

情障生之問題處理與輔導策略

李宏鎰

中山醫學大學語聽系/心理系合聘教授

台中市勵心心理諮商所特聘心理師

前台灣應用心理學會理事長

前中山醫大學心理系系主任

homyilee@gmail.com



情緒行為障礙(教育部)

- (一)定義：(根據「身心障礙及資賦優異學生鑑定辦法」第九條)
- ▶ 指長期情緒或行為反應顯著異常，嚴重影響生活適應者其症狀並非因智能、感官或健康等因素直接造成。
 - ▶ 前項情緒行為障礙之症狀，包括：精神性疾患、情感性疾患、畏懼性疾患、焦慮性疾患、注意力缺陷過動症、或有其他持續性之情緒或行為問題者。

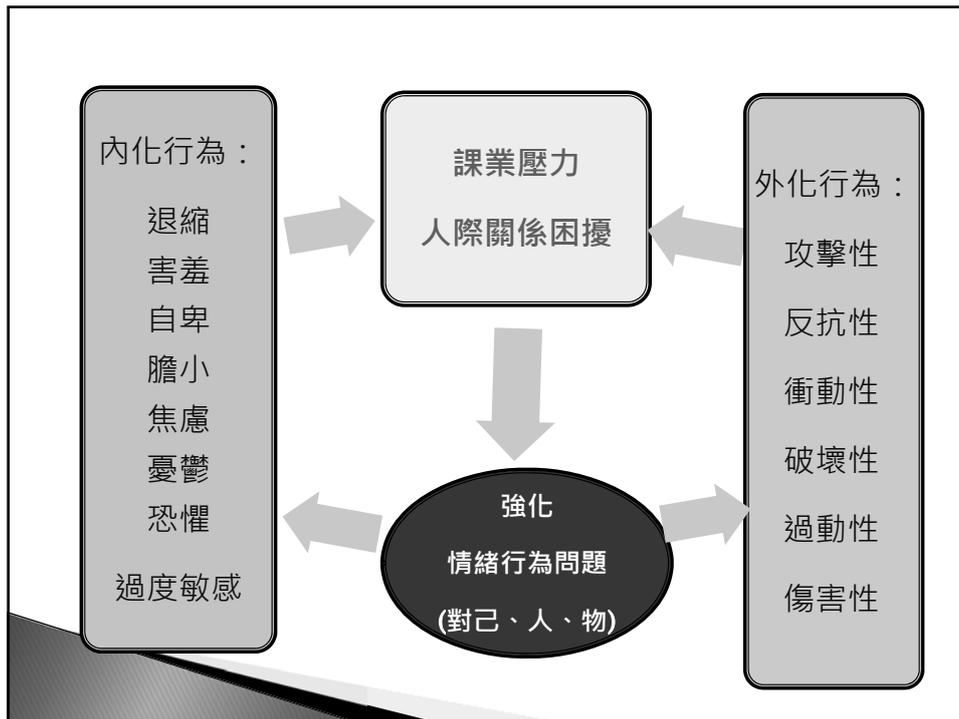
情緒行為障礙(教育部)

(二)鑑定標準：

- ▶ 1.行為或情緒顯著異於同年齡或社會文化之常態者，得參考精神科醫師之診斷認定之。
- ▶ 2.除學校外，在家庭、社區、社會或任一情境中顯現適應困難。
- ▶ 3.在學業、社會、人際、生活等適應有顯著困難，且經評估後確定一般教育所提供之輔導無顯著成效者。

值得注意的事!!

- ▶ 具有上述列舉症狀診斷的學生未必是情緒行為障礙，還要考慮鑑定基準才可符合情緒行為障礙。
- ▶ 相反的，沒有上述診斷的也未必不是情緒行為障礙。
- ▶ 除了上述DSM所列之疾患，還包括有其他持續性之情緒或行為問題者，以防部份因腦傷所致或年齡過小不易診斷之情緒行為異常的學生之特殊教育需求。



台中市統計日期為 108 年 9 月 26 日

教育階段	學前	學前	國小	國小	國中	國中	高中	高中	小計
性別	女	男	女	男	女	男	女	男	
智能障礙	11	31	411	611	254	379	305	395	2397
學習障礙	-	-	435	859	187	410	107	288	2286
情緒行為障礙	-	1	74	463	30	257	25	172	1022
自閉症	22	78	110	729	39	300	29	223	1530
視覺障礙	1	2	20	18	26	34	20	26	147
聽覺障礙	35	51	65	90	44	59	47	43	434
語言障礙	2	5	21	71	-	5	1	2	107
肢體障礙	7	9	26	38	15	22	12	18	147
身體病弱	5	6	22	30	9	17	6	6	101
發展遲緩	493	1246	-	-	-	-	-	-	1739
多重障礙	16	17	83	83	37	34	27	22	319
腦性麻痺	21	33	69	115	55	58	35	44	430
其他障礙	9	22	8	9	-	1	-	2	51
合計學生	622	1501	1344	3116	696	1576	614	1241	10710

傅先生高中階段

- ▶ 上了高職，也沒特別的違規事件。可是3C已經是他生活中不可缺少的玩具了。
- ▶ 只要放假沒上課，就沒日沒夜的上網或電玩，也因此被趕出家門幾次。
- ▶ 讀高職之後，說謊、偷錢、翹課、沉迷網咖都已經是家常便飯。
- ▶ 高職念的是苗栗建台高中高職部。

