabilities)。

DSM 於 2013 年更新為第五版 (簡稱

DSM-5)，將亞斯伯格症放入泛自閉症光譜疾患 (Autism spectrum disorder, ASD)，將同樣具有溝通、社會互動、行為及興趣三個核心有障礙但出現時間不一、症狀輕重不同、預後結果有差異，但本質上沒有不同的族群，統稱為 ASD。2019 年核准的 ICD-11 亦將亞斯伯格症納入神經發展性疾患下面的「6A02 Autism spectrum disorder」，雖然目前臺灣健保的診斷碼仍以 ICD-10 來統計，仍有亞斯伯格症的名稱，但多數醫師開立診斷時皆以 ASD 來稱呼，本研究以泛自閉症光譜疾患統稱，以下簡稱 ASD。

由 DSM-5 針對 ASD 診斷準則可以知道，ASD 個案在多重情境中有持續性的社交溝通及社交互動的缺損，具侷限、重複的行為、興趣或活動模式，且症狀必須在早期發展階段出現，並非在成長過程中突然出現。而隨著社會觀念與風氣的發展，症狀須引起臨床上社交、職業或其他重要領域方面顯著功能減損，對生活適應造成影響，並且這些困擾無法以智能不足或整體發展遲緩做更好的解釋。

因此，有鑑於我在遇見三位 ASD 成人在親密關係之發展或 (與) 維持上遇到困境，本研究期望透過成年後才確診 ASD 之成人的親密關係經驗，對他們在發展與維持親密關係中能有更好的理解，透過質性研究之半結構式訪談，以一位他者之角色，與進入職場後才被診斷為 ASD 之成人進行對話，瞭解他們在親密關係的發展與維持、遇到困難與如何突破之經驗。此外，考量成長背景與親密關係之發展與經營之

間會相互影響，本研究亦蒐集研究參與者的成長歷程、求診契機及 ASD 症狀對生活的影響。

二、名詞釋義

(一) 泛自閉症光譜疾患

ASD 指經醫師診斷為 DSM-5 或 ICD-11 所指泛自閉症光譜疾患，具有持續且跨情境的社會溝通及社會互動上的缺損，以及侷限、重複的行為、興趣及活動，症狀在早期發展階段出現，並且導致在社會、職業、或其他日常重要領域功能有臨床上顯著的困難。

本研究之 ASD 指在成年進入職場後，因生活適應發生困難而求診精神科，爾後確診為 ASD 之成人，在智能上無缺損，並且在功能性語言上輕微損傷或無損傷，能具備較完整述說自我經驗者。

(二) 親密關係經驗

親密關係 (intimate relationship) 包含身體和 (或) 情感親密的人際關係，包含愛情關係、婚姻關係及性關係等。本研究之親密關係經驗指 ASD 成人在異性戀愛中的伴侶關係經驗，或雖未發展出伴侶關係，但有追求喜歡之人之經驗。

貳、文獻探討

一、ASD 人際互動表現

人際互動表現與執行功能有關，執行功能 (executive function, EF) 是深思熟慮、由上而下的神經認知歷程，位於大腦前額葉，涉及對思考、行動、情緒的知覺與目標導向控制，包含認知彈性、抑制控

制及工作記憶，目前研究將執行功能分為兩部分，熱執行功能與冷執行功能。Zelazo 和 Carlson (2012) 指出冷執行功能在不涉及情緒的情況下運作佳，熱執行功能在更具情緒及動機相關性的情況下，能運作較好，在沒有動機和情感之下則少有運作，並且兒童生長的环境／情境 (contexts) 會影響大腦執行功能的可塑性。

ASD 的核心症狀之一為社交互動缺損 (social interaction defect)，賴思慎 (2016) 的研究指出，當 ASD 有較佳的執行功能時，會有較好的互惠行為 (reciprocity)；有較佳的心智理論 (theory of mind) 與執行功能 (executive function) 可能有較佳社會互動表現。由於 ASD 執行功能異常，在人際互動表現上出現困難。而透過同理化思考，能促進社會適應，劉萌容 (2008) 指出不管是 AS 的男生或女生，在思考風格上皆偏向系統化思考，同理化思考風格的成分較少，極端化的系統化思考也為 AS 帶來社會適應困難。

由於 ASD 難以理解抽象概念，對於感情的理解與表達亦受限制。江孟恩 (2018) 指出自閉症者難以理解抽象的愛，但願意以行動表示對對方的愛，並且直接地確認心意。男性的自閉症者難以掌握與異性互動的界線，因此在戀愛關係上產生挑戰。

種種人際互動上的困難，使得 ASD 在社會適應上面臨許多挑戰，Sperry 和 Mesibov (2005) 以 18 名 22 到 49 歲之間的 ASD 成人為對象，透過焦點團體訪談，瞭解 ASD 主要面臨到的社會挑戰，其中，研究參與者具備足夠的團體參與技巧及口

語能力，並且皆在業中。該研究發現由研究參與者提出的問題，可以歸結出四個主題，包含：在工作上的人際關係、發展及維持個人關係、與異性相處的適當行為、自我對於 ASD 的看法。因此 ASD 的親密關係經驗為重要議題。

二、ASD 親密關係中的阻礙

即便 ASD 在社會情緒互動上有困難，但多數 ASD 仍然渴望親密的伴侶關係。俞和萱（2014）指出國外的研究中發現 AS 具親密關係、愛與隸屬需求，且不乏有成功交往或步入婚姻的例子，但確實也為數不多。在 AS 有喜歡的人並展開追求過程中，無法解讀出他人暗示性語言，行為也顯得唐突與不自然，容易嚇到對方。莊清如（2015）指出 AS 大學生對於伴侶關係會渴望，但卻不知道如何與喜歡的對象進一步互動，以建立親密關係，大學後仍缺乏伴侶經驗。面對適婚年齡而無伴侶或交往經驗的 AS 成人亦會試圖發展親密關係（林利群，2015）。

