

序 言

根據過去許多研究指出注意力缺陷過動症(Attention-Deficit/Hyperactivity Disorder,以下簡稱 ADHD)學生與自閉症(Autistic Disorder,以下簡稱 Autism)學生常會出現社會技巧問題，而且經由長期追蹤研究顯示，兩群學生的社會技巧問題會持續到成人階段，可見社會技巧訓練對這兩類學生是多麼迫切而需要。身心障礙資源班教師除任教國、英、數等學科課程外，如果學生需要社會技巧課程時，也應安排與此相關課程，以協助學生社會技巧能力的提昇。

基於 ADHD 與自閉症學生對社會技巧課程的需求，主編者在九十四年度假期國立高雄師範大學特殊教育中心辦理「編製身心障礙學生社會技巧課程」研習活動，此次研習主要邀請高雄市與台南市的國中小特教教師參與，此研習活動共十一天，研習課程內容主要包括社會技巧訓練的理念與實施、社會技巧訓練實務經驗分享、ADHD 與自閉症個案試教與討論等，以充實參與教師編製課程與教學的能力。過去國立台灣師範大學特殊教育學系洪儷瑜教授曾編製兩本社會技巧訓練課程，內容兼顧理論與實際課程彙編，可供教師實施社會技巧訓練重要參考依據。但目前國內 ADHD 與自閉症學生社會技巧課程仍相當有限，故本書首先蒐集國內中小學普通班教師對班上 ADHD (共 86 名)與自閉症(共 64 名)學生在上課與下課易出現的人際互動問題，再根據這些人際互動問題由參與研習教師共同編製社會技巧課程，ADHD 與自閉症學生各 35 個單元，共編製 70 個單元。但是實施社會技巧訓練還必須要考量不同社會背景情境，所以未來教師們在運用時可參考本書課程內容並依實際情況加以修改，期盼此書能為學校教育工作者協助 ADHD 與自閉症學生社會技巧問題提供莫大幫助。

最後，非常感謝所有參與此次研習的學校教師在工作繁忙之餘，還能認真參與並辛苦編製課程。此外，感謝高雄市博愛國小蔡淑妃老師、民族國小黃慈愛老師協助試教之督導，以及國立高雄師範大學特殊教育中心主任林素貞教授大力支持，及中心助理葉春鄉小姐的協助，使此書能夠順利付梓。

蔡明富 謹上

中華民國 94 年 12 月 2 日

作者介紹

姓 名	服 務 單 位
蔡明富	國立高雄師範大學特殊教育學系助理教授
蔡淑妃	高雄市立博愛國小教師
黃慈愛	高雄市立民族國小教師
陳憶萱	高雄市立瑞豐國小教師
賴孟君	高雄市立瑞豐國小教師
侯佳伶	高雄市立陽明國中教師
黃怡真	高雄市立光華國中教師
高瑞鄉	台南市立勝利國小教師
張紋菱	台南市立安慶國小教師
施桂菁	台南市立安慶國小教師
吳庭耀	台南市立日新國小教師
徐櫻芬	台南市立協進國小教師
姜惠馨	台南市立安順國小教師
杜家文	台南市立安順國中教師
張杏華	台南市立和順國中教師
施相如	台南市立文賢國中教師

目 錄

序 言	I
作者介紹	II
壹、理念篇	
第一章 「知」「行」合一：特教教師如何實施社會技巧訓練..... 蔡明富	1
第二章 校園內 ADHD 學生社會技巧問題之探討..... 蔡明富、蔡淑妃	6
第三章 校園內 Autism 學生社會技巧問題之探討..... 蔡明富、黃慈愛	11
貳、課程篇	
第一章 ADHD 學生社會技巧訓練課程彙編	
一、教室生存技巧	
◎教師說明書.....	15
◎家長說明書.....	16
(一)保持安靜..... 高瑞鄉、施桂菁、吳庭耀	17
(二)上課坐好..... 高瑞鄉、施桂菁、吳庭耀	22
(三)上課專心..... 高瑞鄉、施桂菁、吳庭耀	26
(四)保持座位整潔..... 高瑞鄉、施桂菁、吳庭耀	30
(五)帶齊學用品..... 高瑞鄉、施桂菁、吳庭耀	35
(六)完成份內的打掃工作..... 高瑞鄉、施桂菁、吳庭耀	39
(七)舉手發言..... 高瑞鄉、施桂菁、吳庭耀	43
(八)聽從老師指令..... 高瑞鄉、施桂菁、吳庭耀	48
(九)學習等待..... 高瑞鄉、施桂菁、吳庭耀	54
(十)停止危險行為..... 高瑞鄉、施桂菁、吳庭耀	60
(十一)參與團體作息..... 高瑞鄉、施桂菁、吳庭耀	67
二、情緒處理技巧	
◎教師說明書.....	71
◎家長說明書.....	72
(一)辨識他人的情緒..... 高瑞鄉、施桂菁、吳庭耀	73
(二)處理自己的生氣..... 高瑞鄉、施桂菁、吳庭耀	80
(三)處理自己興奮的情緒..... 高瑞鄉、施桂菁、吳庭耀	85