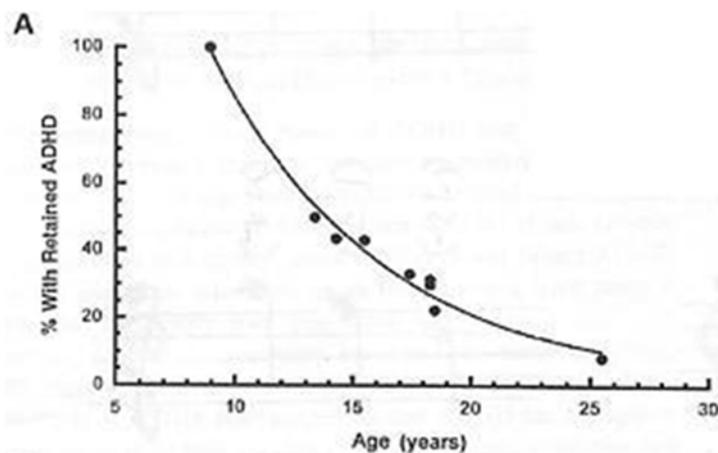
傅先生高職+大專

- ▶ 畢業以後沒考上大學，念的是沒有學籍的新竹聖經學院一年後被退學。第二年重考，考上苗栗育達技術學院外文系。一年後又被退學。
- ▶ 當兵常常時逾假未歸，差一點被關禁閉。
- ▶ 服完兵役以後重考。又考上育達技術學院外文系。升上四年級時休學。現在去澳洲打工旅遊！大學重念了三次還沒畢業...

傅先生改變

- ▶ 直到前兩年，上帝才想到打開另一扇門。告訴我們他只是個ADHD的孩子。之後，他的生活才慢慢找到重心。
- ▶ 他開始知道自己哪裡須需要幫助，又該如何找到好的方法來克服困難，例如：不擅筆記，就先用錄音，用照相來記錄。
- ▶ 早上起不來容易造成曠課，就請朋友或家人定時打電話提醒。
- ▶ 要做的報告或是任何文書處理，就用電腦或口述錄音記錄。
- ▶ 在工作及學業上也就慢慢得到肯定和自信。

ADHD患者的發展



班級經營：一般老師可以怎麼做？

- ▶ 做好親師溝通
- ▶ 平時”積極關注”學生，表揚他的好行為。
- ▶ 給予”特別時間”，讓他表現(當助手)，在旁協助他讚美他。安排小老師
- ▶ 鄰座安排不會挑釁的同學
- ▶ 情境轉換預作提示
- ▶ 約定底限，要求他。
- ▶ 耐心等待他長大。

教學活動：一般老師可以怎麼做？

- ▶ 忽略無關緊要的干擾，知道何時該介入，以避免行為過當。
- ▶ 變化課堂的步調、作業與活動，最好是那些短的、活潑的，且高度動態性質的活動，來配合孩子對活動的需求。
- ▶ 穿插安排適合學生學習風格的「有趣」和「無趣」作業。
- ▶ 當學生的挫折很高時，知道何時該緩和之。
- ▶ 說簡單、扼要、易懂的語言。
- ▶ 溫柔但堅定地執行規範，並同時保持冷靜及正向的態度。

【丟掉課本！丟外套！丟掉書包再丟嘮叨！】神級老師甩開歷史課本在教室實開「二次世界大戰」
文 / 周怡嘉 (新竹培英國中教師)

- ▶ 現在的大考機制讓國中生會考考完後就失去學習動力，這些老師決定顛覆傳統，讓學生當軍師、設計淺艇和戰術，彷彿穿越時光親身參與了二次世界大戰，不僅理解了歷史課本裡的內容，也讓他們學習如何合作。



從一樓到四樓，每一樓就是一個戰場

- ▶ 諾曼第戰役、大西洋反潛戰、德國閃擊西歐、不列顛之戰(英倫空戰)、
- ▶ 蘇芬之戰(北歐)、德國入侵波蘭(東歐)、法國戰役、比利時戰役、敦克爾克戰役。
- ▶ 二樓太平洋戰場：沖繩戰役、硫磺島戰役、吉爾伯特戰役、中途島海空大戰(中途島海戰)、偷襲珍珠港(珍珠港事件)、關島戰役、阿留申群島戰、珊瑚海海戰、菲律賓戰役。
- ▶ 三樓地中海、亞洲戰場：空投日本的原子彈、擊沉大和號、空襲東京、登陸西西里島、克里特島空降戰役、阿拉曼戰役、諾門坎之戰、重慶大轟炸。
- ▶ 四樓德蘇戰場：柏林戰役、庫爾斯克坦克戰、史達林格勒戰役、莫斯科保衛戰、布達佩斯戰役、高加索戰役、巴巴薩羅行動、基輔戰役。

入班輔導衛教訊息-專輔/導師

- ▶ 生理成因訊息：能改變負向歸因。
- ▶ 尊重差異訊息：能提升積極接納。
- ▶ 友善互動訊息：能增加正向互動。

成功的基本條件

合作的親師關係

與家長溝通

- ▶ 先呈現學生在校表現好的行為，再呈現不好的行為，盡老師基本的義務。
- ▶ 轉介給專業人員：特教老師及醫師。
- ▶ “我們一起共同來幫忙他”。
- ▶ 記得保持微笑!表示關心、擔憂之情。
- ▶ 提供鑑輔資源。

媽媽的心聲1

- ▶ 國小時就開始服藥，學校也沒說要作鑑輔，曾經問過輔導室，輔導室都說不用。
- ▶ 國小，不是功課沒帶，就是丟三落四，日子一直很快樂。
- ▶ 一直到小五、六，作業簿框框較小，老師嚴格規定字體，比印刷體還嚴格，常常寫到凌晨。
- ▶ 上了國中，遇到這位班導，我差點要瘋了，說我孩子上課時，眼睛沒看黑板、玩筆，說孩子像小丑。
- ▶ 說我孩子功課沒完成，被指正時，一直頂嘴不服管教。

媽媽的心聲2

- ▶ 班導無法認同與理解ADHD症狀，擴大孩子犯錯的事實。
- ▶ 上學期七支警告，老師認定他明知故犯，家長還寵孩子。
- ▶ 輔導室有訪談小兒，確認孩子有這方面的病症。在(IEP)會議上，班導完全無視家長。溝通過程，堅持孩子是被寵壞的，所有犯錯都要父母出面，干涉教學、干涉班級。
- ▶ 我只是說孩子如果情緒來，有對立時，先讓孩子離開現場，去冷靜一下。對老師、同學三方會比較好一些。
- ▶ 老師不認同，堅決在鑑輔證明沒下來之前，都是一般生。

如何協助ADHD兒童？

壹、合作的親師關係

貳、有技巧的班級經營

台北: 心理出版社 (台灣)



如何協助情障的ADHD兒童?