在 Sperry 和 Mesibov（2005）的研究裡，指出 ASD 與異性相處問題包含：如何與對方在多年沒有見面而想在見一面時聯繫對方？當我們已有伴侶時，如何邀約一個單身的人見面？當與異性初次見面時，什麼話題適合拿來開啟對話？在第一次約會時可以如何做？在非 ASD 之一般成人身上亦會面臨相似問題，然而這些問題困擾著 ASD 成人。

為瞭解 ASD 的愛情經驗，Sala 等人（2020）透過線上調查之方法，針對 ASD 與非 ASD 之成人的愛情經驗進行比較，結

果指出 ASD 較無交往經驗，ASD 與非 ASD 者在親密關係（romantic and sexual intimacy）上有相似的概念，然而面臨到不同的挑戰，促成親密關係的因素包含溝通、分享及相似性、對自己與他人的尊重和保護、讓關係能夠走下去；阻礙親密關係開啟的因素包含內在衝突及外在衝突。針對 ASD，在阻礙親密關係的因素中，內在衝突包含孤立與疏離，以及負向自我概念及內在汙名化（internalised stigma），部分 ASD 對揭露自身診斷有所顧慮；在外在衝突上，特別強調在關係與溝通的不確定性，其不確定性具異質性。

針對青少年時期 ASD 的親密關係經驗，田統成和于曉平（2021）以擁有一段以上追愛歷程的 ASD 青少年為對象，探究兩位不同性取向 ASD 青少年的追愛歷程，研究指出 ASD 症狀曾是困擾，常有不適切的追愛行為，包含一味付出，造成他方壓力而不自知；經常判斷失準，易放大或誤會兩人的曖昧舉止；追求方法偏簡單直接，不詢問假設性問題來探測對方。他們因難以掌握追愛時的人際應對或情感需求，長期下來面對愛情是沒有自信的。針對國內出社會後 ASD 面臨的追愛經驗及伴侶經驗，則較少有研究。

綜合上述研究可知，ASD 渴望親密關係，在親密關係上與一般人有相似概念，然面臨不同挑戰，受到本身特質影響，在開啟與發展親密關係上遇到阻礙，或有不適切的行為表現，也使得交往經驗較少或者常感挫折，造成自己在親密關係的開啟及經營上較無自信。

三、在親密關係經驗中的調適

在親密關係中互惠性的溝通是維持親密關係的重要因素，然而 ASD 缺乏互惠性溝通能力或者其溝通能力受限，使得他們在發展與維持親密關係上受到阻礙。Wilson 等人（2017）透過一對一的深度訪談，瞭解九對具有穩定婚姻關係的 AS 成人及其非自閉症之一般成人伴侶的互動模式，指出由於正常成人伴侶無法在 AS 身上獲得情感需求，以及 AS 對提示的依賴性（prompt dependency），導致 AS 及其正常伴侶經歷迂迴的溝通方式（communication roundabout）的過程，由關係互惠、AS 無回應、正常伴侶給予提示、AS 在回應提示時出現阻礙、正常伴侶擔負起給予提示的責任，到雙方未獲得需求滿足而造成的負擔等六個階段，形成一個循環。

針對 ASD 在親密關係中的調適方法或歷程，田統成和于曉平（2021）指出 ASD 青少年在愛情關係裡社會化，習得相關的人際互動技巧，也對人與人間情感連結有更進一步的理解。受到 ASD 特質影響，會有出乎意料的表現，有其獨特理性思維，傾向以行動（做事、陪伴）或物質（禮物、生活所需）來讓對方知道心意。

在已結婚並育有小孩的 ASD 成人中，鄭津妃（2017）透過兩位擁有工作、已組成家庭且育有輕症自閉症青少年的 ASD 父親為研究對象，瞭解 ASD 父親的成長境遇與自我調適。研究指出兩人皆置身於社交人際的困頓裡，在成人後透過認知調適來改善社會互動技巧，在學習上，

增進理解策略的應用，人際上包含強迫自己注視他人臉色與眼神、話不多說也不直說，並且持續的自我認識，由從事件後果轉念，以及在符合個人優勢與特質的環境中生活。

江孟恩（2018）指出 ASD 透過同儕、自我學習以及另一半的提醒與引導，能在感情上取得平衡，而 ASD 在與伴侶相處上能有成功而長期的親密關係，關鍵在於溝通與包容，ASD 個人必須要學習傾聽另一半的聲音，適時調整自己的行為，伴侶也扮演重要的角色，適時的引導與調整自我心境。顯見 ASD 在伴侶關係的經營中，雙方皆需付出努力與調整，較有機會產生互惠性的伴侶關係。徐開慧等人（2014）在臨床心理輔導領域，以 AS 成人為對象，指出由於個案具備相當自學能力，因此在輔導上傾向以高層次人際互動技巧為主，如談話技巧、社交知覺技巧、特殊情境處理技巧、真實人際情境演練等，個案經輔導後能表達人際互動中所經歷的正向情感。

綜合上述研究，ASD 的親密關係中經常缺乏穩定的互惠性關係，使得他們的親密關係經歷考驗，ASD 需要在伴侶的提示下，較能表現出互惠關係，且 ASD 多以行動優先於言說來表示愛意，透過同儕或伴侶提醒與引導，或者自我學習的方式，亦或是專業的臨床心理輔導，在關係中進行調適，透過溝通與包容，能夠發展出較為穩定的親密關係。

