

選擇性緘默症的學生： 評估及介入

劉澤俊博士

醫院管理局新界東聯網

高級臨床心理學家

選擇性緘默症的 現象和影響

「選擇性」緘默？ “Selective” mutism?

Selective = Situation Specific

選擇性 = 特定情況

特定情況出現時，
強烈的焦慮驅使孩子持續性地無法發聲

很大機會和焦慮有關連，
似較強烈的社交焦慮症

特定情況的模式：

- 有舒適圈以外的人在場
- 該人會聽到孩子的聲音或說話
- 感覺到期待他說話的壓力
- 覺得自己無法作出回應

孩子並非自主地選擇不發聲

嚴重程度以譜系式呈現

不能溝通

- 不發出聲音
- 極少非語言溝通及表情
- 身體姿態僵硬，很被動

以非語言溝通

- 不直接發出聲音
- 或能以其他渠道說話
- 能以非語言溝通

能發聲/以氣聲說話

- 能直接向對方發出聲音
- 或能以氣聲，單一語調說話 (Monotone speech)

開始說話

- 能直接說單字、讀字咭
- 可聽見的聲量
- 慢慢擴展可直接對話的人



影響範疇

表達能力

妨礙學習及建立經驗

- 學習人際溝通
- 建立社交關係
- 學習知識(如: 討論、發問)

影響人際關係

- 社交孤立, 甚至被欺凌
- 影響家庭關係(如: 被視為冇禮貌或家教)

做事效率

- 身體僵硬, 動作變得緩慢
- 表現被動, 拘謹, 退縮, 不願嘗試
- 需更多時間去完成事情, 減低成效和表現

長遠發展

影響學業表現

- 評估和成績(如: 口試)
- 潛能/才華的發展(如: 比賽)
- 升學機會(如: 面試)

影響事業發展

- 建立人脈
- 爭取工作機會
- 擴闊發揮領域

綜合影響

學業:

難以表現真正水平

人際:

因局限的溝通 導致關係疏離

長遠:

因欠缺參與 影響發展機會

評估 選擇性緘默症

診斷標準

精神疾病診斷與統計手冊
第五版 (DSM-5)

