

社會技巧課程

壹、基本理念

身心障礙學生因為缺乏社會技巧而引伸出的社會適應問題，長期受到特殊教育工作者的重視。一般認為，社會技巧是可為社會接納的行為型態，可以幫助個人獲得社會增強、接納，或是逃避負面情境(Mathur & Rutherford, 1996)，在預防反社會行為方面，社會技巧也扮演重要的角色(Beelmann & Losel, 2006)。Michelson、Sugai、Wood 與 Kazdin (1983)綜合多項文獻的定義，歸納出社會技巧的共同內涵包括：1.基本上是學習得來的；2.包括特定的口語或非口語的行為；3.包括有效與適當的主動引發與反應；4.可以增加獲得社會增強的機會；5.是自然互動中有效且適當的反應；6.社會技巧的表現受到個人因素與行為情境的影響，影響因素包括年齡、性別、接受者的尊卑關係；7.缺陷或過多的行為表現都需要介入（引自 Merrell & Rutherford, 1998）。故本課程主要強調可經由後天而習得之社會技巧(social skills)，著重後天因素與環境的影響，而非指先天具有的特質或能力(ability)。

至於社會技巧教學的理論基礎，最完整的說法為 Gresham(1981)根據 Bandura 的社會學習論所提出之社會技巧缺陷說，其認為應提供社會技巧訓練，建立個人足夠的行為目錄，以因應社會生活之需求(引自 Gresham, 1986)。Gresham(1986)進而建立社會能力的操作性工作模式，將社會能力(social competence)分為適應行為、社會技巧與同儕接納，而社會技巧亦包括人際互動之社交技巧，是社會能力的一部份。在該模式中，社會技巧包括人際互動的行為、與自我有關的行為，以及工作有關的行為。雖亦有多位學者提出不同的分類方法，例如 Walker、McCommell、Holmes、Todis、Walker 與 Golden (1983)在其 ACCEPTS (A Curriculum for Children's Effective Peer Teacher Skill) 與 ACCESS (Adolescent Curriculum for Communication and Effective Social Skill) 課程中所提出的與人際互動有關、與大人或權威有關的、與自己有關的、與工作有關的(包括學業學習或職場工作)等領域分類。在歸納各種分類方法後，大致其課程目標仍包括處己(情緒管理和自我效能)、處人(包括一般同儕、大人和兩性)和處環境(包括教室或社區生活環境)。

據此，本課程的設計理念不侷限在社交技巧，而採概念涵蓋更廣之社會技巧為範疇，分為處己、處人與處環境三個主軸，再配合因應性別角色的發展任務、從學校轉銜到社區的環境轉變，納入與性別互動有關的、與社區有關的社會技巧，將本領域之課程目標分為「處理情緒技巧」、「處理壓力技巧」、「自我效能」、「基本溝通技巧」、「人際互動技巧」、「多元性別互動技巧」、「處理衝突的技巧」、「學校基本適應技巧」及「社區基本適應技巧」等九大次項目。整體而言，社會能力為一終身發展的能力，各發展階段學生都需要。因此本課程所設定之能力指標，係以一般兒童及青少年在其發展階段之重要社會行為表現為參考依據。

另本課程之「自我效能」，乃強調認識自我及一般問題解決能力的技巧，其餘自我決策及有關學習問題之解決能力，則參閱生活管理課程中「自我決策」主軸，與「學習策略課程」中之「支持性學習策略」內涵；「多元性別互動的技巧」強調多元性別交往及性騷擾或性侵犯的處理，有關性別關係與權益則參閱生活管理課程中「家庭關係與性別權益」次項目之內涵；「社區基本適應技巧」強調進行社區活動之應對進退能力，有關社區及家庭應用則參閱生活管理課程中「家庭生活」與「社區應用」主軸之內涵；而處環境之「工作社會技能」為求職業能力發展之完整性，將其併入職業教育課程中「團隊合作」次項目之內涵；此外，本課程著重培養人際溝通的社會行為，有關學生溝通能力之提升，則參閱「溝通課程」。