壹、藥物控制。

貳、輔導/心理諮商。

參、正向行為支持。

一年級新生~小恩1

- ▶ 開學第一週小恩的過動及衝動行為就非常明顯，需要有一位老師隨時抓住他，否則像是泥鰍般一滑就跑掉了，身手相當矯健。
- ▶ 下課時，小恩喜歡在地上打滾。上課時，小恩總愛在課程中打斷老師、干擾上課，甚至拿武器（所有長條形的物件）想攻擊老師。
- ▶ 不然，就是在教室內隨意走動，所有教他的老師都哀鴻遍野，不斷抱怨。

一年級新生~小恩2

- ▶ 往後的每一天媽媽都需要來學校陪小恩一起上課，否則老師沒辦法管教他。
- ▶ 但是，媽媽在課堂上對小恩的制止聲對老師的授課也帶來不少干擾。
- ▶ 因為小恩媽媽需要不斷要求小恩坐好來、認真聽講、不要亂動等等，常會吸引其他同學的注意。
- ▶ 導師感到相當頭痛，想到未來兩年將是艱辛難行，心中大石瞬間壓了下來。

一年級新生~小恩3

- ▶ 第二週起輔導室開始介入，
- ▶ 1.請小恩媽媽帶小恩到輔導室上課，以一對一方式觀察小恩的行為及教導。
- ▶ 2.小恩經常爬上辦公桌打滾，或是鑽到辦公桌下面吃東西，會要求媽媽給他手機玩等等脫序行為。
- ▶ 3.上課時，老師需用一隻手拉住小恩，並且客氣地邀請小恩開始寫字做作業，小恩才可以勉強寫上幾個字。
- ▶ 這些行為在課程中需不斷重複，相當耗時，一節課四十分鐘裡約有三十分鐘都花在糾正小恩的行為上。

一年級新生~小恩4

- ▶ 小恩相當精明，常會提出許多要求，借故拖延時間，
- ▶ 被指示要用橡皮擦擦掉錯誤時，他就要求要先把橡皮擦的外盒完全剝掉，而且一定要照他的方式，不然他不願把錯誤的字擦掉。
- ▶ 可是剝掉橡皮擦的外盒後，小恩卻開始玩自己想要的東西，不願意配合老師的指導。小恩往往說到做不到。

一年級新生~小恩4

- ▶ 第三週，在導師及輔導老師的堅持之下，請小恩媽媽持續讓小恩服用「專司達」。
- ▶ 同時要求小恩在校在老師的監督下服用專司達，以杜眾人攸攸之口。
- ▶ 奇怪的是，小恩服藥之後的效果仍舊不好。
- ▶ 過程中，小恩的媽媽還是一直嚷嚷吃藥沒有效啦！想要改回吃中藥。

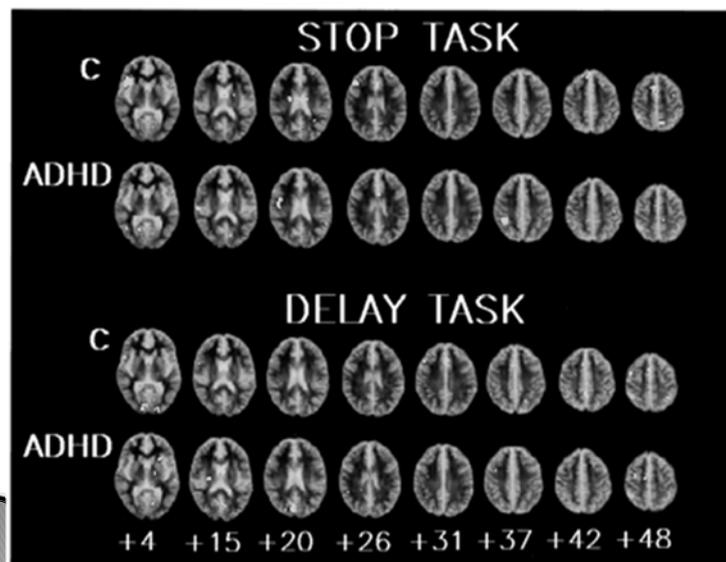
一年級新生~小恩5

- ▶ 第四週媽媽帶小恩回診，要求醫師換新藥，於是開始服用「利他能 (Retalin)」，結果利他能藥物的效果相當明顯。
- ▶ 小恩的過動和衝動症狀緩解很多，已經可以在座位上坐上二十幾分鐘，而且能跟隨老師的指令，一步步做到老師的要求，課業完成度進步很多，較少出現反抗的行為，真是萬幸。
- ▶ 雖然，小恩仍然比其他小朋友容易分心，有時仍然會轉頭跟小恩媽媽講話。但是，已經不用時時刻刻拉住小恩，擔心他亂跑、亂動了。

一年級新生~小恩6

- ▶ 開學頭四週，輔導老師的介入策略。
- ▶ 初期，先將小恩抽離出班級，在輔導室進行教學，過程中初步建立起小恩的上課態度、學習習慣，以及了解學校的生活常規。由輔導室全體人員輪流協助，之後則商請其他單位派員來分擔課務。
- ▶ 一開始，小恩一天只上原班導師的一堂課。
- ▶ 在這個月中，請小恩媽媽陪同小恩就學。
- ▶ 一直到了小恩服用「利他能」，行為穩定之後，才讓小恩逐漸回到原班級上課。
- ▶ 此外，請特教班的特教老師協助申請特殊生資源。