參、研究方法

本研究擬用半結構式訪談，了解進入職場後確診 ASD 成人在親密關係之經驗及看法，以下針對研究設計、研究參與者、研究工具、資料處理及研究信實度進行說明。

一、研究設計

本研究透過質性研究之半結構式訪談，了解 ASD 成人在親密關係之發展與（或）經營經驗。透過詮釋學中以「理解」為主要目的，對研究參與者在親密關係上的觀點、看法及困難、突破有更深入的理解，對其生命經驗感同身受。與研究參與者對話的過程中，盡量排除我的先前理解（先見）與經驗，以免影響詮釋經驗的真實性，並且審酌時空背景脈絡，包含當今世代對於 ASD 的了解與社會接納程度，在相同的地位上對話，產生互為主體性的理解。

二、研究參與者

本研究之研究參與者為進入職場後求診精神科，而後確診為 ASD 之成人，其中在智能上無缺損且在功能性語言上輕微損傷或無損傷者，能具備較完整述說自我經驗的能力。我透過身邊周遭親友，以立意取樣找到初雨、綺陽（化名），皆為男性，學歷為碩士畢業，初雨 31 歲，於工作第三年接受診斷，距離訪談時間約一年半，目前為機構計畫專任研究員，尚無發展親密關係經驗，但有追求過異性的過程；綺陽為 30 歲，於工作第四年接受診斷，距離訪談時間約半年，目前為 IC 設計驗證工程師，有三段的交往經驗，已步入婚姻。

為使研究參與者了解本研究目的及結果的採用，並保障研究參與者的隱私權、其他私人權益以及他們對經驗詮釋的真實性，在資料蒐集前取得研究參與者同意。針對研究結果呈現之說明，告知研究參與者會引用部分訪談內容，針對有助於研究結果的部分資料（年齡、職業）會被揭露，但其他足以辨識個人身分之資料（姓名、過去就讀學校等）會被隱匿或變造，並且告知訪談過程會進行錄音，以便將訪談過程轉譯為逐字稿，僅提供研究資料分析使用，在訪談過程中，研究參與者有權利決定回答的深度，亦有權利終止訪談，最後研究結果會經過研究參與者同意方進行發表。

三、研究工具

研究工具包含研究者、訪談大綱、錄音設備。研究者本身具心理背景，有與自閉症伴侶相處經驗，平日即有寫日記內省的習慣，就讀特殊教育研究所期間亦曾修習質性研究法，以上經驗使我在質性研究中作為一個適當的詮釋者。本研究擬半結構式訪談大綱，內容如下：

表 1

半結構訪談大綱

請你述說你的成長歷程
是什麼契機讓你成年後才想要求診
確診後對你有什麼影響及生活上的改變
你對於親密關係的看法是什麼

- 如何定義親密關係
- 說說你的親密關係經驗

說說你在親密關係中的經驗或者形成親密關係的過程
在過程中是否有遇到困難？如何突破？

四、資料處理

本研究先將錄音檔謄寫為逐字稿，再轉化為文本進行資料分析。在資料分析上，使用質性研究中的持續比較法，透過單位化話題為意義單位，續以統整意義單位形成子詮釋，過程中考量反面與變異案例，最終連結子詮釋以建構詮釋組型，見於圖 1 所示，以上述步驟作為研究結果與討論之基礎。由於研究參與者的親密關係經驗有其獨特的發展歷程，因此先個別呈現兩位 ASD 成人在親密關係上的內涵，再將研究參與者經驗中同質與獨特之處開放出來，以互為主體性的理解，詮釋 ASD 成人親密關係經驗的內涵。

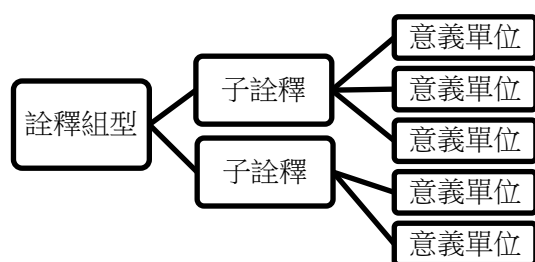


圖 1 詮釋學之持續比較法

在資料編碼上，第一碼為研究參與者代號，本研究共有兩名研究參與者，初雨為 A、綺陽為 B；第二碼為資料蒐集方式，分別以 I（正式訪談）、M（LINE 或 Messenger 通訊訊息）、A（追問）示之；第三碼為日期，以西元年月日表示，第四碼則為資料中第幾個意義單位，以阿拉伯數字表示。例如：A-I-20210501-1，表示研究參與者初雨在 2021 年 5 月 1 日的正式訪談中第一個意義單位。

五、研究信實度

本研究透過反覆閱讀文本、前後檢核對話的一致性、進一步進行探問或追問等方法，除了面對面的訪談外，針對 LINE 及 Messenger 訊息有關親密關係經驗之討論進行資料蒐集，以達到資料的飽和。透過與研究參與者互為主體性的對話，使蒐集到的資料根基於事實之上。完成我的詮釋後，將研究結果與結論經過研究參與者同意方進行發表，以維護研究參與者對經驗的真實性，並確保研究的信實度。

肆、研究結果與討論

本研究先針對初雨和綺陽的個人親密關係經驗進行詮釋，在反覆閱讀文本中，讓兩人的親密關係經驗共同之處呈顯出來。

一、初雨

透過反覆閱讀文本，針對初雨的親密關係經驗，我的詮釋注解包含：成長過程較為獨來獨往、因工作容易分心而求診精神科、自我了解與接納、在追求喜歡的人過程中經常搞砸、對親密關係渴望卻不敢冀望、自閉症症狀如同一道跨不過去的高牆。

● 成長過程較為獨來獨往

初雨表示，國中小還有融入一些小團體，但高中以後比較獨來獨往，也認為自己個性較為孤僻，不喜歡社交場合的氛圍。在興趣方面是閱讀、做菜以及研究投資理財（A-I-20210501-2），皆可以獨自進行，與其獨來獨往的個性相符。