(四)處理他人的生氣.....	高瑞鄉、施桂菁、吳庭耀	90
-----------------	-------------	----

三、人際互動技巧

◎教師說明書.....		97
◎家長說明書.....		98
(一)與人共用.....	杜家文、施相如、張杏華	99
(二)服從分工.....	杜家文、施相如、張杏華	104
(三)加入遊戲.....	杜家文、施相如、張杏華	109
(四)遵守遊戲規則.....	杜家文、施相如、張杏華	114
(五)處理遊戲衝突.....	杜家文、施相如、張杏華	119
(六)服輸.....	杜家文、施相如、張杏華	124
(七)如何道歉.....	杜家文、施相如、張杏華	129
(八)原諒他人.....	杜家文、施相如、張杏華	134
(九)保持適當的距離.....	杜家文、施相如、張杏華	139
(十)避免傷人.....	杜家文、施相如、張杏華	144
(十一)借用物品.....	杜家文、施相如、張杏華	149
(十二)讚美別人.....	杜家文、施相如、張杏華	154
(十三)如何處理被拒絕.....	杜家文、施相如、張杏華	159
(十四)如何處理被嘲笑.....	杜家文、施相如、張杏華	164
(十五)面對他人的規勸.....	蔡淑妃	169

四、問題解決技巧

◎教師說明書.....		173
◎家長說明書.....		174
(一)處理師生衝突.....	杜家文、施相如、張杏華	175
(二)遇挫折或困難時的求助.....	蔡淑妃	180
(三)適當吸引他人.....	蔡淑妃	184
(四)排遣下課時的無聊.....	蔡淑妃	188
(五)判斷是非.....	蔡淑妃	192

第二章 Autism 學生社會技巧訓練課程彙編

一、教室生存技巧

◎教師說明書.....		197
◎家長說明書.....		198

(一)上課專心聽	徐櫻芬、張紋菱	199
(二)上課安靜坐好	徐櫻芬、張紋菱	205
(三)聽從老師指令做動作	徐櫻芬、張紋菱	210
(四)學會道謝	徐櫻芬、張紋菱	215
(五)把指定的作業完成	徐櫻芬、張紋菱	220
(六)做自己該做的工作	張紋菱、徐櫻芬	226
(七)適當使用公共用品	張紋菱、徐櫻芬	232
(八)下課時間的安排(一)	張紋菱、徐櫻芬	238
(九)下課時間的安排(二)	張紋菱、徐櫻芬	243
(十)處理沒做完的功課	張紋菱、徐櫻芬	248
(十一)在時間內寫完生字	黃慈愛	254
(十二)上課時適時適度求助	黃慈愛	257
二、情緒處理技巧		
◎教師說明書		261
◎家長說明書		262
(一)辨識他人的情緒	陳憶萱	263
(二)辨識自己的情緒	陳憶萱	268
(三)我會處理興奮的情緒	陳憶萱	272
(四)我會處理生氣的情緒	陳憶萱	275
三、人際互動技巧		
◎教師說明書		279
◎家長說明書		280
(一)傾聽	侯佳伶	281
(二)向別人借東西	侯佳伶	285
(三)我會輪流	侯佳伶	290
(四)我會遵守活動規則	侯佳伶	294
(五)我會與人分享	侯佳伶	298
(六)說話時保持適當距離	黃怡真、張紋菱	302
(七)我會加入戶外活動	黃怡真	307
(八)適當回應	黃怡真	312
(九)接受協助	黃怡真	317

(十)說出適合的話.....	黃怡真	322
(十一)和別人合作完成一件事.....	賴孟君	327
(十二)讚美別人.....	賴孟君	330
(十三)適當的結束談話.....	賴孟君	335
(十四)我會適當回應別人的嘲笑.....	陳憶萱	338

四、問題解決技巧

◎教師說明書.....		341
◎家長說明書.....		342
(一)適當向同學表達需求.....	黃慈愛	343
(二)我會適時道歉.....	黃慈愛	348
(三)適當的抱怨.....	黃慈愛	352
(四)能接受情境的轉換.....	賴孟君	356
(五)遇到挫折我會處理.....	賴孟君	360

參、心得篇

第一章 ADHD 學生社會技巧訓練試教心得

一、一趟緊張刺激的研習旅程.....	高瑞鄉	365
二、浩劫重生.....	施桂菁	369
三、蛻變.....	吳庭耀	370
四、「歡喜做、甘願受」.....	杜家文	372
五、電視冠軍大作戰.....	張杏華	373
六、一天 48 小時？如果可以的話！.....	施相如	374

第二章 Autism 學生社會技巧訓練試教心得

一、高速公路走九遍.....	徐櫻芬	375
二、充滿豐收的研習.....	姜惠馨	377
三、從「教」體會.....	陳憶萱	379
四、結構化的過程.....	賴孟君	380
五、發現繼續前進的力量.....	張紋菱	381