壹、藥物控制

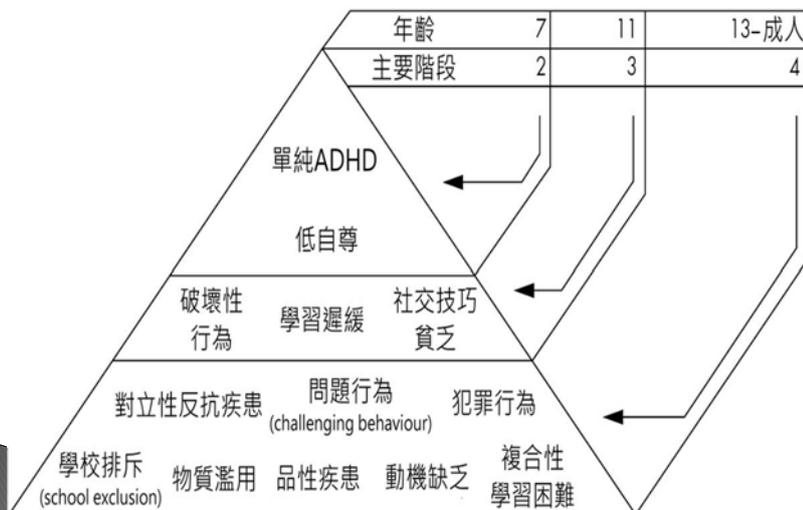


貳、輔導/心理諮商



1. 接納自己，提昇自我概念，克服自卑。
2. 降低對立性反抗行為(ODD)。

Stages of ADHD (Kewley G, 1999)



嘉嘉，脾氣固執，愛爭辯

- 嘉嘉在南投的私立國中曾發生過一些適應不良的狀況。因為嘉嘉每次清潔工作掃地總是掃不乾淨，一再的被處罰，從罰寫十篇心經到一百篇心經，還是掃不乾淨，有一回就頂嘴問老師：「到底是哪裡沒乾淨？我已經掃五次了。」
- 老師認為他的態度不好，叫他去佛堂向佛祖懺悔，想清楚自己那裡錯了，嘉嘉告訴老師他不想去異教徒的佛堂。
- 老師改要他去走廊背熟心經，想清楚自己哪裡錯。嘉嘉就抓狂的說：「我不背邪魔歪教的經文。」很生氣地翻了老師的桌子。
- 媽媽趕到現場看到已經哭得不成人形的孩子，被關在一個房間中。學校科任老師、導師、主任都接連數落嘉嘉的不是，且聲明他們已經給孩子很多的特權與待遇了。

Oppositional Defiant Disorder- 對立性反抗疾患

- ▶ 孩子違逆、敵視和反抗的行為行為持續六個月以上，並且在下列情形中至少出現四種以上。
 1. 經常發脾氣
 2. 經常和大人吵嘴
 3. 經常公然反叛或是不服從大人的指揮或規定
 4. 經常故意激怒別人
 5. 經常把自己的過錯或不良行為歸咎於別人
 6. 經常顯得暴躁易怒
 7. 經常生氣或顯示憎恨的態度
 8. 經常懷恨、記仇或存有報復的心理

ADHD的情緒管理-發怒的處理

- 給他時間安靜下來。
- 請同學不要靠近。
- 轉移注意力。
- 給台階下
- 鼓勵說出原因，討論解決策略。
- 引導寫下事件經過。

當下冷處理, 事後熱處理.

- 情境轉換預作提示

如何與過動兒/ODD溝通?

- ▶ 經常讚美他的好行為/才華
- ▶ 利用身體接觸以撫慰他 (刺激腦啡)
- ▶ 提供立即性回饋, 讓他看到自己
- ▶ 約定表現好即給予喜愛的活動或獎品

處遇三部曲

- ▶ 讚美他
- ▶ 施予小惠
- ▶ 要求他

改善過動兒/ODD的自我概念

- ▶ 協助孩子發展社交技巧
- ▶ 提供正向的角色典範
- ▶ 激發積極的工作抱負 (eg 學好英文..)
- ▶ 提供給孩子真實生活中的任務
(負責排桌椅、發作業.....)

ODD行為的管教技巧

- ▶ **不帶憤怒的回應**:一看到孩子表現偏差行為時，就直接冷靜地指出來，並解釋為什麼這樣的行為必須改變。避免所有無謂的爭執。
- ▶ **不要用人身攻擊的方式來處理事情**: 不要把孩子的行為歸咎於他個人的問題，保持中立及客觀。
- ▶ **不要與孩子的競爭輸、贏、對、錯。**
- ▶ **決定什麼行為需優先處理。**
- ▶ **明確與堅持**: ODD的天性就是持續不斷地折騰大人，直到最後大人投降為止。對孩子設定底限要求他。

國三的文哥~巡輔老師的介入(行為功能評估-替代)

- ▶ 母親說：「阿文小四之前，一直是個認真念書的孩子，從小五之後才開始不愛讀書，抗拒去上安親班，因為要寫很多很多的作業。」
- ▶ 上國中後，阿文的情緒暴躁，多次向老師噓聲、和老師對罵、無故發脾氣，尤其生氣時就破壞公物，老師常常打電話通知媽媽，表示已經不知道該如何教導大哥級的阿文。
- ▶ 文哥的導師則說：「不知道他何時會生氣，直見他稍不如意就會發脾氣，同學和『學校公物』都生活在恐懼下。他不但不上課，還會故意鬧老師，讓老師出糗。」

國三的文哥~巡輔老師的介入(行為功能評估-替代)

- ▶ 入班觀察。文哥上課總是趴著，看似睡覺。不過，此時老師是開心的，並不會叫他起床。
- ▶ 偶而，文哥也會跟同學聊天。
- ▶ 但是，醒著時，對老師的態度總是冷漠及不屑的。到了該去資源班的時間，也真的是蹣跚來遲。
- ▶ 文哥與同學起衝突，一氣之下用拳頭搥破窗戶玻璃，造成手臂受傷。

國三的文哥~巡輔老師的介入 (行為功能評估-替代)

- ▶ 晤談初期，建立關係最為困難！
- ▶ 「由於突然地介入，文哥對我(巡輔老師)的防備之心太強，表現出太多疑惑與不信任。」
- ▶ 巡輔老師開始將晤談與文哥有興趣的事物—線上遊戲與籃球—連結在一起。
- ▶ 晤談時間都是在籃球場上，邊打籃球，邊聊。