我大概就是恩……比較常是自己一個人吧！，就是國小的時候可能還好，國小國中會跟一些比較小的團體接觸，沒有說跟大家都很好，高中大學研究所就比較獨來獨往。

可能自己個性比較孤僻，當時也沒有很喜歡一些……就是……〔社交場合的氛圍〕對，還有話題、類型。
(A-I-20210501-1)

● 因工作容易分心而求診精神科

初雨目前擔任計畫專任研究員，工作內容與人相關，且需要定期與團隊開會，特別在開會過程中容易分心或遺忘會議內容，導致在工作上需要花更多心力去克服，起初認為自己是注意力不足，因而求診精神科。

就診的契機主要就是跟我工作的狀態有關，因為我開會的時候容易疲勞，或者容易分神，或者是容易遺忘，導致在我工作中會有一些比較辛苦的地方，我甚至為了避免出錯，我會覺得對我來說其實是蠻困擾的，所以就求診。醫生就安排我做心理衡鑑，但我其實原先並沒有意識或是知道我會被測泛自閉症，我是測完了之後，心理師有回饋，我應該是屬於亞斯伯格症這樣子。(A-I-20210501-3)

● 自我了解與接納

在確診為 ASD 後，初雨能對自己的行

為有更多的理解，他也表示會透過閱讀 AS 相關的書籍和影片，來理解自己。在確診後，他對自我狀態有合理、可以信服自己解釋，藉以緩解焦慮情緒。

我覺得影響比較像是正面的吧，對於某一些行為或者自己的狀態，我覺得都好像有個合理的解釋，可以幫助我緩解一些焦慮。當有一個合理的解釋之後，我覺得好像就也不用太過苛責。(A-I-20210501-4)

但他也透露由於自身換位思考能力弱，情境及情緒判讀困難，也使得在以往工作步調較快的環境中，在工作上容易感到挫折。初雨認為最終自己還是要設法融入社會，「最終就是你還是要想辦法去突破，你還是要想辦法去融入。」(A-I-20210501-5)，在工作上因為不了解人際互動訊息，與他人理解有落差，且似乎學不好，因此常感挫折。而我也在訪談中體會到，人際互動雖有跡可循，但我也在日常生活中與 ASD 朋友解釋人際互動訊息時，發現習以為常的人際互動，雖有規則，但更多的是原則與彈性，而無硬性的規則依循，也許正是 ASD 很難學習的可能原因。

Autism-spectrum Quotient (AQ) 是由 Baron-Cohen 及其同事 (2001) 於英國劍橋大學的自閉症中心，針對智力正常成人，協助診斷 AS 或高功能自閉症的量表，該量表原切截分數為 32，劉萌容 (2008) 以國內樣本研究建議將切截分數

更改為 30。初雨在與我訪談前，認為自己並非 AS，對自己獲得 AS 診斷感到意外，每隔一段時間他會以該量表自我檢視，以往的分數落在 30 上下(求診時心理衡鑑為 31)，經過與我正式訪談後似乎更了解自己，再次填寫後分數 38，初雨不禁好奇量表的信效度，並且提到「我發現我的亞斯特質能夠對我的一些情況提供很好的解釋時，反而感覺自己的亞斯特質增強了。」

(A-M-20210511)。初雨亦表示，他的表哥也是 AS，透過旅行中自我探索後，分數由 34 到 36 間，上升到 41 到 43 之間。

● 在追求喜歡的人過程中經常搞砸

初雨認為親密關係中需要相互信任，有共同興趣及肢體上的接觸，且認為關係是一輩子的事，要能夠長久走下去 (A-I-20210501-8、-9)。在關係上，他表示對自己有自我懷疑、沒有信心，而且容易將關係搞砸。我進一步探問初雨對於搞砸的意思，初雨表示是覺得自己做不好，並且事情無法再彌補 (A-A-20220622)。也因為覺得自己做不好並且無法再彌補這一段關係，會沉浸在搞砸的關係中一段蠻長的時間。

我是覺得，是不是我的心有一些自我懷疑的成分在，或者是我本身對自己的肯定度不是很高，沒那麼有自信，我會覺得這樣的人〔其他人〕心理素質是比較強的，我會比較弱。對我來說，一段關係如果沒有成功或是我中途把它搞砸，我會沉浸在其中非常的

久，好幾個月或一年都有。(A-I-20210501-10)

初雨分享令他印象深刻的一次追求，是由同事牽線，他們之間互動漸趨熱烈，會下班後一起吃飯，但兩人聊不太起來，興趣相差蠻多的。初雨表達自己「自爆」將事情搞砸，在一次相處中，初雨自覺對方對自己有較多的肢體接觸，當晚回家以訊息詢問對方下次能不能牽手，「對，我直接在 line 上面問她『下次我能不能牽你的手啊』。」(A-I-20210501-14)。初雨並不清楚這樣的行為可能會嚇到對方，事後同事也表達此「自爆」行為等同告白，初雨才知如此，此與俞和萱(2014)、田統成和于曉平(2021)的研究結果呼應，因 ASD 解讀人際互動訊息的困難，使得行為顯得唐突或不自然，出現不適切的追愛行為，容易嚇到對方。後來他約對方的難度變高，對方回訊息的速度也變慢及簡單，對方表示適合當朋友，但初雨也難以分辨對方是否為禮貌性回應 (A-I-20210501-18)。他說還放不下這段感情 (A-I-20210501-26、-30、-41、-45)。他也表示在追求過程中，反覆出現放棄、再追求的循環，這樣的行為可能來自於內心自我懷疑，反覆思考愛的本質，及莫名的執著 (A-I-20210501-29)，他認為反覆追求與放棄的過程蠻傷人的 (A-I-20210501-27)。出與表示放不下的關鍵原因在於對方也對他有好感 (A-I-20210501-30)，這是他從來沒有過的經驗，其他喜歡過的女生都處於對方對他沒興趣的狀況，使得追