「知」「行」合一： 特教教師如何實施社會技巧訓練

蔡 明 富

壹、前言

學生的學習應兼顧學業與社會發展層面，Gresham (1988)綜合文獻提到學校對兒童及青少年而言，對於建立、發展與維持人際關係及獲得同儕接納是相當重要的場所，如果學生欠缺學校所需社會技巧或不被同儕接納，很容易導致學校適應不佳。Parker 與 Asher (1987)提到許多文獻探討孩童的同儕關係(peer relationships)，主要是因為孩童的同儕地位(peer status)可以顯著預測青少年與成人階段是否會出現異常(引自 Sale & Carey, 1995)。因此，如何教導學生具備適當社會技巧甚為重要。

在所有身心障礙學生中，注意力缺陷過動症學生(Attention-Deficit/Hyperactivity Disorder, 簡稱 ADHD)常被提及易伴隨人際互動問題，國外研究發現 ADHD 學童在同儕間的社交地位多是屬於被排斥或拒絕的(Landau & Moore, 1991)。綜合許多文獻也發現約有半數 ADHD 學生出現同儕互動的困難，常受到同儕的拒絕(Barkley, 1998; Gueveremont & Dumas, 1994)。此外，根據 DSM-IV-TR (2000)對自閉症學生(Autistic Disorder)的診斷標準，自閉症核心症狀包括社會互動障礙。許多研究也顯示自閉症學生在辨識他人情緒、表達適當人際互動行為易出現困難(Bauminger, Shulman, & Agam, 2003; Downs & Smith, 2004)。因此，ADHD 與自閉症學生社會技巧問題值得教育工作者重視。

貳、如何實施社會技巧訓練？

對於欠缺社會技巧的學生，主要來自其缺乏適當社會技巧以因應人際互動，導致在校易受到他人的拒絕、排斥。特教教師猶如一位導演，要學會如何提供其適當社會技巧腳本，在特教教師在既「導」又「演」的過程，讓學生學會社會技巧。認知行為取向社會技巧訓練強調社會技巧的教學程序兼顧「認知」與「行為」兩種學派技巧，在訓練學生時必須提供欲教導社會技巧鷹架，並透過實際示範、演練、回饋與修正等教學過程，讓學生不僅知道社會技巧架構，並能實際付諸行動，是一種所謂能「知」又能「行」的社會技巧訓練方式。所以此種訓練方式比較適合運用在認知功能正常的學生。如何實施認知行為取向社會技巧訓練，筆者參考洪麗瑜(民 91a, 91b)實施社會技巧訓練文獻，以及個人教學經驗，分從教學前、教學中與教學後說明之：



一、教學前

(一)評量起點行為

在開始實施社會技巧訓練前，教學者應先蒐集學生資料，以利了解學生起點行為。蒐集方式可採晤談或實施行為評量表方式去進行，在晤談方面，可訪問個案普通班導師、家長或重要他人，以了解個案社會技巧表現。在行為評量表方面，可採用國內洪儷瑜(民 89)編製「青少年社會行為評量表」(適用年段為國小六年級至國中三年級)，評量內容包括適應行為(如合群、溝通技巧、利社會行為、衝突處理、自我效能、學業學習)與不適應行為(如攻擊、違規、過動—衝動、退縮—膽怯、焦慮、人際問題、學習適應問題)，可讓教學者同時了解學生正、負向社會行為表現，評量方式包括教師評、同儕評與自評三種，多種評量來源可供教學者參考使用。

(二)確定教導技巧

根據上述蒐集資料，教學者進一步歸納個案目前具備哪些社會技巧、缺乏哪些社會技巧，接著由易而難列出個案缺乏社會技巧問題，並考量此學期或未來應教導社會技巧先後順序，如此才能設計出符合學生需求的個別化社會技巧課程。

(三)設計教學步驟

針對已確定社會技巧課程，教學者教學前要根據社會技巧成份去分析，並將社會技巧分成 3-5 個教學步驟，每個教學步驟間應彼此獨立且容易讓人理解，以利提供個案適當學習鷹架。由於社會技巧表現會因不同社會情境而有差異，故教導社會技巧並非讓學生學習固定人際行為答案，教學者主要提供思考架構，使學生能夠因應不同情境表現正向行為，所以設計教學步驟應避免教學步驟過於僵化、單一。此外，設計教學步驟應結合學生所處生態情境，如果學生需要視覺化提醒，如自閉症學生，可在教學步驟後加入視覺提示，以利學生學習。

二、教學中

(一)引起動機

教學者在教導社會技巧時，為增加學生學習動機，應提供與學生日常生活情境相關之例，或利用複習舊技巧連結新技巧，導入學習新社會技巧主題，以引發學生學習動機。

(二)示範

接著以角色扮演達到示範教學之目的，為讓示範過程順利，主教者可搭配協同教學者一起進行。示範過程先由教師演練一段與新技巧有關情境，示範時可先由教師與協同教學者示範，如果學生程度不錯，可直接由教師與學生示範，注意示範要正確，並確認學生是否明白，接著再由教學者採放聲思考方式示範教導技巧，然後再將社會技巧步驟寫在黑板或以提示卡方式提示於黑板，以利學生熟悉社會技巧步驟。