貳、適用對象與應用建議

國小至高中職階段之各類特殊教育學生，經評估發現缺乏正向社會技巧，或表現不適當社會技巧者，應以多元評量方式確認學生所需之訓練項目，結合個別化教育計畫或個別輔導計畫，設計適合學生需求之教學方案，並有相關適性觀察或操作指標確認學生之學習能應用於實際生活中。

本課程可採外加方式進行，以特殊需求領域課程大綱的能力指標做為擬訂適合該生之學年、學期目標之依據，普通教育(七大學習領域)相關教材可列為教導本課程的教材之一；或將本課程融入普通教育各相關領域課程進行教學，使用上以該普通教育領域的能力指標為主，特殊需求領域課程指標則做為調整的重點。每週課程時數安排應視學生需求而定。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。

參、課程目標與主軸

本課程目標為：1. 能辨識與處理自我的情緒；察覺自我壓力與習得各種抒解壓力方式；認識自我與接納自己的優弱勢能力，並進而學習擬定或調整問題解決計畫的能力；2. 能表達或分享自己的意見、適當評論對他人意見的看法、具備結交朋友及建立長期友誼的能力；強調與他人（指同性或異性之間）相處時能分辨並拒絕不適當的語言或動作、適當控制自己的性衝動，做到彼此尊重及欣賞；分辨衝突的情境、原因及後果，與妥善處理各種衝突情境的能力；3. 在教室情境能適當傾聽、表達需求或參與課堂討論，並能遵守教室或團體的規範；在社區中的各種特定情境，能主動與人打招呼、閒聊、禮貌性應答及表達應景話語或安慰之意。

課程主軸包含三大部分：

- 一、處己：包含處理情緒技巧、處理壓力技巧與自我效能。。
- 二、處人：包含基本溝通技巧、人際互動技巧、處理衝突技巧、多元性別互

動技巧。

三、處環境：包含學校基本適應技巧、社區基本適應技巧。

肆、分段能力指標

一、能力指標編碼方式與說明

在【a-b-c-d】編號中，a 代表 3 個主軸序號（1-3），b 代表 4 個學習階段序號（1-4），c 代表 3 個主軸的次項目，d 代表各流水號。如下表。

主軸	學習階段	次項目	編號
a	b	c	d
1.處己	1.第一階段： 國小 1-3 年級	1.處理情緒技巧	流水號
		2.處理壓力技巧	流水號
		3.自我效能	流水號
2.處人	2.第二階段： 國小 4-6 年級	1.基本溝通技巧	流水號
		2.人際互動技巧	流水號
		3.處理衝突技巧	流水號
		4.多元性別互動技巧	流水號
3.處環境	3.第三階段： 國中 1-3 年級	1.學校基本適應技巧	流水號
		2.社區基本適應技巧	流水號
	4.第四階段： 高中(職)1-3 年級		

二、指標使用說明

本課程能力指標之設計雖涵蓋國小至高中職階段，但社會技巧的學習有其連貫性，故教學前應根據多元評量結果，包括：使用各種情緒或行為評定量表、蒐集各項正式與非正式的觀察、訪談資料，或是透過功能分析等，瞭解學生行為或情緒問題的癥結所在。故進行課程設計時，應強調以學生的個性、能力及需求為基準選擇適當之能力指標設計課程。

以指標 1-3-1-4「能根據情境或情緒強烈程度，選擇可被接受的方式表達自己的各種情緒（如：打人的行為能改用非自傷或非攻擊他人的行為等）」為例，該指標所設定之對象為一般國中一至三年級學生，在「處己」主軸下「處理情緒的技巧」次項目中排序為 4 的能力指標。原適用於國中階段對各項情緒不當處理，導致他人或自己不良影響的學生，但高中職特殊教育學生若有不當處理負向情緒時，老師仍能根據學生需求，依據能力指標設計適合之教學活動。