求過程中充滿挫折，也因此當初雨在這段追求關係中「搞砸」時，他內心既矛盾也困惑。後續初雨表示「想追但又放棄的反覆循環，應該是不夠喜歡」(A-M-20210710-1、-6)。

我發現在初雨述說追求喜歡女生經驗的過程中，感受到他不太能理解人際互動的訊息，或是解讀上和一般人不一樣，思考路徑也較為直線思考，較少想到其他可能性。在初雨述說這段感情時，發現他會有僵手的行為，肢體表現也相對不流暢，因此有再次表達若述說時覺得心裡不舒服可以中斷內容，初雨表示他可以說，但給他一點時間整理思緒與對話。我感受到他的努力以及試著想表達清楚，看見他在親密關係中的自我省思並且願意述說出來，真的很勇敢。在初雨反覆追求與放棄的過程，也顯露出 ASD 固著想法，一定要如何才叫做愛，使得他出現追求或放棄的行為。

● 對親密關係渴望卻不敢冀望

ASD 普遍會認為自己在親密關係上很難有進展或有好的結果，初雨也會這樣認為(A-M-20210511)，在與初雨對話時，感受得出來他亦渴望與他人建立親密關係，但也怕自己會搞砸，讓為自己目前還是不要花時間在情感上面，以影響生活，將想法轉化為「期望奇蹟發生」，表達可遇而不可求的處境。

我慢慢覺得，我能夠好好活到現在並且往後能順利生活下去就已經難能可貴，怎能奢望更多，例如親密關係呢，就算別人幫我成功製造了機會，最後

我只會搞砸，自己倒楣外，也會傷害別人〔先不要這樣想，或許不強求，那你也能順順的走，生命如何安排很難說～〕但願如此，也只能冀望奇蹟。但先安頓好自己，感情的部分把它縮到很小，我覺得至少一兩年內是正解。(A-M-20210511)

初雨表示在人生中，不同階段有它的關卡及任務，以他目前的年紀來說，應該在職涯上多花時間與心力，情感的部分慢慢縮小，情感已不是目前優先順位，他認為自己比較適合一個人生活(A-I-20210501-44、A-M-20210710-7)，雖然理智上那麼想，但實際上對於情感還是有期待(A-I-20210501-46)，與 Sala 等人(2020)的結果呼應，阻礙 ASD 發展親密關係的因素包含自我的孤立與疏離。

● 自閉症症狀如同一道跨不過去的高牆

在訪談過程中，初雨一直認為是自己不夠努力(A-I-20210501-6、-38)，也因為在工作和感情上產生許多挫折經驗，對自己較沒有自信，此與田統成和于曉平(2021)、Sala 等人(2020)的結果呼應，負向的自我概念阻礙親密關係的追求與發展，長期下來的挫敗感使得 ASD 在愛情面前沒有自信。

初雨描述在工作上，同事可能在幾次的相處之後，就可以慢慢的了解對方的個性，甚至可以預測對方對這件事的看法跟反應，在對方情緒爆發之前就可以做一些處理，然而初雨好像一直做不到或無法在

當下做到 (A-I-20210501-34、-35、-37)，因此在工作上，他時常和同事做「對答案」這件事 (A-I-20210501-31)，他也表示「我不知道他們怎麼想，每個人的想法又都不一樣，我也不可能一一去問。」顯示出面對人際互動訊息不得其門而入、充滿無奈挫折的心境，「其實我去做功課〔做對自我了解有幫助的事〕好像也沒甚麼用，覺得你只是知道那些限制，但是就是一道跨不過去的高牆。(A-I-20210501-39)」。

每個人核心人格特質都是難以撼動的，在認識自我的過程中，我們能接納自己的特別。初雨會期待能夠表現出與大部分人相同的特質，他認為是因為對自己不夠了解，使得 ASD 特質如同一道高牆需要跨越它。

還是說其實我不夠努力？你覺得呢？
〔我覺得不是努力不努力的問題〕因為我還是會覺得很挫折，我會跟同事對答案，為什麼同事這樣想，我如果去問第三個人，第三個人跟我講說他當下為甚麼會這樣子反應，和我想的還是差很多，我覺得次數多了，其實我還是會覺得很挫折。(A-I-20210501-6)

二、綺陽

透過反覆閱讀文本，針對綺陽的親密關係經驗，我的詮釋注解包含：多數時候自己一個人、經伴侶建議後求診精神科、確診後覺得伴侶能更理解他、獨特的親密關係界定與經驗、找到適合的伴侶就要結

婚生小孩、在馬拉松之路上找到終生伴侶。

● 多數時候自己一個人

綺陽表示平時多自己一個人從事運動 (B-I-20210514-2) 或寫投資理財的程式。求學期間他不喜歡和同學玩，國小喜歡自己玩四驅車喜歡玩電動 (B-I-20210514-1)。綺陽表示，小時候有發展遲緩的狀況，成長過程印象深刻的是爸爸帶他做早療，綺陽稱為「注意力不足的改良運動」，以及後續爸爸帶他去游泳以改善協調性不佳的狀況。他表示因為動作反應比較慢，團體遊戲中容易被欺負 (B-I-20210514-2)，而不喜歡團體活動，喜歡從事一個人的活動。

在學校同學會說他很白目，但自己也搞不懂，認為這不干他的事，索性不理會他人，自己一個人也很好 (B-I-20210514-6)，他在家也時常被家人說白目。而綺陽認為不需要和人有太多的親近「不用啦！不用太多的親近。」(B-I-20210514-7)。