(三)演練

演練時應提供學生熟悉日常生活情境為主，並讓學生輪流練習教學步驟，如果剛開始學



生不熟悉演練方式，可先由教師與協同教學者或教師與學生先演練，待所有學生知道如何演練後，再由學生間彼此演練。在每節課中，最好每位學生都能夠有演練機會。

(四)回饋

為增加學習成效，可善用回饋機制，但回饋要立即、明確，如演練過程可提供教學步驟檢核單，由學生彼此檢視學習成效，並搭配班級增強系統。

(五)修正

如果教學後，發現學生仍無法順利演練教導步驟，此時可讓學生再度演練，予以修正。

三、教學後

(一)複習教學步驟

在教完一個單元後，教學者需利用時間複習今天教學步驟，可利用放聲思考方式協助學生複習社會技巧步驟。此外，如果學生無法順利說出所學教學步驟，可供未來彈性調整課程之參考。

(二)總結增強回饋

在課程結束前，教學者可總結學生在班級增強系統表現並給予回饋，最重要應提示學生所得到回饋與學生在課堂上表現出正向行為有關，以利培養學生正向行為表現。

(三)提供家庭作業

實施社會技巧訓練常面臨學生學習技巧後，無法適切運用在其它情境中。為增加學生習得社會技巧之類化，教學者可安排兩種回家作業，如學校、家庭情境作業，以利學生能夠在普通班與家庭情境中繼續演練與學習。以提昇學生學習社會技巧之類化效果。

參、如何檢核社會技巧訓練？

根據筆者教學經驗，教師進行社會技巧訓練時，由於剛開始接觸此種訓練方式，如何成功扮演既「導」又「演」的角色，以及掌控整體教學情境，實面臨極大挑戰。為協助教學者實施社會技巧訓練，筆者從硬體設備、課程內容、教學過程與課後檢討等方面，設計社會技巧訓練自我檢核表，共 25 項供實施者參考，請見表 1。



表 1 社會技巧訓練自我檢核表

社會技巧訓練自我檢核表

檢核者：_____

檢核日期：_____年_____月_____日(有符合者請在□中打✓)

一、硬體設備

- 1.教室課桌椅排列妥當(上課學生、其它參與人員)
- 2.學生位置安排妥當(學生位置間距離、教師與學生互動距離)
- 3.教室佈置得宜(班級公約、增強系統)

二、課程內容

- 1.引發動機(引發情境考量學生背景與興趣)
- 2.示範(示範要留意學生了解主教者的演示重點)
- 3.演練(演練情境考量學生文化背景、設計適當演練情境)
- 4.回饋(設計教學步驟檢核表，注意學生容易勾選)
- 5.類化(設計教師或家長檢核表、教師或家長容易配合進行)
- 6.增強物(增強物符合學生需求)

三、教學過程

- 1.引發動機(學生清楚教師為何要上此次單元內容)
- 2.教師示範(學生清楚教師所示範的重點)
- 3.演練(考量如何順利演練、每位學生均有演練)
- 4.回饋(學生知道如何勾選教學步驟檢核表)
- 5.修正(學生根據他人回饋再演練)
- 6.學生個別差異(學生表現專心、有無突發狀況)
- 7.類化(實施教師或家長檢核表)
- 8.學習心得(學生知道單元學習重點、社會技巧教學步驟)
- 9.增強系統運用得宜(給學生點數、說明增強系統背後意義)
- 10.教學時間控制得宜(學生均有演練機會、有複習學習內容)

四、課後檢討

- 1.能說出此次教學成功之處
- 2.能說出此次教學為何成功
- 3.能說出此次教學失敗之處
- 4.能說出此次教學為何失敗
- 5.能留意學生的回饋
- 6.能留意重要他人的回饋(如協同教學者、家長...)



肆、結語

學校是學生社會化之重要場所，學生如果未具備適當社會技巧，會影響其未來適應與發展。在身心障礙學生當中，ADHD 與自閉症學生的確面臨許多人際互動問題，為減少 ADHD、自閉症或其它嚴重情緒障礙學生社會技巧問題，特殊教育工作者應提供社會技巧訓練菜單，使這些學生能夠增加社會技巧，提昇其社會互動能力。本文主要提供如何實施與檢核社會技巧訓練，但知道以上概念並不表示未來能夠順利實施社會技巧訓練，不僅學生學習社會技巧訓練應「知」「行」合一，同樣地，特教教師在學習此項技巧過程亦應兼顧「知」與「行」，經由不斷練習、改善教學技巧，以及他人回饋，才能熟悉與運用得宜。

伍、參考文獻

一、中文部份

- 洪儷瑜(民 89)：青少年社會行為評量表。台北市：心理出版社。
- 洪儷瑜編(民 91a)：社會技巧訓練的理念與實施。台北市：國立台灣師範大學特殊教育學系。
- 洪儷瑜、陳芬芳、黃裕惠、許尤芬編(民 91b)：社會技巧訓練課程實例彙編。台北市：國立台灣師範大學特殊教育學系。