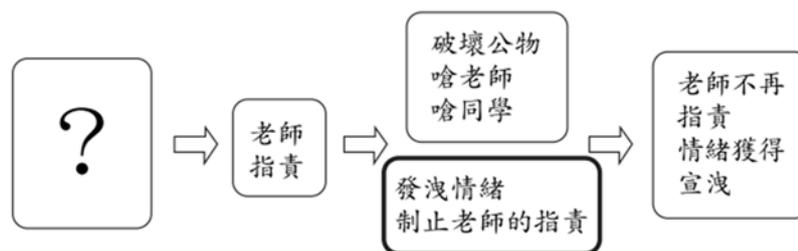
國三的文哥~巡輔老師的介入 (行為功能評估-替代)

- ▶ 晤談中期，讓文哥以打籃球的方式來抒發心中怒氣，取替案主的偏差行為。→替代行為
- ▶ 每次巡輔，巡輔老師與文哥一邊打籃球，一邊傾聽、理解他的想法，同時也加入自己的看法。(情緒支持 & 再教育 & 提供選擇……)
- ▶ 希望貴校輔導老師也可以陪他打籃球。(與重要他人協同合作)
- ▶ 巡輔老師心想：「他不打球，也是翹課、閒晃，甚至翻牆出校門買東西，到底有什麼差別？」

國三的文哥~巡輔老師的介入(行為功能評估-替代)

- ▶ 晤談後期，文哥升上國三了，有問題會主動詢問巡輔老師，至今談論的話題很多，包括：「如與家人溝通」、「同儕相處」、「兩性相處」、「社團活動」等等。
- ▶ 文哥自己也表示：「現在不會那麼容易生氣了！」
- ▶ 除巡輔老師之外，當文哥有自己無法解決事情發生時，他會主動詢問輔導主任及資源班的較談得來的數學老師。

文哥的ABC分析

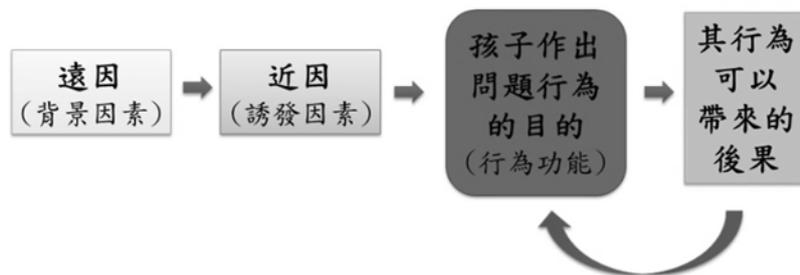


註：文哥之所以會表現出「破壞公物」、「嗆老師」、「嗆同學」等行為是為了發洩情緒。因此，利用「打籃球的行為」來替代文哥的偏差行為，因對文哥而言，打籃球也有發洩情緒的功能。然而，造成被老師指責的遠因「？」並沒有分析出來。

圖 9 採應用行為分析取向，文哥的行為功能評量結果

行為功能評估

每種行為都有其目的/功能，行為背後表達出孩子的需要。如果有關的行為能滿足孩子需要，就會令行為重複出現。



參、正向行為支持

積極調節環境，減少誘發問題行為的因素
(Proactive)

給予有效的行為後果，強化目標行為
(Functional)

教導孩子有效的技巧及拓展能力，
以達到期望的行為目標 (Educative)

正向行為支持

- ▶ **目標:** 逐步移除個案的行為問題，並建立適當行為。
- ▶ **方法:** 採用非嫌惡的、正向的處理策略，才不會有副作用，如：出現攻擊或負向情緒、彼此關係惡化。
- ▶ **特色:** 非常注重預防。不是等待問題行為出現才去處理，而是為了預防問題行為的產生。
- ▶ 要做到預防的工作，就必須進行：
 - ▶ 1. 事先控制策略
 - ▶ 2. 適當的行為訓練，替代原先的偏差行為

正向行為支持的特色

- ▶ 1. 立基行為學派，強調實證
- ▶ 2. 關注個案所處的系統
- ▶ 3. 強調人本，重視個案尊嚴
- ▶ 4. 強調預防性的介入
- ▶ 5. 強調社會效度，重視行為功能
- ▶ 6. 整合多元介入

小四的過動症 VS 課托老師

- ▶ 上體育課時，故意拿球近距離打同學。同學糾正他，他會以三字經怒罵回去，甚至說謊話來掩飾自己的過錯。
- ▶ 在課托鬧事(踢桌子，把課托同學的書包扔在地上，躲在課桌椅下，不寫功課)，連續二小時，讓課託老師無法看其他同學功課。
- ▶ 甚至怒罵課託老師「幹你娘」多次，課託老師詢問，便托辭說是同學碰他，他在罵同學。但課託老師表示該生是對著課託老師罵的。

