

感受各式不同，造就共融： 神經多樣性如何豐富我們的世界？

文·圖／精神醫學部 職能治療師 劉光興

追求標準化的世界中，我們常常期望所有人都能以相似的方式學習、思考和溝通。然而，這樣的期待忽略了人類大腦發展的豐富多樣性。每個人的神經系統就如同指紋般獨特，這種多樣性創造了不同的思維方式、處理資訊的管道，以及與世界互動的模式。這些差異並非缺陷，而是人類認知光譜的一部分，也正是這樣的認知，催生了「神經多樣性」（neurodiversity）這個概念。

認識神經多樣性的源起與意義

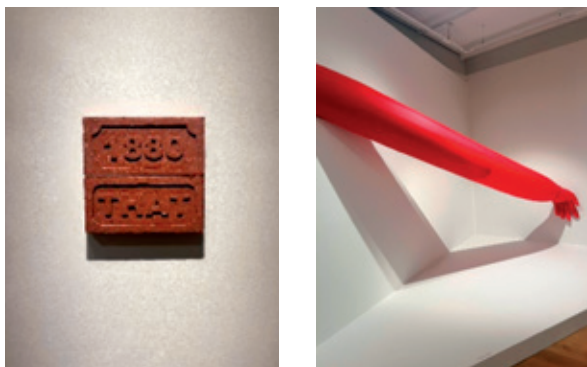
神經多樣性這個概念的興起，最初源於1990年代末期的自閉症社群。在那之前，自閉症及其他神經發展差異通常被視為「障礙」或「疾病」，需要被「治療」或「矯正」。然而，這種觀點開始受到質疑，特別是來自自閉症群體內部的聲音。神經多樣性認為自閉症、注意力不足過動症、學習障礙等神經發展差異，是人類認知多樣性的自然表現，而非需要被「修復」的病理狀態（Botha et al., 2024）。這種觀念轉變反映了一個

更廣泛的社會認知：從將差異視為缺陷，到將其視為人類神經發展自然變異的一部分。

神經多樣性概念的核心在於認為神經發展的差異是正常且自然的人類變異，就如同眼睛顏色或身高的差異。這並不意味著否認神經發展差異可能帶來的挑戰，而是幫助我們如何重新認識這些差異，不總是從病理學的角度，而是從多樣性與差異的角度看見這些現象。

理解神經多樣性的常見誤解

雖然神經多樣性概念越來越受到認可，但人們對它的理解仍然存在一些常見誤解。首先，許多人誤以為神經多樣性否認相關群體面臨的困難與挑戰，像是低估這些問題的嚴重度或者輕視這些人的需求等。實際上，神經多樣性的倡導者充分認知到神經發展差異可能帶來的困難，但他們更強調這些困難往往源於社會環境與制度的僵化，而非個體本身的「缺陷」。這種觀點挑戰了傳統的「醫療模式」，後者往往將問題歸咎於個體，而忽略了環境因素的影響。



圖左：1880年米蘭大會的164名代表中，僅有法國聾人教育者Claude Forestier獲准參與表決。他堅定反對禁止手語的決議，成為唯一公開抵抗的聲音，卻仍被158票贊成壓倒，象徵了整個聾人社群被剝奪的發言權與自主選擇。

圖右：展覽中的手指意象既是手語的核心工具，也象徵身體自主權與表達自由。1880年米蘭會議本質上剝奪了聾人使用手指自然溝通的權利，而藝術家通過重新聚焦手指，挑戰聽人中心主義，展現手語的優雅與力量。

其次，一些人誤解神經多樣性僅關注自閉症，或只適用於「高功能」個體。實際上，神經多樣性是一個廣泛的概念，涵蓋了各種神經發展差異，包括但不限於自閉症、ADHD、讀寫障礙、妥瑞氏症等。同時，它也不分「功能程度」。並認為無論每個人的能力如何，都有其獨特的神經模式與特質。

第三，有人認為神經多樣性只是一種「政治正確」的表達方式，或僅僅是為了避免使用「障礙」一詞。然而，神經多樣性代表的是一種基本的典範轉變（paradigm shift）從「缺陷」到「差異」，從「治療」到「適應與支持」。這不僅僅是語言上的變化，而是對人類認知多樣性本質的重新理解。

神經多樣性的獨特價值與貢獻

神經多樣性不只是關於接納差異，它還強調不同思維方式能為社會帶來的獨特價值與貢獻。研究顯示，神經多樣性的思考可以幫助團隊與組織帶來創新思考與解決問題的新方法。例如，有些具自閉症診斷者具有相當好的系統化思考與專注力，這在科技、研究與藝術領域尤其有價值。同樣地，具有

ADHD特質的人可能展現出非凡的創造力與發散性思考，能夠看到他人可能忽略的連結與可能性。

Armstrong（2015）在《神經多樣性的迷思：擁抱神經多樣性》一文中指出，這些差異化的思考方式，在人類進化史上可能具有重要的適應價值。例如，ADHD特質在狩獵採集社會中可能是有利的，因為它與警覺性和靈活應變能力相關；而自閉症特質則可能有助於工具發明與專業知識的發展。

此外，不同的神經模式也帶來了文化與藝術表達的多樣性。許多具有神經發展差異的人在藝術、音樂、文學等領域作出了重要貢獻，他們獨特的感知方式與表達形式豐富了人類的文化生活。然而，要充分發揮神經多樣性的價值，社會需要創造更加包容的環境，允許不同的思維方式共存與合作。這不僅有利於神經多樣性群體，也有利於整體社會的創新與進步。