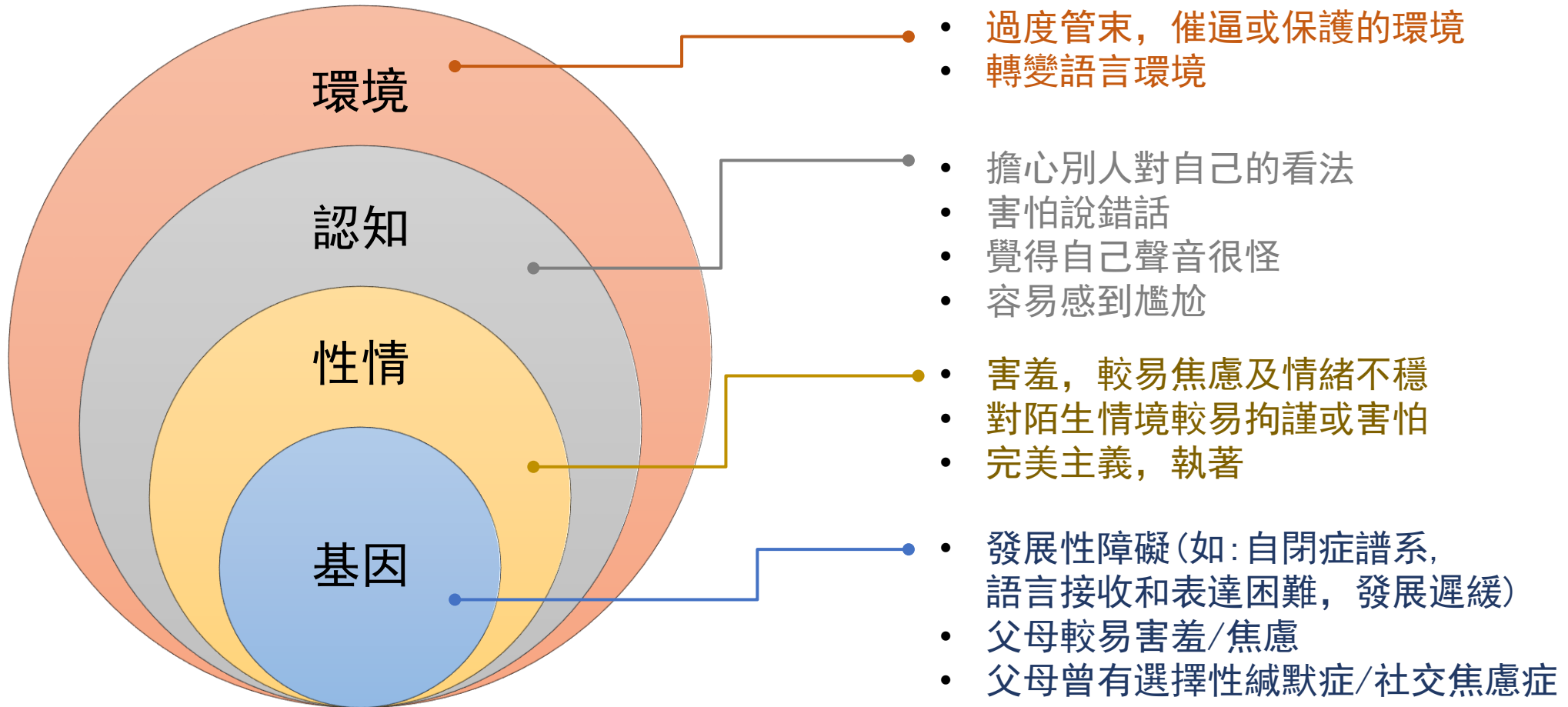
歸屬焦慮症

常在五歲或之前發現

患病率在0.03-1.9%之間

- 持續無法在預期要說話的特定社交場合說話，儘管在其他場合可以
- 妨礙學業或職業上的成就或社交溝通
- 持續至少一個月（不限入學的第一個月）
- 非因缺乏所需語言知識或感到不適
- 溝通障礙症並非更好解釋
- 非自閉症譜系障礙、精神分裂症、或思覺失調

先天和後天的發展因素



診斷工具

說話清單

地點/ 與誰對話	陌生地方	商店	親友家中	學校 公共地方	課室	家中
母親						
祖母						
表姐						
自己的老師						
同學						
陌生人						
陌生人						

其他工具

- Selective Mutism Questionnaire (SMQ)
- Frankfurt Scale of Selective Mutism (FSSM)

(Perednik, 2016)