二、西文部份

- Barkley, R. A.(1998). *Attention Deficit Hyperactivity Disorder: A handbook for Diagnosis and treatment* (2nd ed). New York: Guilford.
- Bauminger, N., Shulman, C., & Agam, G. (2003). Peer interaction and loneliness in high-functioning children with autism. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 33(5), 489-507.
- Downs, A., & Smith, T. (2004). Emotional understanding, cooperation, and social behavior in high-functioning children with autism. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 34(6), 625-634.
- Greshman, F. M. (1988). Social skills-conceptual and applied aspects of assessment training and social validation. In J. C. Wit, S. N. Elliot, & F. M. Gresham (Eds.), *Handbook of behavior therapy in education*(pp. 523-546). New York: Plenum.
- Guevremont, D. C., & Dumas, M. C. (1994). Peer relationship problems and disruptive behavior disorders. *Journal of Emotional and Behavioral Disorders*, 2(3), 164-173.
- Landau, S., & Moore, L. A. (1991). Social skill deficits in children with attention deficit hyperactivity disorder. *School Psychology Review*, 20, 235-251.
- Sale, P. & Carey, D. M. (1995). The sociometric status of students with disabilities in a full-inclusion school. *Exceptional Children*, 62(1), 6-19.



校園內 ADHD 學生社會技巧問題之探討

蔡明富·蔡淑妃

由於編製 ADHD 學生社會技巧課程，必須先了解目前 ADHD 學生在校園內出現哪些社會技巧問題，再編製符合其需求的課程。所以筆者為廣泛了解 ADHD 學生在校園內常出現的社會技巧問題，以「校園內 ADHD 學生社會技巧表現調查問卷」為研究工具，針對 64 名國中小 ADHD 學生(智力正常)之普通班導師，讓導師陳述班上 ADHD 學生在上課(包括靜態與動態課程)、下課(包括教室內與教室外)會出現的人際互動問題。綜合歸納研究結果，導師認為 ADHD 學生在校出現社會技巧問題共有四部分，包括教室生存技巧、情緒處理技巧、人際互動技巧與問題解決技巧等。茲分別說明如下：

一、教室生存技巧問題

教室生存技巧問題是指 ADHD 學生未能具備在教室中基本適應技巧。其主要內容與導師陳述例句如下：

(一)保持安靜

指 ADHD 學生上課時未能保持應有的音量。如：喃喃自語；發出怪聲，以致於影響旁邊的同學；會製造怪聲，影響上課秩序。

(二)上課坐好

指 ADHD 學生在學校活動未能適時表現應有的坐姿或站姿。如：隨意離開位子；上課動來動去和四周的同學講話或鬧同學；課堂上跑來跑去；體育課時滿場飛；朝會時會動來動去，站姿歪七扭八。

(三)上課專心

指 ADHD 學生上課時未能保持適當的專注力。如：上課非常不專心，摸東摸西、發呆；分心、看窗外；東張西望。

(四)保持座位整潔

指 ADHD 學生未能保持自身和周遭環境的清潔。如：該生的學用品常散落周遭，製造髒亂；桌面凌亂；美勞課畫畫一定滿桌髒亂，顏料亂灑。

(五)帶齊學用品

指 ADHD 學生未能準備好相關上課用品。如：在音樂課時常會出現不帶樂器之情形；上美術課不帶用具也不交作品上美術課不帶用具也不交作品；不按時交作業。

(六)完成份內的打掃工作

指 ADHD 學生未能完成自己份內的事情。如：該做的清掃工作不做，四處干擾其他人；掃地時常跑出去玩。



(七)舉手發言

指 ADHD 學生上課時欲發言時未能舉手表示。如：沒舉手就急著，搶著發言；舉手發言時，會一直吵「我沒有叫到」；上國語或社會課時，若談到個案有興趣的話題，他便會插話，然後講個不停。

(八)聽從老師指令

指 ADHD 學生未能聽從活動指導者所發出的指令。如：不隨著老師的指令進行活動(如翻閱書本第 50 頁)；考試沒有寫考卷而是做自己的事；體育課時無法安靜守秩序的按照老師的指導，做出正確、適當的動作。

(九)學習等待

指 ADHD 學生上課時常出現未能等待狀況。如：一直問問題，不願等老師逐題說明；不會耐心的聽完老師的講解。

(十)停止危險行為

指 ADHD 學生在與同儕相處時，所產生的不當且危險的行為。如：拿石頭丟同學；在教室裡，爬上爬下，爬到窗台上，跳到置物櫃上。

(十一)參與團體作息

指 ADHD 學生未能適時參與班級活動的狀態。如：動作較慢，常常跟不上班上步調。

二、情緒處理技巧問題

情緒處理技巧問題主要出現在 ADHD 學生未能具有辨識和處理情緒技巧。其內容與導師陳述例句如下：

(一)辨識他人的情緒

指 ADHD 學生是未能了解別人的情緒。如：上音樂課時，會和隔壁的同學說話，不斷干擾同學上課。音樂老師生氣的糾正，但仍未改進；同學在難過和傷心時，卻一直想找他說話，讓對方更厭煩。

