

特殊需求領域—  
社會技巧領域課程  
理論與實務分享III

臺北市東區特教資源中心

廖芳玫

2015.05.11

# 重要資料來源

1. 社會技巧訓練課程之實施(洪儷瑜)
2. 特殊教育課程綱要社會技巧領域課程

# 大綱

壹、從幾個名詞看社會技巧的內涵

貳、社會技巧訓練的基本理念

參、社會技巧訓練與課程設計

(壹)從目前的分工思考社會技巧課從那裡開始？

(貳)社會技巧訓練與課程設計步驟(總表)

(參)步驟說明

# 參、社會技巧訓練與課程設計



一

一、完成 IEP 中的 學習內容調整欄位

二

二、完成 課程需求彙整表。

三

三、找到所有社會技巧學的學生完成 個人能力指標轉換學年學期目標分析表

四

四、彙整學生學習之 次目標 完成 雙目分組及決定該組課程含括之次項目

五

五、計算、調整能力標 成元稱 完單名

六

六、分析步驟完成課程計畫表

七

七、決定訓練情境；依據訓練理論、流程原則設計教案

八

八、進行訓練與檢核

社會技巧課設計步驟總表

廖芳玫

103.12.13

	一	二	三	四	五	六	七	八
步驟	完成IEP中的學習內容調整欄位	完成課程需求彙整表	找到所有需要社會技巧課的學生 完成個人能力指標 轉換學年學期目標 分析表	彙整學生需要學習之次目標 並分組及決定 該組課程含括 之次項目	計算、調整能力指標 完成單元名稱	分析步驟 完成課程計畫表	七、決定訓練情境;依據訓練理論、流程與原則設計教案	八、進行訓練與檢核
內容	1. 從IEP的相關資料中搜尋學生的社會情緒行為問題	1. 召開組內會議 2. 彙整組內所有學生之課程需求	能力現況 ↓ 主軸 ↓ 學習階段 ↓ 次項目 ↓ 能力指標 ↓ 學年目標 ↓ 學期目標	1. 處理情緒技巧	1. 依據該組課程含括之次項目彙整該組學生所需學習之能力指標	1. 組別	◆訓練型式  1.情境設置  2.訓練流程	1. 進行訓練
				2. 處理壓力技巧		2. 教學者		2. 進行檢核
				3. 自我效能		3. 每週時數		
				1. 基本溝通技巧	2. 一學年可上課週數A	4. 教學對象	(1)暖身活動 ⇒引起動機/ 複習舊技巧 (2)說明新技巧 (3)教師示範 (4)決定演練情境 (5)定格演練 (6)回饋與修正 (7)練習與類化⇒指定作業	
	2. 人際互動技巧	3. 一學年可上單元數B	5. 領域					
	3. 處理衝突技巧	4. 全學年應含指標數C	6. 教學目標					
	4. 多元性別互動技巧	5. 一個單元含括指標數D	7. 教學期程					
	1. 學校基本適應技巧	6. 將大約D個內函接近的能力指標劃歸同一個單元，並設計單元名稱	8. 單元名稱	3.重要原則				
	2. 社區基本適應技巧	7. 個別需求的能力指標融入相關單元	9. 課程內容綱要 (1)步驟 (2)目標					
2. 衡量這樣的問題是否需要社會技巧課程								
3. 完成(二)課程調整需求分析」的「學習內容調整								

# 六、以一學年為單位，分析步驟完成課程計畫表

組別	教學者	每週時數	教學對象	領域	教學目標	教學期程	單元名稱	課程內容綱要	
								步驟	目標
				<input type="checkbox"/> 社會技巧		年月日			
						年月日			
						年月日			
						年月日			
						年月日			
						年月日			
				<input type="checkbox"/> 融入之領域：		年月日			
						年月日			
						年月日			