三、分段能力指標

處己

1-b-1 處理情緒技巧

- 1-1-1-1 能分辨自己基本的正向或負向情緒（如：高興/快樂、生氣、傷心/難過、害怕、討厭、害羞等）
- 1-1-1-2 能表達自己基本的正向或負向情緒
- 1-1-1-3 能分辨他人基本的正向或負向情緒
- 1-1-1-4 能嘗試處理自己的負向情緒
- 1-2-1-1 能分辨自己複雜的正向或負向情緒與強度（如：幸福、輕鬆、驕傲、得意、羨慕、滿足、嫉妒、煩惱、恐慌、擔憂、焦慮、後悔、孤單、懊惱、委屈、厭煩等）
- 1-2-1-2 能表達自己複雜的正向或負向情緒
- 1-2-1-3 能理性評估引發不同情緒的原因
- 1-2-1-4 能分辨他人複雜的正向或負向情緒
- 1-2-1-5 能表達他人複雜的正向或負向情緒
- 1-2-1-6 能嘗試處理自己複雜的負向情緒
- 1-3-1-1 能分辨自己的矛盾情緒（如：又生氣又羞愧）
- 1-3-1-2 能表達自己的矛盾情緒
- 1-3-1-3 能分析不同處理方式引發的行為後果（如：生氣打人會被處罰）
- 1-3-1-4 能根據情境或情緒強烈程度，選擇可被接受的方式表達自己的各種情緒（如：打人的行為能改用非自傷或非攻擊他人的行為等）
- 1-4-1-1 能根據情境或情緒強烈程度，選擇適當的方式表達自己的各種情緒（如：以適當的口語或非口語方式表達情緒等）

1-b-2 處理壓力的技巧

- 1-1-2-1 能藉由生理反應察覺自己面對壓力的情緒反應（如：厭煩、緊張及焦慮等）
- 1-1-2-2 能判斷自己在生活中面臨的壓力來源
- 1-1-2-3 學習新的或困難事物時能面對可能遭遇的失敗
- 1-1-2-4 能表達心理的壓力（如：媽媽的要求很多，讓我壓力很大）
- 1-2-2-1 能在面對壓力時表達自己負面的情緒
- 1-2-2-2 能理性評估引起壓力的各種原因（如：考試不好，擔心回家會被父母罵）
- 1-2-2-3 能接受失敗的結果及所造成的壓力
- 1-2-2-4 能聽從他人的建議選擇較佳的問題解決方法
- 1-2-2-5 能嘗試使用抒解壓力的方法
- 1-3-2-1 能在面對壓力時自我控制負面的情緒

- 1-3-2-2 能分析失敗的原因
- 1-3-2-3 能聽從他人的建議嘗試解決被拒絕的困境
- 1-3-2-4 能從可行策略中自行選擇適當的方式
- 1-3-2-5 能主動使用抒解壓力的策略
- 1-4-2-1 能在面對壓力時有效處理自己的負面情緒
- 1-4-2-2 能從檢討失敗經驗中重新調整解決問題的方式或策略
- 1-4-2-3 能主動尋求資源或策略以處理被拒絕的困境
- 1-4-2-4 能不斷嘗試各種抒解壓力的方法，找出適合自己的有效方法
- 1-4-2-5 能持續使用有效的方式抒解壓力