(二)處理自己的生氣

指 ADHD 學生生氣時未能有適當處理方式。如：只要情緒一來，會很生氣、很大聲的為自己、辯解和說別人的不是；有時會產生糾紛，他會發脾氣打人；別人碰到他的玩具，會生氣；常為小事生氣；和同學開玩笑時有時會生氣而和同學打架。

(三)處理自己興奮的情緒

指 ADHD 學生未能適當處理情緒興奮時的反應。如：體育課有激烈競賽時，有時會出現粗暴的言語行為；有時會興奮過度，大聲喊叫，引起大家的不滿；常會 High 過頭。

(四)處理他人的生氣

指 ADHD 學生未能處理同儕的生氣。如：下課時會故意去拉女同學的頭髮，同學生氣時，



還會扮鬼臉，一副惡作劇的模樣。

三、人際互動技巧問題

人際互動技巧問題主要是 ADHD 學生未能具備如何與人相處的適當技巧，主要內容與導師陳述例句如下：

(一)與人共用

指 ADHD 學生未能與他人分享某物或某事，如：不願意和他人共用數學教具；小組合作學習時，該生會去佔據整組的東西，引起同學的不滿；不讓小朋友一起玩球，獨占玩具。

(二)服從分工

指 ADHD 學生與同儕合作學習時，未能與他人對小組運作方式進行協商。如：團體進行討論時，一定要當領導人物，不願服從他人指示；急於想當團體的領導者，但溝通方式無法得到其他同學的認同；上綜合活動時，若遇到分組活動，其意見常與他人不同，偏偏又固執己見，自我很強，完全不理會“少數服從多數”之理；分組活動時不能好好合作如不聽組長指揮，要大家聽他的，不然就會發脾氣。

(三)加入遊戲

指 ADHD 學生未能適當加入團體的方式，如：會故意搶球，害別人的遊戲玩不下去；自行介入同學的遊戲，儘管同學已表示不歡迎他的加入。

(四)遵守遊戲規則

指 ADHD 學生加入同儕團體時未能遵守團體的規範，如：破壞他人的遊戲，或加入後不遵守規則；不遵守遊戲規則，與人起爭執不停；打球時不遵守遊戲規則，不誠實，如球被打到出局時會不承認而與同學發生爭執。

(五)處理遊戲衝突

指 ADHD 學生與同儕遊戲未能適當處理發生衝突。如：玩電腦遊戲時，不遵守輪流的規定，霸佔電腦，與同學打起來；下棋時，常常毀棋，與人起爭執。

(六)服輸

指 ADHD 學生遊戲或活動時未能對輸有適當處理方式。如：下棋輸了不換人，責怪其他同學，說這場不算；玩輸時，會打人；球場失意時，罷賽，干擾同學上課；小組競賽輸了，會大哭、大鬧並說不公平。

(七)如何道歉

指 ADHD 學生做錯事時未能向他人表達歉意。如：明明有做的事，會硬說沒有(不承認過錯)；常常弄壞學校／他人物品，卻一付沒有事的樣子。

(八)原諒他人

指 ADHD 學生未能體諒他人的處境，原諒他人。如：自認投入全部精力，卻因小組某人



的因素，拖累團體成績，會以肢體動作，去“教訓”他認為表現不好的人；常因競賽輸贏與否而責怪隊友的不是。

(九)保持適當的距離

指 ADHD 學生常出現與同儕的肢體碰觸。如：動作粗魯引發別人的抗議；與同學有肢體上的接觸時，力道過大，常使同學感到疼痛或不舒服；動作過大，侵犯他人；會過份靠近其他同學，並有不當的肢體接觸(如碰觸女生胸部)；與同學玩耍時，常無法控制行為的輕重；在走廊上奔跑，撞到同學不自覺也沒有說對不起

(十)避免傷人

指 ADHD 學生與他人互動時會出現的危險行為。如：手中拿剪刀、掃把或雨傘，會喜歡捉弄同學；用東西去戳、去打同學，有時同學會被打傷。

(十一)借用物品

指 ADHD 學生未能合宜向他人借用物品。如：有時會未經同學同意，摸拿同學的文具或書本；亂動或偷拿人家的東西。

(十二)讚美別人

指 ADHD 學生面對同儕好表現產生不當的反應。如：面對同學的好表現說一些讓同學生氣的話。

(十三)如何處理被拒絕

指 ADHD 學生不會處理被同儕拒絕。如：會一直纏著某些小朋友跟他玩，如果被拒絕會翻臉；想跟同學學習溜溜球技法時，若同學不肯教會一直抱怨。

(十四)如何處理被嘲笑

指 ADHD 學生不知如何面對同儕的嘲笑。如：同學因為其衛生習慣嘲笑他，他會與人吵架。

(十五)面對他人的規勸

指 ADHD 學生不知如何處理同儕的勸告。如：在走廊上奔跑，撞到同學不自覺，同學告知，表現出不以為意或嘻笑的態度；心情不佳時會敲桌子、踢椅子,同學勸告反而更嚴重；對同學的規勸發脾氣，影響老師上課。