共症現象

需小心觀察

焦慮症

80%有另一種焦慮症
69%有社交焦慮症

言語發展

發展遲緩或
溝通障礙症

對抗性行為

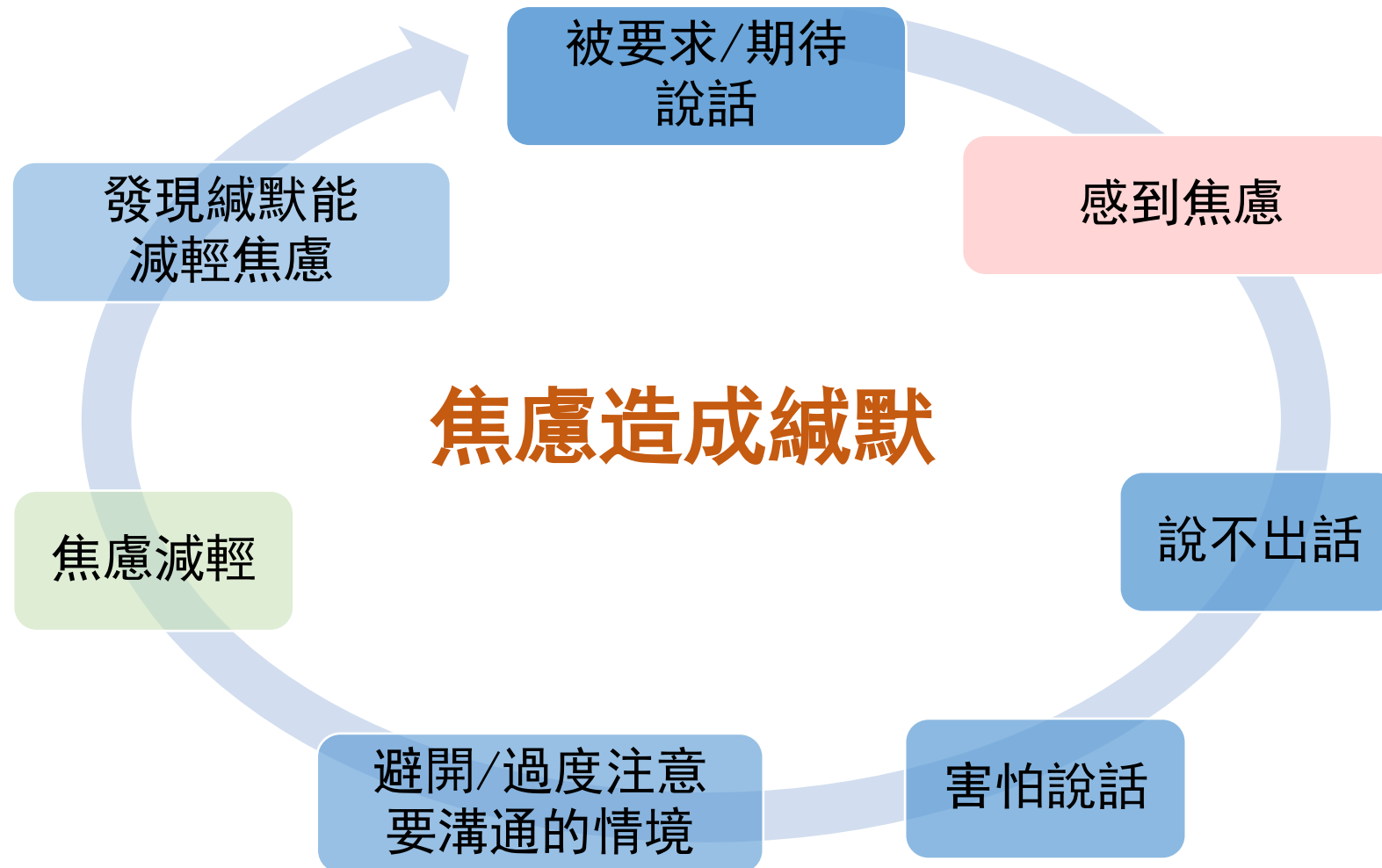
一般症狀較輕

自閉症譜系障礙

研究顯示62%有ASD共症
注：DSM-5現不允許兩者共症

(Cohan et al., 2008; Driessen et al., 2020; Gensthaler et al., 2016; Muris & Ollendick, 2021; Steffenburg et al., 2018)