# 六、以一學年為單位，分析步驟完成課程計畫表

組別	教學者	每週時數	教學對象	領域	教學目標	教學期程	單元名稱	課程內容綱要	
A 組	廖芳玫	2		<input type="checkbox"/> 社會技巧 <input checked="" type="checkbox"/> 融入之領域：	1. 教導學生學習察覺壓力、處理壓力與求助的技巧 2. 協助學生認識與肯定自己的優點並且能設地續力的目標 3. 提升人際互動的技能	年月日	認識新朋友 專心聽	1. 能於可堂中演練認識新朋友的語句 2. 了解專心聽的重要性 3. 練習專心聽的技巧	
						年月日	一、 覺察壓力	步驟	目標
						年月日		1. 感身體	1. 能辨識壓力下的身體反應
						年月日		2. 說心情	2. 能表達壓力下的矛盾與複雜的情緒
						年月日	二、 調整心情 /表達壓力	3. 想事件	3. 能評估引發複雜情緒的可能事件
						年月日		1. 調心情	1. 能使用放鬆技巧緩和情緒
						年月日		2. 說事件	2. 能清楚描述壓力事件
						年月日		3. 談想法	3. 能列舉對於壓力感事件可能有的想法
						年月日	三、評估 行動的後 果與做選 擇	4. 說行動	4. 能列舉因應壓力事件可能的行動
						年月日		1. 停一停	1. 面對壓力時，能停止焦慮、放輕鬆、想因應的可能方法和評估後果。
						年月日		2. 想一想	2. 能描述針對壓力事件可能採取的行動。 3. 能說出每個行動可能造成的結果
						年月日		3. 做比較	4. 能評估行動的優缺點
						年月日		4. 再選擇	5. 能做出合法且較適宜的選擇

# 七、決定訓練情境，依據訓練理論、流程與原則設計教案

## ◆訓練型式

### 1. 情境設置

### 2. 訓練流程

- (1) 暖身活動 ⇨ 引起動機 / 複習舊技巧
- (2) 說明新技巧
- (3) 教師示範
- (4) 決定演練情境
- (5) 定格演練
- (6) 回饋與修正
- (7) 練習與類化 ⇨ 指定作業

### 3. 重要原則

## 七、決定訓練情境，依據訓練理論、流程與原則設計教案

### ◆訓練型式

(一)「社會技巧訓練」課

(二)以小團體方式實施

(三)社會性故事教學

(四)隨機教育

◆前三者由於有固定時間有助於安排系統性的課程目標，但卻無助於行為的類化，後者隨機教育雖容易類化，但卻難提供系統性的訓練機會與課程內容。因此，若是以前三種方式進行訓練，要安排類化的相關活動。

# 七、決定訓練情境，依據訓練理論、流程與 原則設計教案

七

## (一)情境設置

1. 人數：Goldstein也建議為了讓學生有充分的演練時間，人數最好不要超過6人。
2. 教室：宜有足夠演練的空間
3. 節數：
  - (1)宜以二節為原則，並應結合相關輔導及教學資源，融入其他課程或情境的學習。(P14)
  - (2)若不在同一天教完所有步驟，需於下次上課開始時先複習舊技巧。
4. 協同老師：最好有一位協同老師擔任行為示範。但若是學生能力可勝任，可以請學生擔任示範的角色。

# 七、決定訓練情境，依據訓練理論、流程與 原則設計教案

七

## 5. 增強系統：

- (1) 確定學生看懂增強系統，知道代幣可以換增強物。
- (2) 考量學生特質是否能接受點數比其他同學少。(可以用束口袋)
- (3) 點數只加不扣

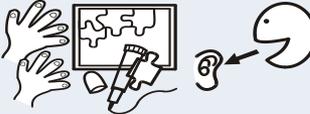
## 6. 班規

- (1) 第一節課就讓學生知道班規是什麼
- (2) 班規也需要一堂課透過活動設計練習
- (3) 班規定定考慮學生可以做到
- (4) 班規宜貼在教室，並請各節課老師都使用一樣的班規。

## 班規

1. 鐘響回座位
2. 眼睛看老師
3. 上課專心聽
4. 發言要舉手

## 專心聽

口訣	步驟	提示
坐	1. 坐好 	1. 手放在桌上、腳放在桌子底下、椅子四腳著地。
停	2. 停下正在做的事 	2. 停止正在做的事或說的話
看	3. 眼睛看 	3. 看老師的眼睛
聽	4. 耳朵聽 	4. 耳朵注意聽老師說什麼(人事時地物)
想	5. 想一想，我聽到什麼，聽懂了點點頭。	5. 讓老師知道你聽懂

## 七、決定訓練情境，依據訓練理論、流程與原則設計教案

### (二)訓練

#### 1. 理論：

(1)行為學派：重視步驟的分析、示範、角色扮演、提示、與提供實際環境練習的機會（亦稱家庭作業）

(2)認知學派：

教導行為者利用內在語言為鷹架，老師在示範時除了教導行為外，也提供內在語言鷹架供學生練習之用，即是自我指導法的運用，其教學步驟如下：

- ①教師放聲思考示範行為（我說我做）
- ②教師提示，學生放聲思考練習（我說你說你也做）
- ③老師小聲提示，學生自己練習
- ④學生自己練習（你說你做）
- ⑤放聲思考撤退（學生做，不必說）