● 經伴侶建議後求診精神科

綺陽與即將步入婚姻的伴侶相處時，發生困擾，而伴侶接觸相關 AS 或 ASD 的資訊，發現綺陽有許多 ASD 特質，因此建議綺陽求診精神科。綺陽表示「我不了解她話的意思，可是我確實就是聽不懂，因為她沒跟我講明白，我怎麼知道在說什麼。」(B-I-20210514-5)，因為不了解伴侶話中的意思，彼此不在同一頻率上溝通而產生許多摩擦與誤解，至於發生什麼樣的摩擦或誤解，綺陽說不上來，透過訊息表示「不勝枚舉」(B-M-20220622)。

因為我老婆覺得我有亞斯伯格的症狀。(B-I-20210514-5)

● 確診後覺得伴侶能更理解他

綺陽與伴侶相處時，讓他最為困擾的是常常不知道對方為何生氣。在確診之前，綺陽表示與伴侶相處上已有許多調整，他初期主要的應對方法是上網查資料，但也常不得其門而入，後來透過直接提問，與伴侶相處上較無阻礙與摩擦，此與江孟恩（2018）的結果呼應，透過自我學習、另一半的提醒與引導，能在感情上取得平衡。

我常常都不知道她為什麼會生氣，這是我最大的困擾之一〔那現在還困擾嗎？〕現在不會啊！因為她都會跟我講她為什麼會生氣，以前都不會講〔人都要學習著慢慢會表達〕以前都不講，所以害我研究了半天〔每次猜都猜錯？〕對啊！我還去 google 耶〔google 哪會知道你女朋友在想什麼〕對啊！所以你才知道這很困難，後來我都有問她。(B-I-20210514-23、-24、-25)

確診後，綺陽認為伴侶較能理解他，「可能我老婆會比較理解我，她跟我說要用一般人的方式跟我相處，可是好像很困難，她知道我有這個症狀之後就比較理解我。」(B-I-20210514-8)，綺陽也表示在工作上不知道會不會因為 ASD 症狀，導致主管或同事覺得他很奇怪 (B-I-

20210514-9、-10)。我感受到，在確診後，綺陽也開始會考量他人想法，他表示會研究要怎麼融入社會，有想要做這件事，但做一做又覺得累，感覺失去原來的自己 (B-I-20210514-11)。

● 獨特的親密關係界定與經驗

綺陽表示「親密關係喔？就是家人啊！還有伴侶。(B-I-20210514-12)」，經過釐清後，定義在伴侶此範圍，由此可以知道，綺陽對於親密關係的定義在未經釐清時，與一般人的認知不相同，在生活中其他關於情感方面的事，可能也會有定義不同而可能發生雞同鴨講的狀況。

綺陽經歷過三段感情史，特別的是初戀的經驗，在大學一年級時看到同學們多有交往對象，因而也想試試看戀愛這件事 (B-A-20210516-1)，認為自己也要有這樣的經驗，在有一點喜歡對方下便告白，之後的相處才慢慢喜歡對方 (B-A-20210516-2)，綺陽表示「就抽聯誼鑰匙認識的，反正就是純純的愛。〔一整學期〕牽手，就沒了。」(B-I-20210514-15、-16)，「〔喜歡她什麼〕太久遠了，忘記了」。對綺陽來說，初戀是來自於看到他人多有伴侶，因而也想要擁有這樣的經驗。我發現他在表達情感方面的事情時，需要更多時間思考，很多時候表達出來的內容是有限的。

● 找到適合的伴侶就要結婚生小孩

綺陽在表達親密關係經驗時使用較少情感性用語，描述較為具體且篤定，一般人對於親密關係包含的抽象情感，對綺陽來說，有困難描述的狀況，綺陽提到「就是跟大家一樣啊！不管男男女女或是男

女，就是結婚啊、生小孩之類的。」(B-I-20210514-13)，「我自己如果有找到適合的伴侶，那就要跟她結婚生小孩。」(B-I-20210514-14)，他認為在親密關係中，確認對方與他合適後，愛對方的方式便是與她結婚生子，透過具體的行為來表現他的愛，與江孟恩(2018)的結果呼應，ASD 雖較難理解抽象的愛，在口語表達上也較於受限，但願意透過實際而具體的行動來示愛。有趣的是，他在與目前伴侶確定要交往前，便表明自己是以結婚為前提找對象，此點與他的親密關係觀點相符，與田統成和于曉平(2021)筆下的 ASD 青少年的追愛方式呼應，偏向簡單直接，不詢問假設性問題來探測關係的可能性。

● 在馬拉松之路上找到終生伴侶

綺陽自己有跑步的興趣及習慣，他表示自己的對象要能和他一起運動，也因此在此研究所期間結交了第二位女友，兩人是馬拉松比賽相識，後來因遠距離與生活理念不同而分手，分手後的三到五年間，綺陽雖然在跑步社團裡有中意的女孩，但在約會期間即告失敗，此後沒有刻意尋找伴侶(B-A-20210601)。

在一次跑步社團團練中，認識現在的「老婆」，他會刻意降低跑步速度和她一起跑，並且增加出席團練的頻率，會約對方跑步或吃飯(B-I-20210514-20)，他會為了喜歡的人而改變自己的某些行為。在一次與跑步社團兩天一夜旅遊中，與她更加認識，爾後開始交往，「後來她和我參加跑團舉辦的旅遊，就加深彼此的印象，後來我會約她一起吃飯、看燈會，連續約了好

幾次，大概有三次。」(B-I-20210514-21)。兩人平時的共同休閒活動是跑步與聊健身的內容，伴侶會提供他與人相處上的建議，以及協助釐清他人想法，並一起體驗許多事物，包含一起報名馬拉松比賽，綺陽也會買運動用品作為禮物送給她，兩人的相處環繞在跑步之中。綺陽表示，雖然彼此的相處還是會有許多風暴，有許多次吵架(B-I-20210514-27)，但越來越好了。