小四的過動症 VS 課托老師

- ▶ →會罵課托老師是因為他在自習時，拿球來玩，被沒收，他不服氣，因為他看到別的同学在玩別的東西就可以，並沒有被沒收，為什麼他就不可以。

小四過動症 VS 班導師

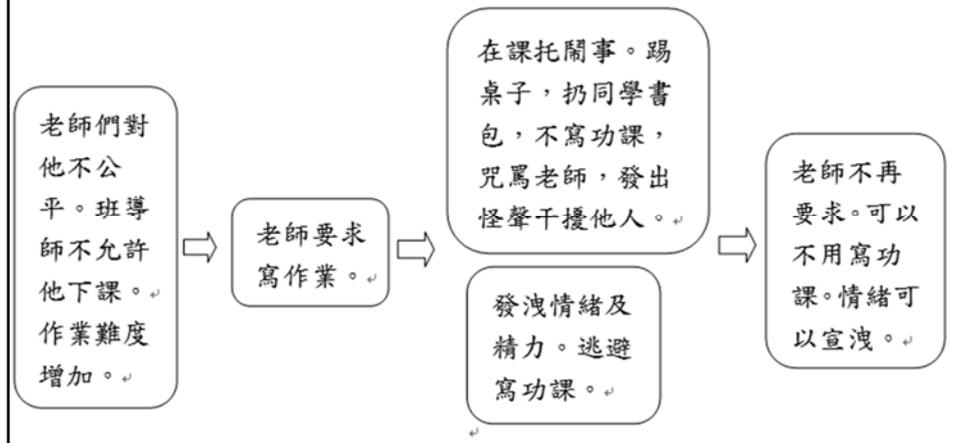
- 同樣地，他也認為導師沒收他的零食(統一麵)，令他不
服，因為導師曾說過：「如果有帶零食來，只要沒有拿
出來，沒有被發現，就不用被沒收。」所以，我雖然有
拿東西來，可是我沒拿出來，是老師搜他的書包，才發
現的。為什麼針對他? 所以，他不服氣，希望老師可以
還給他。「女生就可以吃東西，我都看過她們嘴巴在動，
就沒關係，不公平」。
- 「導師還說，如果有3個人看到你沒有紮衣服，就要被
罰。但是，只要有1個人看到我沒紮衣服，我就要被
罰。」個案表示導師針對他，不公平。之前班上有個同
學，就是受不了這樣的對待，所以轉學走了。

小四的過動症 VS 班導師

- 個案最近幾週，都沒有下課，都在罰寫，訂正或
抄課文。只有20分鐘跳操的時候有下課。常被導
師唸，覺得很煩，希望可以不要來上課。有時導師
要求他，他也不聽。(導師表示他下課就會去捉
弄別的同学，所以不讓他下課。)
- 個案表示在心情悶的時候，就會想大叫。
- 個案早上在原班被導師「不當對待」了，到了課
托的時候，就發洩出來，課托老師成了出氣桶。

應用行為分析:行為功能評估

- 專輔老師代理拿藥。
- 讀體育班。



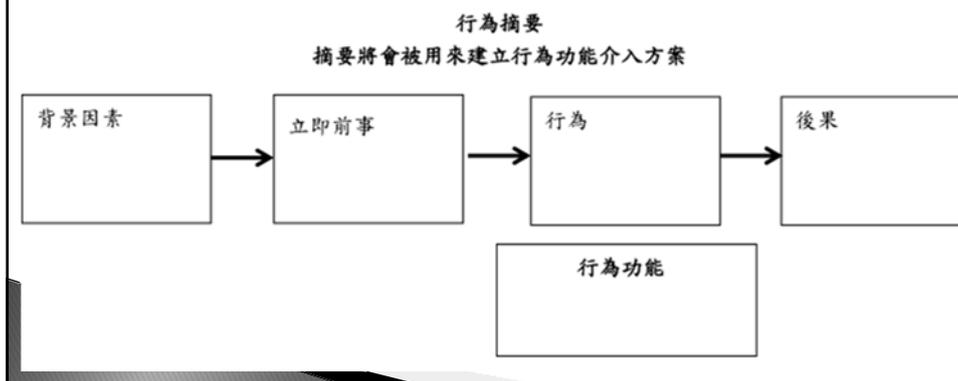
正向行為支持-多元策略

- ▶ 前事預防:老師重申公平性/專輔老師代理拿藥。
- ▶ 發展替代行為(發洩情緒)。
- ▶ 專輔老師用心安排他去參加體育班的訓練，藉由「從事喜歡的足球訓練」，發洩不能下課的怨氣及被同學排擠的怒氣。
- ▶ 訓練新行為。
 1. 下課時間到隔壁樓找認識的同學玩。
 2. 將家庭作業分解成小目標，逐步完成，如先完成抄寫的作業，再完成需他人協助的作業，藉此提高他的動機。依需求在旁協助指導。只要他有部分完成作業就可以獎勵他。
- ▶ 給予有效的行為後果。課托老師不可在他生氣完後，就不再要求他。可以與班導師配合，如果沒有在課托班完成課托老師指定完成的作業，隔天的作業會加倍。

正向行為支持的介入步驟

一、建立個案檔案

- ◆ 收集資料，分析行為產生與環境間的關係，了解個案行為問題的全貌。考慮優先處理的目標行為。



二、觀察評估行為發生的原因及功能

- ◆ A1: 通常人格特質與環境因素會引發問題行為的產生。
- ◆ C: 行為的功能(目的)
 1. 為獲取注意
 2. 逃避任務
 3. 尋求感官刺激
 4. 獲得想要的物品或活動

問題行為的可能功能

填寫行為動機評量表（見表四AB）

(一)滿足生理上的自我刺激

(二)逃避：不愉快或不喜歡的情境、人、事、物等等

(三)獲得他人注意

自傷→照顧者的特別照顧

(四)獲得實質性的東西

(五)表達：需求與情緒

1.表達基本的生理需求、心理需求、或反應生理上的病痛

→因表達困難及理解困難，以行為代替語言來傳達特殊的需要

2.發洩挫折或不滿的情緒 eg無法攻擊別人時...