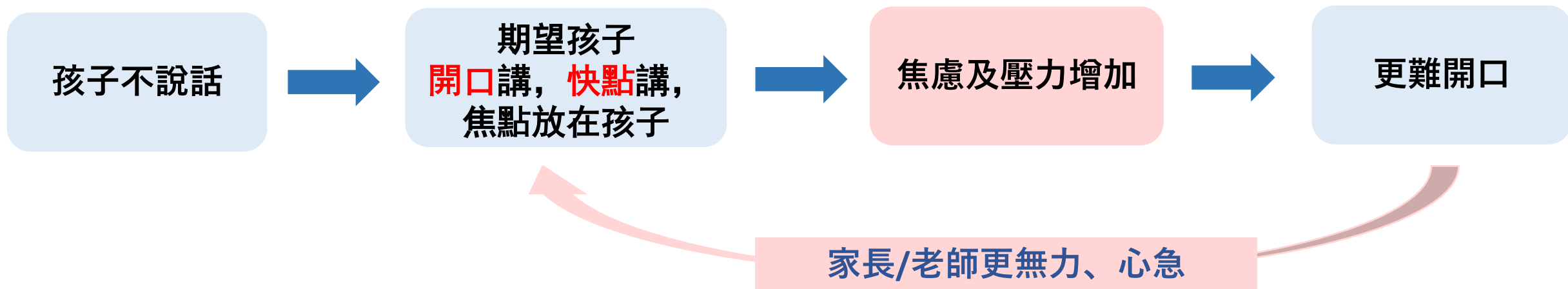
緘默的循環 個人心理因素



緘默的循環

環境因素：緘默造成焦慮

家長/老師/朋友的舉動無意間維持了孩子的緘默情況



選擇性緘默症的 介入和展望

大原則 - 了解接納

介入焦點並非單一要孩子開口

- 尊重孩子未準備開口的步伐
- 建立安全自在的環境
- 減輕他們的焦慮反而更加重要
- 操之過急要孩子說話或許帶來反效果

不要為了贏得孩子開口，卻輸掉關係！

大原則 - 給予空間 為孩子爭取時間、建立適應的橋樑

高焦慮狀態、不安
不敢開口

了解他們的焦慮
尊重他們難以開口
建立安全、自在的環境

焦慮減低
更大機會與人交流、
慢慢甚至開口說話

介入三部曲 – 採用實證為本的認知行為治療

第三步：循序漸進，讓孩子嘗試開口說話

3

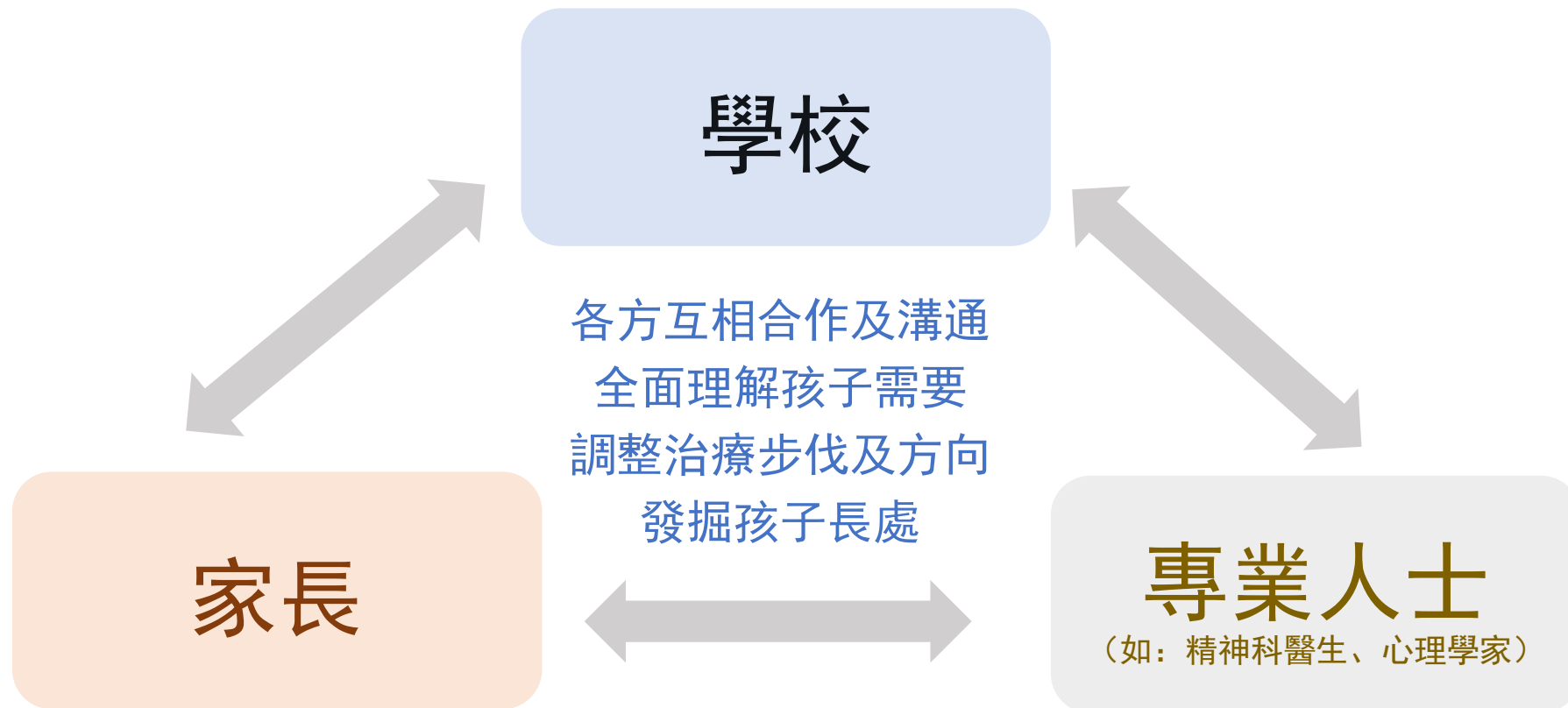
第二步：讓孩子明白選擇性緘默及接納焦慮的狀況

2

第一步：建立關係，擴大孩子的舒適圈

1

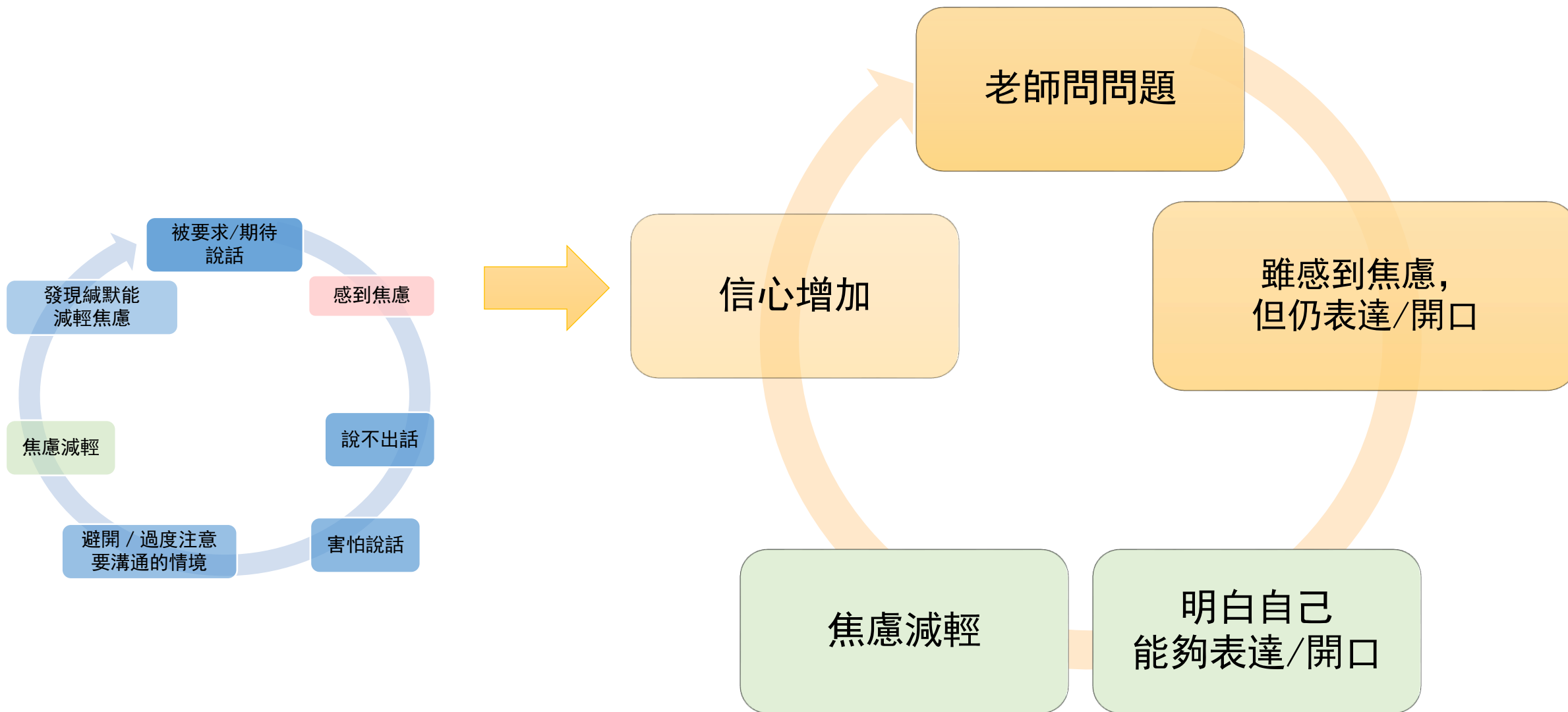
多管齊下 - 提供孩子發展的台階



調適是對其他學生不公平嗎？

- 選擇性緘默症是一個病症，因應個別情況可作出調適
- 需要調適以協助學生表現真正的能力
- 情況如有自閉症和專注力不足/過度活躍症的學生需要調適一樣
- 接納每人都有不同之處，包容助展所長

循序漸進 - 步入與焦慮共處的良性循環



循序漸進 - 改善孩子能力，助其發揮所長

表達能力

學習及建立經驗：

- 慢慢建立成功的表達經驗
- 更能投入學校環境

人際關係：

- 社交更自然，
擴闊社交圈子
- 家庭關係更和睦

做事效率

- 移動身體較自然
- 表現較主動、較願意嘗試
- 做事更有效率及動力

長遠發展

學業表現：

- 學業上更有信心
- 可發展潛能
- 提高升學機會，面試表現

事業發展：

- 與人合作
- 增加工作機會
- 擴闊發揮領域

總結

全面了解 明白特色 釐清原因 以作分析

01

了解特徵

如:過度害羞, 恐懼社交上的尷尬情況, 社交孤立

02

行為觀察及記錄, 獲取多方面資訊

如:和家人相處的情況, 社交溝通模式, 學校老師同學的觀察

03

個人背景, 成長環境