1-b-3 自我效能

- 1-1-3-1 能察覺自己的優勢及弱勢能力
- 1-1-3-2 能察覺他人對自己的看法或態度
- 1-1-3-3 能在遭逢不如意事件時，接受他人安慰並適當發洩情緒
- 1-1-3-4 能以實質的東西自我獎勵
- 1-1-3-5 能在成人的引導下擬訂計畫解決問題
- 1-1-3-6 能嘗試使用策略解決自己的問題
- 1-1-3-7 能接納自己行為的後果（如：做錯事能接受處罰）
- 1-2-3-1 能接納自己的優勢及弱勢能力
- 1-2-3-2 能接受不可能每個人都喜歡自己的現象
- 1-2-3-3 能在遭遇不如意事件時自我安慰
- 1-2-3-4 能以各種形式自我獎勵
- 1-2-3-5 能嘗試擬訂計畫解決問題
- 1-2-3-6 能理性評估行為與後果之間的關係
- 1-2-3-7 能明瞭凡事須盡力，但不過度重視結果或成敗
- 1-3-3-1 能從自己成功的經驗做自我肯定
- 1-3-3-2 能根據自己的優勢及弱勢能力設定努力或學習目標
- 1-3-3-3 遭遇不如意事件時能主動轉移注意力
- 1-3-3-4 能以內在語言自我鼓勵
- 1-3-3-5 能主動擬訂計畫解決問題
- 1-3-3-6 能面對各項問題情境，並評估自己解決問題的能力
- 1-3-3-7 能分析各種不同問題解決方式的優缺點及其後果
- 1-4-3-1 能積極發揮自己的優勢能力去處理事務或解決問題
- 1-4-3-2 能在遭遇不如意事件時，調整心態為正向思考的角度
- 1-4-3-3 能在面對困境時持續自我鼓勵
- 1-4-3-4 能根據解決問題成效調整方向重新擬定計畫
- 1-4-3-5 能面對各項問題情境事先評估結果，並選擇最好的解決方法
- 1-4-3-6 能做出對自己及他人皆有利的決定
- 1-4-3-7 能勇於面對自己的選擇願意承擔事件後果

處人

2-b-1 基本溝通技巧

- 2-1-1-1 能適當使用非口語方式與人溝通（如：以眼神注視他人）
- 2-1-1-2 能適當使用口語方式與人溝通
- 2-1-1-3 能以身體動作適度表現出對他人談話的傾聽態度
- 2-1-1-4 能依情境適當回答問題
- 2-1-1-5 能依情境表達自己意見
- 2-1-1-6 能等待、輪流說話及不隨便插話
- 2-1-1-7 能傾聽他人對壓力事件的抱怨
- 2-1-1-8 能主動引起話題開始與人進行談話
- 2-2-1-1 能禮貌地表達自己意見
- 2-2-1-2 能觀察適當時機加入談話
- 2-2-1-3 能延續話題繼續與他人談話
- 2-2-1-4 能禮貌的結束話題
- 2-2-1-5 能分享自己有效的壓力處理經驗
- 2-3-1-1 能接受他人不同的意見或感受
- 2-3-1-2 能以他人可接受的方式提出自己的意見
- 2-3-1-3 能禮貌的中斷別人的談話（如：說「對不起」等禮貌的話）
- 2-3-1-4 能覺察別人談話中所隱含的話意（如：雙關語或嘲諷等）
- 2-3-1-5 能表達對他人情緒的理解（如：表現出同理心—以對方的角度說出他的心情與感受，以口語表達為主）
- 2-3-1-6 能鼓勵他人嘗試使用策略解決壓力
- 2-4-1-1 能用適當的方式表達對別人意見的評論
- 2-4-1-2 能禮貌的接受他人對自己意見的評論
- 2-4-1-3 能轉述他人談話的重點以適當回應他人的談話
- 2-4-1-4 能因應對話中隱含之意表現合宜的行為
- 2-4-1-5 能根據對方情緒選擇適當的處理方法（如：能適時的陪伴他人並分享他人的情緒）
- 2-4-1-6 能協助他人抒解壓力（如：回應抱怨）

2- b-2 人際互動技巧

- 2-1-2-1 能在遇到認識的人時主動打招呼
- 2-1-2-2 能適當回應他人的問候
- 2-1-2-3 能對他人作簡單的自我介紹（如：姓名、就讀學校或班級等基本資料等）
- 2-1-2-4 能表達每個人都有獨特的地方，交友時不以單一標準或條件來選擇（如：不以貌取人）