四、問題解決技巧問題

問題解決技巧問題是指 ADHD 學生在解決人際或相關問題時所出現的困難，其內容與導師陳述例句如下：

(一)處理師生衝突

指 ADHD 學生未能處理與教師所產生的互動問題。如：老師糾正時，沒改進還頂嘴；告誡有哪些不好的行為會頂嘴。



(二)遇挫折或困難時的求助

指 ADHD 學生遇到挫折或困難時會出現不當的處理方式。如：考試時遇到不會寫的字或題目就開始哭鬧；遇困難挫折時，哭得像大班生；功課不會寫或份量較多時就發呆。

(三)適當吸引他人

指 ADHD 學生會出現不當吸引他人注意力的方式。如：亂答一通、唱反調、好表現、想引起他人注意；引起他人的注意；個案會故意說些反話，引人注意；轉頭去丟後面小朋友的東西，引起別人的注意。

(四)排遣下課時的無聊

指 ADHD 學生會出現不當地課排遣無聊的方式。如：下課時，坐在位子上無所事事；下課時常獨自閒晃。

(五)判斷是非

指 ADHD 學生在面對不當的行為或邀約時，會出現不當的處理方式。如：是非判斷力不足，同學邀他蹺課租色情漫畫，並要他付錢，他都照做；未判斷事情是非好壞，常跟著朋友做不好的事情。



校園內 Autism 學生社會技巧問題之探討

蔡明富·黃慈愛

由於編製自閉症學生社會技巧課程，必須了解目前自閉症學生在校園內出現哪些社會技巧問題，以利編製符合其需求課程。筆者為廣泛了解自閉症學生在校園出現何種社會技巧問題，以「校園內自閉症學生社會技巧表現調查問卷」為研究工具，針對 64 名國中小自閉症學生(魏氏兒童智力量表操作智商 70 以上)之普通班導師，讓導師陳述班上自閉症學生在上課(包括靜態與動態課程)、下課(包括教室內與教室外)會出現哪些人際互動問題。綜合歸納研究結果，導師認為自閉症學生在校出現社會技巧問題共有四部分，包括教室生存技巧、情緒處理技巧、人際互動技巧與問題解決技巧等。茲分別說明如下：

一、教室生存技巧問題

教室生存技巧問題是指自閉症學生未能具備在教室中基本適應技巧，若學生能具備這些技巧，則在教室中會有較佳的適應能力。其主要內容與導師陳述例句如下：

(一)上課專心聽

指自閉症學生在上課或參與活動時，不能注意接受目標訊息，並且因外界的干擾而分心。如：不注意聽老師講述；上課玩小東西；上課時只做自己喜歡做的事。

(二)上課安靜坐好

指自閉症學生上課時未能保持安靜、製造聲音或亂說話影響課程進行。如：上課會一直喃喃自語；老師開始說話，他也開始說話；和隔壁的小朋友說話。

(三)聽從老師指令做動作

指自閉症學生在上課或參與活動時，未能聽從活動領導者所發出的指令做出相同的動作。如：有時只做自己喜歡做的事，尤其是畫圖；有時愛理不理，一隻手托著臉撐在桌子上；課本未能翻到老師指定的頁數。

(四)學會道謝

指自閉症學生不能適當的對幫助他的人表達謝意。如：同學幫他拿書包，不會跟同學說謝謝；同學發作業給他，不會向同學說謝謝；不會感謝同學提醒到資源班上課。

(五)把指定的作業完成

指自閉症學生不能將老師指定的作業盡全力認真完成。如：有時會因作業寫不完而不交；該寫的功課拖拖拉拉，無法適時完成；抄別人的答案他才肯寫。

(六)做自己該做的工作

指自閉症學生未能盡全力完成自己應該做的工作。如：美勞課亂畫，配合度不高；勞作作品不肯動手完成，會和其他小朋友玩鬧；自己的書包不會自己整理好。



(七)適當使用公共用品

指自閉症學生不能小心使用相關的公共物品，加以破壞。如：亂畫教室內公共圖書；亂畫書桌；亂丟教室的棋子。

(八)下課時間的安排

指自閉症學生在下課時間不能自己安排活動。如：未完成作業不寫，坐在那裡發呆；一直做重覆動作；大多數下課時間，獨坐位置，不與同學互動。

(九)處理沒做完的功課

指自閉症學生在功課沒做完時能以適當的方式做處理，常以碎碎唸、亂發脾氣等不適當方式處理。如：功課做不完時哭鬧；有時會要求同學借他看，若同學不願意，會罵人小氣；功課沒完成時會碎碎唸。

(十)在時間內寫完生字

指自閉症學生不能在老師指定的時間內寫完生字。如：在普通班中會因為過度固執，而不斷修正作業，因而無法在規定的時間內完成作業；因為寫字速度過慢且太仔細而無法在時間內完成功課；該寫的功課因為拖拖拉拉，而無法適時完成。