三、ASD 是我們共同的印記

我反覆的閱讀訪談內容，對話中與初雨和綺陽的生命經驗相遇，產生如下體會：

● 生命中與 ASD 特質共處

透過初雨與綺陽的訪談，發現自閉症特質伴隨在他們的生活中，生命中經常是自己一個人；有自我專研的興趣，初雨是做菜、閱讀和戶外健行，綺陽是跑步與投資股票和期貨選擇權；他們皆有人際訊息解讀上的困難，初雨在工作情境及情緒判讀與他人有異，造成工作上的困擾，也需要多次與同事釐清想法，在追求喜歡的人時，也因情境判讀及固著特質而發生搞砸的狀況；綺陽在與伴侶相處初期發生溝通上的困難，無法覺察對方情緒並理解伴侶想法，因而產生許多衝突。兩人與 ASD 特質共處，也逐漸發展出自我調適方法，與鄭津妃(2017)的研究呼應，ASD 成人透過認知調適來改善社交技巧。在自我調適方法上，初雨與綺陽皆會透過書籍、文章與影片來了解他人情緒及他人如何思考(A-I-20210501-5、B-A-20220622)，而初雨自己也有寫日記的習慣，記錄相關的情境脈絡，並且進行反省思考(A-A-

20220622)，在自我學習以外，初雨透過與他人核對想法促進訊息解讀，綺陽則透過伴侶明確而直接的說明，來促進親密關係。

● 晚熟的親密關係，渴望生命伴侶

初雨和綺陽分別在工作、大學時期，開啟對親密關係的好奇，多數透過書籍、網路文章及影片了解相關資訊，以習得如何開啟關係、判斷對方對自己好感等，較少與同儕、朋友討論此議題，多是自行摸索。

初雨在追求異性的過程中，在單戀或自我搞砸後，對親密關係產生渴望但不敢冀望的態度，認為目前先將自己安頓好，以工作為重；綺陽經歷三段關係，第一段是因為同學多有對象，自己也想交女朋友為開端，第二段及第三段戀情以相同興趣做為開端，對親密關係的建立較有信心，也勇於表白。此外，他們皆認為既發展出穩定的親密關係，就要相處一輩子（A-I-20210501-9、B-I-20220514-14）。

● 透過理解及行動，更加了解自我

初雨與綺陽在自我理解的道路上，皆是積極的角色。初雨主要透過書籍、網路資訊、影片及自我反思等方式，提升對自我的理解，並且在工作上與同事「核對答案」，釐清他人想法與意圖，並且寫在反省日記裡；綺陽對自我的理解，主要透過與目前伴侶的相處中，對方引導他思考與表達。兩人透過思考與真實行動，讓生活有更多可能性及彈性，能夠呼應田統成和于曉平（2021）所指 ASD 在愛情裡社會化，習得相關的人際互動技巧，亦如同 Zelazo 和 Carlson（2012）所言，環境會影響大腦

的熱執行功能，透過互動使 ASD 在涉及動機與情感的事情上，有更好的運作，促進人際互動及覺察。

洪奕星（2011）整合心智與發展理論，提到後天的家庭教養與社會人際互動，會影響個體顯現出不同程度的自閉症狀。胡海國（1985）建立了精神醫學之精神疾病演進模式，指出個體在遺傳、環境中的生物性因素、生活環境交互作用下，依據不同的個性、家庭、社會、文化條件，發展出獨特的價值體系。我發現個人的人格傾向，加上不同的生命經驗，造就不一樣的親密關係的看法。在初雨身上，我看見挫折與怯步，在一次次與人相處及追求上搞砸，不得其門而入，對發展親密關係較無自信；在綺陽身上，個性較為天真浪漫，說話直接，經歷三段親密關係，在與目前的伴侶相處上相互溝通及包容，因此能在他身上看見較多自我肯定。

有趣的是，初雨在得知自己有 ASD 診斷後，展開自我探尋之旅，在我與他訪談後，他再一次測量 AQ，發現自己的 AS 特質更加明顯，對自己能更加釋懷與理解。經過初雨分享「更加了解與接納自我後，AQ 測驗結果升高」一事，我也請綺陽做一次 AQ，綺陽原先在診斷前分數低於切截點，經過半年以上，於 2021 年六月再次測量，發現分數上升到 45 分。我好奇「成人進入職場後才診斷 ASD」，其在 AQ 分數的變化是否與「學齡期就知道自己是 ASD」有異。我推測，成人進入職場後才診斷確定者，在成長過程中並未經歷重大的生活適應困難、被社會接納度高、環境

較為友善等因素，以致在學齡期無明顯的適應困難，使得出社會後進入職場，在工作、親密關係上受挫而求診精神科，展開一系列的自我認識、接納自我及學習人際互動等過程，逐漸對過去的困惑有清晰的理解。

伍、結論與建議

一、結論

本次研究透過訪談進入職場後才診斷為 ASD 之成人，了解其親密關係的發展。研究分別訪談初雨及綺陽，兩位在進入職場後，因工作適應及與伴侶相處困難而求診精神科，他們皆與 ASD 特質共處，諸如：多數時候是一個人、有自己專研的興趣且樂在其中、在理解人際訊息上有異於他人等。

兩人對於親密關係的好奇，分別在大學及工作後有較積極的開展，並展開追尋之旅與維持之旅。兩人對於親密關係的態度不同，但皆可以發現對親密關係的渴望。在追求或維持親密關係中，發展出自己的調適策略，開啟更深的自我理解，並企圖融入社會，過程中雖產生自我矛盾，最終能夠自我接納，對生活有正面的影響。

針對「成人進入職場後才診斷 ASD」，由 AQ 結果的變化以及成長過程中沒有太多的適應困難，我推測，在自我了解道路上，可能與「學齡期就知道自己是 ASD」有不同的成長歷程，使得同為 ASD，但有不同的自我了解軌跡，並影響親密關係的經驗及看法。