問題行為的可能遠因

生理因素

例如：

- 性情（如內向、較易衝動、較易憂慮等）
- 遺傳因素
- 青春期
- 荷爾蒙分泌轉變
- 身體疾病及長期痛症

認知因素

例如：

- 偏執的思想模式
- 缺乏技巧：如決策、處理衝突及壓力、控制憤怒、解決困難等的應對技巧

環境因素

例如：

- 家人關係疏離
- 缺乏支援/關愛
- 師長未能給予合理的期望
- 父母的管教方式不一致
- 朋輩關係欠佳
- 受欺凌

三、規劃正向行為支持計畫： 處理策略

- ▶ 前事控制策略
- ▶ 行為後果處理
降低不適當行為
- ▶ 適當的行為訓練
 1. 教導替代行為
 2. 訓練新行為

引導出替代行為

- ▶ 媽媽帶自閉症的兒子去逛誠品，兒子吵的要買機器人，可是家中的機器人已經夠多了？媽媽不要買給他，兒子在店內大哭，請問媽媽該如何處理？

安排適當的行為後果

減少不適當行為的出現

1. 計劃性忽略

- ▶ 計劃性忽略是基於消弱的原理，確定孩子的問題行為是為了引起成人的注意時，當問題行為發生時不要給予正增強。

PS當問題行為會對他人或孩子自己造成傷害時，**不能**使用此方法。

- ▶ 一致地忽略**不具危險性和破壞性的行為**（如哭鬧、抱怨、頂嘴、製造聲音、做出怪動作），通常最後行為會減少。

減少不適當行為的出現

1. 計劃性忽略

- ▶ 計劃性忽略很少**立即**見效；通常問題行為的頻率和強度可能會暫時提高。

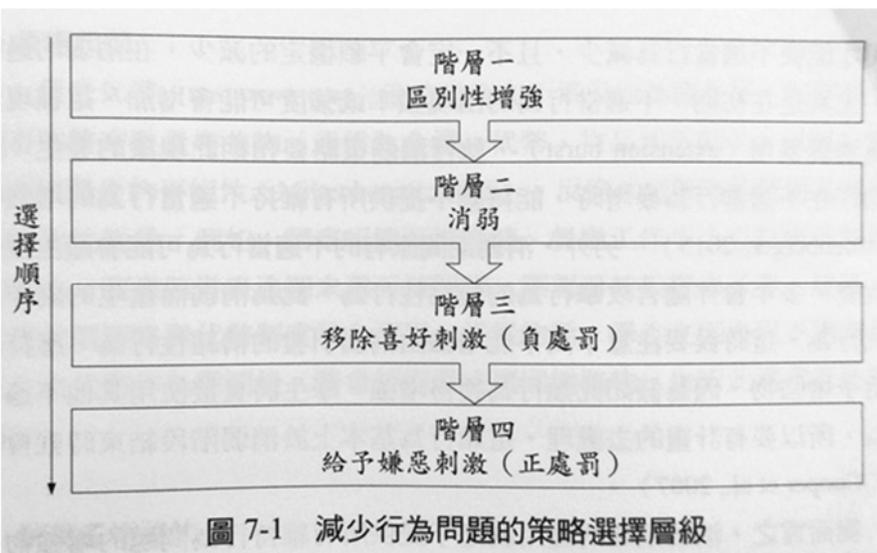
PS孩子會測試成人的反應，所以問題行為可能會再出現，必須堅持不理會；剛開始執行時行為會變嚴重，原因在於孩子發現不能獲得注意，而採取更激烈的手段。

- ▶ **計劃性忽略要搭配行為訓練及增強策略**。教導孩子正確獲得注意的方法，並在其做出適當反應時稱讚或增強他，才能獲得更積極的效果。

減少不適當行為的出現

2. 隔離 (time-out) (淘氣毯)

- ▶ 當孩子處在**喜歡的情境**中，因發生特殊事件，將孩子帶至角落或離開現場。
- ▶ 平時生活中就提供充實而有增強作用的活動，只要問題行為一發生，立刻撤除增強物，或把孩子移到無法得到增強的地方。
- ▶ 但是在使用上應謹慎，因為個案的問題行為**可能會變得更加顯著(故意)**，最好能配合其他增強策略來使用。



情緒控制行為相關的訓練

- ▶ 教導孩子在問題情境出現時，以正確的方式來因應或表達。
- 1. **訓練溝通能力**：訓練孩子以表達取代問題行為，通常孩子能表達後，情緒反應也不會那麼強烈。表達不限定說出來，也可以用手指或圖字卡表示。
- 2. **訓練自我覺察能力/自我控制策略**：讓孩子選舉多元的、適當的情緒發洩方法。

情緒表達的能力訓練



範例 7-6						
情緒類別	生氣	書名	菲菲生氣了—非常非常的生氣			
作者	莫莉·卞 (M. Bang) / 文、圖 李坤珊 / 譯	出版社	三之三文化			
內容摘要	菲菲的玩具被姐姐搶走了，他非常生氣的跑出家門，用哭泣來宣洩自己的憤怒。當他跑進大自然中，這個廣大的世界透過石頭、鳥叫、蟲鳴、大樹和涼風，安慰了菲菲。當菲菲平靜的走回家時，媽媽張開雙臂迎接他，菲菲不再生氣了					
主題名稱	情緒比一比	適用對象	各年級	人數		活動時間
教學目標	1. 觀察他人生氣的表情及肢體動作 (情緒覺察與辨識) 2. 認識生氣的意義 (情緒理解) 3. 瞭解自己及他人生氣的原因 (情緒理解) 4. 學習處理生氣情緒的方法 (情緒調節) 5. 表達自己生氣的感覺 (情緒表達)					

範例 7-6 (續)					
活動名稱	具體目標	活動內容及過程	教學資源	時間分配	
什麼是生氣	能說出生氣的意義	1. 引起動機 引導兒童回答什麼是生氣？什麼情況下會生氣？		2分	
菲菲生氣了	* 能專心聽故事 * 能說出故事的內容 * 能做出生氣的表情及肢體動作 * 能說出生氣時可以怎麼做 * 能觀察菲菲情緒轉變時的顏色變化	2. 主要活動 a. 使用繪本說明故事內容 b. 與兒童討論故事內容 * 什麼事情讓菲菲生氣了？ * 菲菲生氣時做了什麼事情？ * 什麼事情讓菲菲不生氣了？ c. 引導兒童經驗分享 * 請你表演一下生氣的表情和樣子 * 你生氣的時候會想怎麼做？ * 有沒有什麼方法可以讓你不再生氣？ d. 學習單 引導幼兒觀察菲菲生氣時，身體顏色的變化，用蠟筆塗上顏色	繪本： 《菲菲生氣了—非常非常的生氣》 學習單、蠟筆	5分 5分 5分 5分	
生氣雜	* 能說出自己生氣的原因 * 能發洩情緒	3. 延伸活動 請今天有生氣情緒的兒童出來，說出令你生氣的事情，並用力的捏壓生氣雜，表達與發洩生氣的情緒	用力按會發出叫聲的生氣雜	3分	