# 七、決定訓練情境，依據訓練理論、流程與原則設計教案

## 2. 訓練流程

洪儷瑜教授以Cartledge等人的流程為主，再參考Goldstein的流程修訂，將七個步驟分為三個目標，修正流程如下：

### (1) 引起動機：

- ① 利用故事、短劇、影片引起學習動機。
- ② 看完故事、短劇、影片後確認學生看到的、想到的和感覺到的是什麼。
- ③ 通常會先設定引導思考的方向。【範例：認識校園單元】
- ④ 故事、短劇、影片的內容要契合教學目標與內容。

## (2) 教導新技巧

### ① 確定技巧步驟（可提供提示卡或海報）（=說明）

步驟	句型
1. 身體	我覺得我的(身體部位) (狀況)。/(身體狀況) 例如： 1. 我覺得我的(臉部)(肌肉緊繃)。 2. 我感覺說不出話來… 3. 我感覺頭很痛胸很悶……
2. 心情	我的心情有一點( )也有一點，( )。覺得壓力很大(覺得有一點壓力)
3. 事情	我想可能跟( 事情 ) 有關。

### ② 示範（放聲思考示範）

### ③ 情境演練

### ④ 回饋（配合增強系統）

### ⑤ 修正演練

## (3) 練習與類化：指定作業或家庭作業

## 七、決定訓練情境，依據訓練理論、流程與原則設計教案

### (三)重要原則

1. 不灌輸單一行為選擇，提供學生多種示範行為之選擇
2. 兼顧行為與歷程，提供(思考)與(行為表現)間的歷程的示範。
3. 鼓勵自我教導，提供內在語言利用自我教導監控行為表現。
4. 提供必要協助：為減少學生學習的挫折，增加學生使用的機會，提供必要的協助，例如行為步驟之提示卡或各種記憶術之運用等，均可增加學生練習的機會。
5. 情境選自學生，符合學生需求、年齡、文化
6. 增加練習機會（家庭作業、活動）
7. 提供明確與立即的回饋（增強）

## 七、決定訓練情境，依據訓練理論、流程與原則設計教案

8. 訓練時間在15次以上，有學者建議在20次以上。
9. 訓練課程因學生個別化需求而有不同的訓練目標與內容，所以課程不能是套裝的內容，即使教師參考套裝的課程也應根據學生的起點行為之診斷，而重新處方設計課程內容。
10. 由於是課程的形式，因此課程設計應安排有作業與評量的安排，課程本位評量即是最佳之運用。
11. 訓練應包括生活環境重要他人的參與，以提昇學習行為的類化。讓學生的重要他人如導師、家長或同儕的參與或提示與讚美，均有有利於學習的類化。

## (一) 進行訓練

1. 學生的**能力落差大**時，能力好的學生可以自行衍生類似的句子，但是老師要準備好一些字詞卡片或是句子或是反映範例，讓能力低的學生至少可以看著提示念出答案。
2. 學生想的反應方式若是**太負面**，避免冗長的討論，因為那不是重點，可以用較正向的語句修飾後由老師重述一遍即可。
3. 有時輪流演練時可以讓能力較低的學生在後面演練，讓他有機會看別人如何做反應。
4. 作業怎麼做要跟學生說清楚。
5. 避免花很多時間寫黑板
6. 避免讓學生上課中要寫很多字。
7. 要確認課堂中要訓練學生表現的行為是什麼，例如：
8. 練習是有層次的：從大家做反應到個別做反應、從看著唸到選擇唸到背起來唸到自己想然後說出來、從會說到會做
9. 告知相關老師，於日常生活中應用學生實際遇到的問題，練習學到的步驟。

## (二) 進行檢核

1. 學生自行檢核
2. 老師檢核學生是否應用於日常生活中

訓練重點是能在做比較和做選擇上做反應(排序/打✓)↑

但是老師上課時交學生把不要的劃掉

而且問學生要選擇什麼，然後把學生的名字寫在空格中。

壓力	我自己想到：快要考段考了，可是我很多課沒上到，很多都不會，就算現在拼命唸也唸不完，跟同學差很多。		
停一停	想一想	做比較	再選擇
停，放輕鬆，我要想一想。	1.如果我 <b>完全放棄，都不要管他</b> <b>優點</b> 是暫時比較輕鬆，可以不要管功課的事。 <b>缺點</b> 是拿到段考考卷時都不會寫，亂猜一通，心情不好，而且同學會的，我永遠不會。		楊○○
	2.如果我 <b>自己試著唸唸看</b> ， <b>優點</b> 是學會一些。 <b>缺點</b> 是有很多不懂，念得很慢而且很煩。		吳○○
	3.如果我 <b>拜託老師幫我複習重點</b> ， <b>優點</b> 是老師知道重點，我可以學得快一點。而且重點都學到了。 <b>缺點</b> 是老師只能挑重點教我，還有很多沒學到。		李○○

# 謝謝聆聽

## 敬請指教