從接納共融中得到的美好與和諧

真正的神經多樣性不僅是關於接納差異，更是關於創造一個人人都能蓬勃發展的社會。這種包容性社會承認每個人有自己獨

特的強項與需求，並致力於消除不必要的障礙，使所有人都能充分參與社會生活。

在教育方面，這意味著採用多元化的教學方法，認識到不同學生有不同的學習方式。例如，有些學生通過視覺學習效果最佳，有些則通過聽覺或動手實踐。通用設計的教學法能夠滿足各種神經模式的需求，讓每個學生都能找到適合自己的學習途徑。

在工作場所，神經多樣性的接納可以轉化為更加靈活的工作安排與包容性文化。這可能包括靈活的工作時間、安靜的工作空間選項、明確的溝通指引等。越來越多的企業開始認識到神經多樣性員工的價值，並積極創造支持性的工作環境。在醫療和心理健康服務中，神經多樣性意識意味著超越單一的「正常」標準，認識到人們在社交互動、感官處理、情緒表達等方面的多樣性。這有助於減少誤診與不適當的治療，並促進更加個人化和尊重的照護方式。

在家庭和社區角度，神經多樣性的接納創造了一個更加和諧與理解的環境。當我們學會欣賞不同的思考方式和存在方式時，不僅擴展了自己的視野，也豐富了整個社區的生活經驗。

我在Wellcome Collection的看見

2025年4月我有幸到倫敦，並且參訪Wellcome Collection，這是一座融合醫學、科學與藝術的獨特文化機構，由亨利·威爾科姆爵士的基金會於2007年創立。作為探索健康與人類經驗關係的平台，博物館以創新策展和跨學科方法聞名，定期舉辦關於醫學歷史、身體和社會議題的臨時展覽。

當時，有幸參觀了「1880 THAT」展覽的開幕首日。這場由藝術家Christine Sun Kim和Thomas Mader共同創作的展覽，深入探討手語和溝通權利的重要性。展覽名稱直接指向1880年在義大利米蘭舉行的第二屆國際聾人教育大會——這次會議宣布口語教育應取代手語，導致手語在聾校中被邊緣化和壓制。Kim和Mader的作品既幽默又發人深省，說明了米蘭會議對聾人教育和身份認同的深遠影響。展廳內充滿來自聾人社區和藝術愛好者的訪客，氣氛既嚴肅又充滿活力，不僅反思歷史，也慶祝聾人文化的韌性，展望更具包容性的未來。

這次展覽經驗與神經多樣性的概念產生了深刻的共鳴。正如神經多樣性運動挑戰了將神經發展差異視為「缺陷」的觀點，「1880 THAT」展覽同樣質疑了將聾人視為需要「修復」的群體的歷史觀念。我在展覽中看到的聾人社區對自身文化和語言的堅持，正是神經多樣性價值的生動體現差異不是缺陷，而是人類多樣性的自然表現。

展覽中的手指意象尤其令人印象深刻。手指既是手語的核心工具，也象徵身體自主權與表達自由。1880年米蘭會議本質上剝奪了聾人使用手指自然溝通的權利，而藝術家通過重新聚焦手指，挑戰了主流中心主義，展現手語的優雅與力量。這讓我聯想到神經多樣性群體如何常常被迫適應主流的溝通方式，而非由社會來適應和尊重他們獨特的表達方式。

這次Wellcome Collection的參訪經驗，不僅加深了我對聾人文化的理解，也強化了我對

神經多樣性價值的認識，無論是手語還是不同的神經模式，都代表著人類表達和感知世界方式的豐富多樣性。正如展覽所啟示的，真正的包容不是要求邊緣群體融入主流，而是創造一個能夠容納不同存在方式的社會。

邁向更包容的未來，人人都能蓬勃發展

神經多樣性運動仍在發展中，面臨著各種挑戰與機遇。隨著社會對神經發展差異的了解不斷加深，我們有機會創造一個更加包容和公平的世界，讓每個人都能以自己獨特的方式蓬勃發展。為了實現這一願景，或許我們可以在多個角度來開始接納神經多樣性的行動：

在個人層面，這意味著質疑自己對「正常」的假設，並以開放的心態接觸不同的人。當我們遇到思考或行為方式與我們不同的人時，我們可以選擇好奇而非判斷，理解而非排斥。如果我們處於一個公司或組織，這意味著建立包容性的政策與實務，並確保決策過程中有神經多樣性群體的聲音。這可能涉及培訓員工了解神經多樣性，以及在招聘和晉升中消除偏見。在社會層面，這意味著推動政策變革，支持神經多樣性群體的權利與需求。這包括改善教育、就業、醫療等領域的可及性，以及挑戰歧視和污名化。

結語：多元思考才能應對複雜的問題

神經多樣性提醒我們，人類的思考與存在方式本身是多元的，當我們能夠學會欣賞不同的神經模式時，我們不僅創造了一個更加包容的社會，也開啟了創新與合作的新可能性。



這次Wellcome Collection的參訪經驗，不僅加深了我對聾人文化的理解，也強化了我對神經多樣性價值的認識。

正如Armstrong（2015）所言，我們需要超越尋找「正常大腦」的迷思，擁抱神經多樣性帶來的豐富性。這不僅有利於那些具有非典型神經模式的人，也有利於整個社會的進步與發展。在這個變化與挑戰並存的時代，我們比以往任何時候都更需要多元的思考方式來應對複雜的問題。🌍

參考文獻：

- Armstrong, T. (2015). The Myth of the Normal Brain: Embracing Neurodiversity. *AMA Journal of Ethics*, 17 (4), 348-352.
- Botha, M., Chapman, R., Giwa Onaiwu, M., Kapp, S. K., Ashley, A. S., & Walker, N. (2024). The neurodiversity concept was developed collectively: An overdue correction on the origins of neurodiversity theory. *Autism*, 28 (6), 1591-1594.