範例 7-6 (續)

活動名稱	具體目標	活動內容及過程	教學資源	時間分配
什麼是生氣	能說出生氣的意義	1. 引起動機 引導兒童回答什麼是生氣？什麼情況下會生氣？		2 分

菲菲生氣了	<ul style="list-style-type: none"> * 能專心聽故事 * 能說出故事的內容 	2. 主要活動 a. 使用繪本說明故事內容 b. 與兒童討論故事內容 <ul style="list-style-type: none"> * 什麼事情讓菲菲生氣了？ * 菲菲生氣時做了什麼事情？ * 什麼事情讓菲菲不生氣了？ c. 引導兒童經驗分享 <ul style="list-style-type: none"> * 請你表演一下生氣的表情和樣子 * 你生氣的時候會想怎麼做？ * 有沒有什麼方法可以讓你就不生氣？ d. 學習單 引導幼兒觀察菲菲生氣時，身體顏色的變化，用蠟筆塗上顏色	繪本： 《菲菲生氣了——非常非常的生氣》	5 分 5 分
	<ul style="list-style-type: none"> * 能做出生氣的表情及肢體動作 * 能說出生氣時可以怎麼做 			5 分
	<ul style="list-style-type: none"> * 能觀察菲菲情緒轉變時的顏色變化 		學習單、蠟筆	5 分

生氣雞	<ul style="list-style-type: none"> * 能說出自己生氣的原因 * 能發洩情緒 	<p>3. 延伸活動</p> <p>請今天有生氣情緒的兒童出來，說出令你生氣的事情，並用力的捏壓生氣雞，表達與發洩生氣的情緒</p>	用力按會發出叫聲的生氣雞	3分
-----	---	--	--------------	----



延伸討論

- ▶ 哪張圖的主角看起來最生氣?你想為什麼他會那麼生氣?
- ▶ 我們來算一算, 會令主角生氣的事有哪些? (S)
- ▶ 你生氣時, 哪個部位最不舒服? 最有感覺? (O)
- ▶ 生氣的時候, 做什麼事會讓你比較不生氣? (R)

學習單：生氣時,我知道該怎麼做?



- 我可以
 - (1)覺察(感覺)一下我的生氣、
 - (2)停一下
 - (3)看著它, 先不做反應
- 我可以弄清楚自己為什麼生氣?綜觀全局
 - 生氣大都是因為自己的某種心理需求不被滿足。<我想要... , 可是....>
- 我可以請人幫助我。放鬆
- 我可以說出來, 也可以仔細聽。

- 我可以跑步、騎腳踏車....
- 做我喜歡的事



▶ 回家作業

<p>唱歌</p>	<p>運動</p>	<p>玩喜歡的玩具</p>
<p>和大人說話</p>	<p>大聲數數</p>	<p>亂塗鴉</p>
<p>打枕頭</p>	<p>放輕鬆</p>	<p>其他</p>

正向行為支持的介入步驟

- 一、分析問題行為的成因
- 二、掌握問題行為的功能
- 三、多元策略介入行為問題(行為功能介入)
 - 1.生態環境改善策略
 - 2.前事控制策略
 - 3.行為教導策略
 - 4.行為後果處理策略

生態環境改善策略

- 1.服藥問題的解決:
 - ▶ (1)家庭訪問以深入了解個案家庭情形，並加強與家長的溝通合作，宣導服藥的重要性。
- 2.同學排斥:
 - ▶ (1)營造溫暖與支持的環境，如:鼓勵學生互相看到對方的優點。
 - ▶ (2)教導同學問題解決的技能與策略。

前事控制策略

- ▶ 調整老師和同學說話的語氣和態度。
- ▶ 盡量減少口語管教和口語提示(提醒)的方式。
- ▶ 適當地忽略個案輕微的問題行為。
- ▶ 安排對個案接受度較高的同學坐在旁邊，以利課堂行為的教導和提示。
- ▶ 調整課程與作業的內容或份量，以符合個案的程度，提升課堂參與行為。
- ▶ 在課堂上隨時增加引起個案動機的事物。
- ▶ 減少環境中不必要的刺激。

行為教導策略

- ▶ 教導以適當的口語表達自己的想法。
- ▶ 設定有效增強系統，提高課堂參與度。
- ▶ 為該生另外設計不同形式的作業單。
- ▶ 簡化教材，提供學習輔具，改善書寫困難的狀況。

後果處理策略

- ▶ 當出現想要行為時，老師立即給予正向口語或物質的增強。
- ▶ 當出現替代行為時，給予立即性的增強與回饋。
- ▶ 當出現輕微行為問題時，立即給予口語校正或手勢提示。
- ▶ 當出現嚴重問題行為時，給予隔離或處罰（同儕得到增強，個案則無）。

如何協助情障兒童？

壹、藥物控制。

貳、輔導/心理諮商

參、正向行為支持

如何與孩子的溝通?

學習與孩子的「挑戰行為」共處

- 1.降低不合理期待
 - 勿低估個案所需付出的努力、情緒狀態、能力限制
- 2.選擇性忽略 (吸引注意力的行為、咒罵、性騷擾言語等)
 - 任何人，任何情境下的教養態度要一致，一旦被「部分增強」的不當行為會很難消除。
- 3.重新引導個案的注意力
 - 中性地將注意力導引到其他活動。
- 4.提供選擇: 賦權。所提供的選擇，需真的可實現。

如何與孩子的溝通?

- 5.後退一步，再試一次
 - 冷靜、重新專注。
- 6.小聲說話、保持中立的立場
- 7.辨認學生漸增的痛苦。
- 8.避免面質和權力爭奪。
 - 無實際助益，僅會增強挑戰行為

參考書目~台北: 心理出版社



FB粉專

▶ FB粉專: 勵心心理成長中心

