



The National Autism
Resource & Information Center

A national initiative of The Arc



关系与性

人们常常认为，患有自闭症和有障碍的人士不会对培养浪漫关系感兴趣。其实，培养浪漫关系以及了解性是所有人共有且希望表达的自然渴求。彼此相爱的人需要共同培养浪漫关系，这样才能让他们达到更充实、更优质的生活。

患有自闭症和其他有障碍的人士想培养浪漫关系或者亲密关系，这可能吗？

当然可能。每个人都渴求与他人建立联系，并且发展让人满意的关系。患有自闭症谱系障碍的人士由于在人际交流上存在困难，并且很难理解一些非语言的暗示，所以在与其他人培养关系上常常遇到问题。不过，如果有人辅助，则有障碍人士能够克服这些问题，培养成功的关系，甚至是结婚。

一段成功的关系是如何形成的？

患有自闭症或其他有障碍的人士要发展一段成功的关系，其中的关键要素与所有人建立成功关系所需的要素是一样的。包括：

- 理解。因为自闭症人士在沟通上有困难，所有关系中的潜在对方应理解并且接受自闭症人士的沟通和交流方式。与此同时，患有自闭症或其他有障碍的人士应该留意对方与他们或别人进行沟通与互动的方式。
- 支持。在培养一段关系的过程中，双方互相鼓励与支持具有重要的意义。双方应接受对方的本性；理解他/她都是不完美的；并且尝试着找到一个让人舒服的中间点。
- 开放，坦诚地交流。互相不要试图揣测对方的心思。相反地，双方应通过一种有礼貌又直接的方式来表达对他/她的喜好、需要或憎恶。

什么是性？

性是“人类的一种基本需求和本性，不可与生活的其他方面分离开”（世界卫生组织，1975）。性包括从男人或女人的角度表达自己的思想、感受和情绪。性不仅是指身体上的亲密；它还体现了我们对于自身及其他人的感受。

对有障碍人士和性的一些误解

通过自我鼓励迈向自信 (SABE)

误解 #1：我的孩子对性不感兴趣。我的孩子毫无性欲。

所有人都是性情中人。我们都需要爱与性。对性的感知是成长与发育不可或缺的一部分。

误解 #2: 我的孩子永远不会有成人的感受与冲动。

您的儿子或女儿总会长大成人。这意味着他们的需求或渴望会发生变化。现在就是放眼未来，做好准备的时候了。我们必须承诺自己的孩子也有性欲，应该帮助他/她学习如何平等地参与到一段亲密的关系中去。



误解 #3: 如果谈到性，可能会导致我的孩子出现不可预料或者不当的行为。

没有证据表明教导性知识会促使不当行为的发生。实际上，如果人们对信仰有更深入的理解，并且知道他们是有社会性和有性欲的，以及明白他们的行为可能造成的后果，这会让他们被同龄人欺骗和误导的可能性大为降低。

资源

Dating, Marriage, and Autism: A Personal Perspective

By Stephen Shore

<http://legacy.autism.com/individuals/datarau.pdf>

Navigating Love and Autism

NY Times article about two individuals on the spectrum and their relationship:

<http://www.nytimes.com/2011/12/26/us/navigating-love-and-autism.html?pagewanted=all>

Sexuality and Intellectual Disability

American Association on Intellectual and Developmental Disabilities

http://www.aamr.org/content_198.cfm

Sexuality Education for Students with Disabilities

National Dissemination Center for Children with Disabilities

<http://nichcy.org/schools-administrators/sexed>

The Journey to Adulthood: What Every Parent Needs To Know

The PACER Center's Family Advocacy and Support Training Project (FAST)

<http://www.fastfamilysupport.org/fasttraining/Adulthood/English/FAST%20-%20tools%20parents%20can%20use.pdf>

Sexuality and Disability: Important Conversations to Have on the Way to Adulthood

Sue Fager, Colorado Developmental Disability Council

<http://www.pacer.org/pride/sexualityanddisability.pdf>

About The National Autism Resource & Information Center

The National Autism Resource and Information Center is a dynamic and interactive central point of quality resources and information for individuals with Autism Spectrum Disorders (ASD) and other developmental disabilities, and their families.

It is a national initiative of **The Arc**, and funded by the Administration on Developmental Disabilities. Grant number: 90DN0283/01.