(十一)上課時適時適度求助

指自閉症學生在遇到不會解決的事情時，不能適當的找人幫忙。如：考卷如果太難不會寫，會出現拍桌，生氣罵人；碰到理科學不來或做不出來時，有時哭泣，並摔東西，鼻涕眼淚一堆，隨手擦拖，造成同學及上課中斷。

二、情緒處理技巧問題

情緒處理技巧問題主要出現在自閉症學生未能具有辨識和處理情緒技巧。其內容與導師陳述例句如下：

(一)辨識他人的情緒

指自閉症學生無法分辨他人高興、生氣、害怕、難過等情緒。如：不知道同學生氣了；不知道老師很高興。

(二)辨識自己的情緒

指自閉症學生無法分辨自己高興、生氣、害怕、難過等情緒。如：不知道自己生氣了；不知道自己很高興。

(三)我會處理興奮的情緒

指自閉症學生在很高興時未能依時機、地點適當表達，出現過於興奮而做出不適當行為。如：因為太興奮而大聲說話；不能適當的告訴別人我很高興。

(四)我會處理生氣的情緒

指自閉症學生未能在生氣時依時機、地點有適當表現，而做出不適當的行為。如：生氣時罵髒話；生氣時踢不喜歡的同學。



三、人際互動技巧問題

人際互動技巧問題主要是自閉症學生未能具備如何適當的與人相處的技巧，茲將內容與導師陳述例句分述如下：

(一)傾聽

指自閉症學生未能注意聽別人說話的內容。如：上課時不專心玩小東西；上課時眼睛看窗外。

(二)向別人借東西

指自閉症學生未能用別人接受的方式借東西。如：若自己忘了帶學用品，會向同學搶來用；不經同學同意使用同學的學用品。

(三)我會輪流

指自閉症學生未能和同學輪流使用工具、進行遊戲或活動。如：不會和同學輪流玩玩具；不能同學輪流盪鞦韆。

(四)我會遵守活動規則

指自閉症學生未能依活動規則進行活動。如：和同學下棋輸了不服輸亂發脾氣；和同學下棋時，打亂棋子。

(五)我會與人分享

指自閉症學生未能將自己喜好的事物說給他人聽或和別人一起享用。如：不會和同學分享玩具車；自己想玩的遊戲器材不讓同學玩。

(六)說話時保持適當距離

指自閉症學生與人說話未能注意距離的適當性，讓人感到不舒服。如：說話時會一直靠近對方；說話時靠太近。

(七)我會加入戶外活動

指自閉症學生未能在時當的時機、地點找適當的人加入教室外的活動。如：下課時獨自晃盪；下課時融不入同學的遊戲方式。

(八)適當回應

指自閉症學生未能適當對同學提出的說法做回應。如：分組活動時，不能配合同學的要求。

(九)接受協助

指自閉症學生遇到不會解決的事情時，未能適當的接受別人的幫忙。如：同學指導他，他似乎不太聽得進去。

(十)說出適合的話

指自閉症學生未能在適當的時機、地點、找對適當的對象和話題談話。如：故意講同學，XX 偷放屁。



(十一)和別人合作完成一件事

指自閉症學生未能和團體其他成員共同完成工作。如：分組無法和人合作，也不知道人家在做什麼。

(十二)讚美別人

指自閉症學生未能對人說出其表現好的地方。如：不會說 xx 的衣服好漂亮；不會稱讚別人是個有禮貌的人。

(十三)適當的結束談話

指自閉症學生不能適當的結束與他人的對話。如：與人談話時常說個不停。

(十四)我會適當回應別人的嘲笑

指自閉症學生對於別人的嘲笑會亂發脾氣且不能使用適當的方式回應。如：別人嘲笑他時會生氣或打人。

四、問題解決技巧問題

問題解決技巧問題是指自閉症學生在解決人際或相關問題時會出現困難，內容與導師陳述例句如下：

(一)適當向同學表達需求

指自閉症學生未能在適當的時機、地點向同學表達其需要。如：硬拉同學陪他到圖書館看書；有時同學不想聽該生講話，他並不能分辨別人沒有意願和他說話，他會一直說，造成別人的不便。

(二)我會適時道歉

指自閉症學生做錯事時，未能適時的向對方說對不起。如：與同學有過當的肢體拉扯，或因誤會而產生糾紛時，不會向同學說對不起；不小心弄壞同學文具時，不會向同學道歉。

(三)適當的抱怨

指自閉症學生對於別人的行為不滿之處，未能在適當的時機、地點、找對適當的對象抱怨。如：有時因埋怨同學不理他而罵人。

(四)能接受情境的轉換

指自閉症學生對於無預警情境的變換不能欣然接受。如：不能接受下雨天不會到操場上體育課的事實，而一直碎碎唸。

(五)遇到挫折我會處理

指自閉症學生在活動或事情不順利時，會出現哭鬧、大叫或一直碎碎唸等影響活動進行的方式表達挫折。如：考卷如果太難不會寫，會出現拍桌和生氣罵人的行為。