二、建議

本研究以 ASD 為訪談對象，在生命中有許多 ASD 特質展現，我在訪談與資料整理時，發現要讓研究參與者述說在親密關係上關於心理層面的情感經驗，有其困難點，原本期待透過與研究參與者的對話及互動，對於 ASD 親密關係有更深刻入理的詮釋，但受限於 ASD 對於情感表達的困難，透過訪談能獲得的親密關係經驗有限。後續針對此議題的研究，建議可以訪談與 ASD 發展出穩定親密關係的伴侶，更深刻的描繪 ASD 在親密關係上的互動，以及伴侶間如何調適共處。

若「成人進入職場後才確診 ASD」與「學齡前或學齡期確診 ASD」確實發展軌跡有別，那麼便能針對此族群進行更細緻的輔導，協助 ASD 親密關係有更順利的發展，兩者是否確實在自我了解及親密關係上有不同發展軌跡，宜進一步以實徵性研究進行驗證，亦應考量文化脈絡、家庭支持與接納程度、社區支持狀況、症狀嚴重程度等，做更全面的思考與詮釋。

參考文獻

- 田統成、于曉平（2021）。那些年，我們一起追的女孩、男孩—兩位自閉症譜系青少年的追愛歷程之敘事探究。**特殊教育研究學刊**，46（1），59-84。
- 江孟恩（2018）。攜手走向愛情—輕症自閉症者的愛情經驗（系統編號：106NTU05201006）〔未出版之碩士論文，國立臺灣大學〕。臺灣博碩士論文

- 知識加值系統。
- 林利群 (2015)。亞斯伯格症 (現名—自閉症類群障礙症 Autism Spectrum Disorder) 的臨床實例。《諮商與輔導》，351，46-48。
- 俞和萱 (2014)。母親在亞斯伯格症大學生異性交往議題之教養經驗 (系統編號：102UT005800029) [未出版之碩士論文，臺北市立大學]。臺灣博碩士論文知識加值系統。
- 洪奕星 (2011)。亞斯伯格症的成因與因應。《諮商與輔導》，305，51-56。
- 胡海國 (1985)。精神醫學的概念模式——精神疾病的演進模式。《中華心理衛生學刊》，2 (1)，1-17。
- 徐開慧、鄧杰甫、鍾世明 (2014)。成人亞斯伯格症之社交技巧訓練—個案報告。《臨床心理學刊》，8 (1)，81-81。
- 莊清如 (2015)。亞斯伯格症大學生復原力與生活適應之研究 (系統編號：103NTNU5328006) [未出版之碩士論文，國立臺灣師範大學]。臺灣博碩士論文知識加值系統。
- 劉萌容 (2008)。「自閉症光譜量表」—Autism-spectrum Quotient 中文成人版之預測效度及相關因素分析。《特殊教育研究學刊》，33 (1)，73-92。
- 鄭津妃 (2017)。中年輕症自閉症男性的成長境遇與自我調適。《特殊教育研究學刊》，42 (2)，57-84。
- 賴思慎 (2016)。自閉症及亞斯伯格症孩童社交互動表現的認知因子之探討 (系統編號：104NCKU5738003) [未出版之碩士論文，國立成功大學]。臺灣博碩士論文知識加值系統。
- Baron-Cohen, S., Wheelwright, S., Skinner, R., Martin, J., & Clubley, E. (2001). The Autism-Spectrum Quotient (AQ): Evidence from Asperger syndrome/high-functioning autism, males and females, scientists and mathematicians. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 31, 5-17.
- Neihart, M. (2000). Gifted children with Asperger's Syndrome. *Gifted Child Quarterly*, 44(4), 222-230.
- Sala, G., Hooley, M. & Stokes, M. A. (2020). Romantic Intimacy in Autism: A Qualitative Analysis. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 50, 4133-4147.
- Sperry, L. A. & Mesibov, G. B. (2005). Perceptions of social challenges of adults with autism spectrum disorder. *autism*, 9(4), 362-376.
- Wilson, B., Hay, S., Beamish W., & Attwood, T. (2017). The communication "Roundabout": Intimate relationships of adults with Asperger's syndrome. *Cogent Psychology*, 4(1), 1283828.
- Zelazo, P. D. & Carlson S. M. (2012). Hot and cool executive function in childhood and adolescence: Development and plasticity. *Child Development Perspective*, 6(4), 354-360. <https://doi.org/10.1111/j.1750-8606.2012.00246.x>

Intimate relationship of people diagnosed with Asperger's disease after entering the workforce

Sih-Ying Li

Graduated student,
Department of Special Education,
University of Taipei

Shu-Min Wu

Assistant Professor,
Department of Special Education,
University of Taipei

Abstract

To explore the intimacy of who were diagnosed with AS after entering the workforce. With the hermeneutics view, researchers used semi-structured interviewing two male participants who were diagnosed with AS. Second, researchers unitized theme, formed sub-interpretation and interpretation groups, and analyzed data by continuous comparison method.

The results show that these two participants desire to own intimacy, but their process of the intimate relationship was different. Both them grew up lonely than most people. One of them distracted from work severely. As a result, he consulted a psychiatric division, and started to experience self-understanding and self-acceptance. However, He had no experience of intimacy. He pursued the female he likes but messed. He thinks intimacy is not his priority at this stage. He still desires for love but feels hopeless. The AS characteristic just like a high wall that couldn't across. In contrast, the other participant experienced three intimacies. When getting along with current partner, he found difficult to understand interpersonal relationship. Since his partner strongly advised him to see the doctor, he finally went to the hospital. After diagnosed, he felt that his partner could understand his perspectives, and finally made the decision to marry her. They prefer to participate in marathons together, and their lives are surrounded by marathons. In

conclusion, both participants live with autistic traits and mature later in the intimate relationship. They conquer those complicated phenomenon by exploring themselves.

Keywords: Asperger Syndrome, autism spectrum disorder, intimacy, hermeneutics