如:本地語言掌握程度, 言語發展程度, 父母的管教方式

04

留意共症

如:社交焦慮症、分離焦慮症、自閉症譜系障礙、言語發展障礙

References

- American Psychiatric Association, DSM-5 Task Force. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders: DSM-5™* (5th ed.). American Psychiatric Publishing, Inc..
- Cohan, S. L., Chavira, D. A., Shipon-Blum, E., Hitchcock, C., Roesch, S. C., & Stein, M. B. (2008). Refining the classification of children with selective mutism: A latent profile analysis. *Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology*, 37(4), 770-784. <https://doi.org/10.1080/15374410802359759>
- Driessen, J., Blom, J. D., Muris, P., Blashfield, R. K., & Molendijk, M. (2020). Anxiety in children with selective mutism: A meta-analysis. *Child Psychiatry and Human Development*, 51(2), 330–341. <https://doi.org/10.1007/s10578-019-00933-1>
- Gensthaler, A., Maichrowitz, V., Kaess, M., Ligges, M., Freitag, C. M., & Schwenck, C. (2016). Selective mutism: The fraternal twin of childhood social phobia. *Psychopathology*, 49(2), 95-107. <https://doi.org/10.1159/000444882>
- Muris, P., & Ollendick, T. H. (2021). Current challenges in the diagnosis and management of selective mutism in children. *Psychology Research and Behavior Management*, 14, 159-167. <https://doi.org/10.2147/PRBM.S274538>
- Perednik, R. (2016). *The selective mutism treatment guide: Manuals for parents, teachers, and therapists: Still waters run deep* (2nd ed.). Oakland.
- Steffenburg, H., Steffenburg, S., Gillberg, C., & Billstedt, E. (2018). Autism spectrum disorder in children with selective mutism. *Neuropsychiatric Disease and Treatment*, 14, 1163-1169. <https://doi.org/10.2147/NDT.S154966>
- Stein, M. B., Yang, B. Z., Chavira, D. A., Hitchcock, C. A., Sung, S. C., Shipon-Blum, E., & Gelernter, J. (2011). A common genetic variant in the neurexin superfamily member CNTNAP2 is associated with increased risk for selective mutism and social anxiety traits. *Biological Psychiatry*, 69(9), 825-831. <https://doi.org/10.1016/j.biopsych.2010.11.008>