- 2-1-2-5 與人相處時能瞭解簡單的規則並保持適當的人我分際（如：維持適當說話距離、音量、面對對方等）
- 2-1-2-6 能與他人和睦相處建立友善的關係
- 2-1-2-7 能在團體中遵守基本規範
- 2-1-2-8 能主動加入團體
- 2-1-2-9 能適當回應他人的邀請進入團體
- 2-1-2-10 能用適當的方式與他人分享或贈與自己喜歡的物品（如：「我們一起玩我帶來的玩具好嗎？」或「這個東西送給你好嗎？」等）
- 2-2-2-1 能對他人進行一般性的自我介紹（如：基本資料、個人興趣等）
- 2-2-2-2 能判斷朋友的優缺點並結交適當的楷模
- 2-2-2-3 能展現合宜行為以維持長時間的友誼
- 2-2-2-4 能判斷適當的時機主動徵求他人同意後參與團體
- 2-2-2-5 能適當表現被團體接受的行為
- 2-2-2-6 能與他人分享自己的各種生活或學習經驗（如：這本書很好看，你可以看看）
- 2-3-2-1 能適當介紹自己獨特的地方（如：優點、缺點或專長等）
- 2-3-2-2 能欣賞朋友的獨特性建立不同層次的友誼（如：點頭之交、手帕交等）
- 2-3-2-3 能主動尋求志同道合（如：有相同興趣或話題等）的朋友
- 2-3-2-4 能根據自己的喜好主動爭取加入團體
- 2-3-2-5 能積極主動參與小組或團體活動以爭取團隊榮譽
- 2-3-2-6 能與他人共同從事活動分享彼此的感受或想法（如：一起看完電影後，分享觀賞後的心得）
- 2-3-2-7 能在同儕友誼關係出現狀況時有修補的策略
- 2-4-2-1 能依情境變化適當展現自己的優勢能力，以降低弱勢能力帶來的負面影響
- 2-4-2-2 能與不同特質的人維持適當的關係（如：對於自己不欣賞或不接納的人仍能維持基本的禮貌與互動等）
- 2-4-2-3 與朋友互動過程中能選擇適當的回饋，調整自己的行為以維持友誼
- 2-4-2-4 能根據自己的喜好表現出適當行為，以爭取團體的接納
- 2-4-2-5 能積極參與團體學習展現領導的特質與能力
- 2-4-2-6 能在團體中怡然自處適當分享自己的感受或想法（如：在開心的場合可以適時的表達愉快的感受；在悲傷的場合能夠適當的表示慰問或關心之意等）

2-b-3 處理衝突技巧

- 2-1-3-1 能分辨發生衝突的原因及情境
- 2-1-3-2 能表達衝突所引發的情緒反應
- 2-1-3-3 能分辨衝突所造成的後果
- 2-1-3-4 能表達發生衝突的原因及情境
- 2-1-3-5 能避免爭鬥或危險的場合以保護自己

- 2-1-3-6 在面對抱怨情境時能維持心情的平穩
- 2-1-3-7 能嘗試接受他人的拒絕（如：自己沒有被邀請加入活動等困窘的狀況）
- 2-1-3-8 能在被他人誤解或誣賴時，主動尋求大人或同儕的協助
- 2-1-3-9 能在面對同儕他人衝突時，（如：責罵、批評、嘲弄、欺負等）主動尋求大人協助
- 2-1-3-10 能在面對各種衝突情境（如：分享玩具、參與活動或分組等）時，在他人要求下以道歉或和解的方式解決衝突
- 2-1-3-11 能在不願遵從大人的要求時，被動式回應大人
- 2-1-3-12 能在無法執行大人的要求或期待時，表達自己的困難
- 2-1-3-13 能在面對兩難的情境，嘗試選擇對自己較為有利的情境
- 2-2-3-1 能在面對衝突情境時（如：責罵、批評、嘲弄、欺負等），以能被接受的方式表達自己負面的情緒
- 2-2-3-2 能理性評估衝突的代價（如：失去友誼或處罰等）
- 2-2-3-3 能在事後接受衝突的後果
- 2-2-3-4 能在無法接受個人或團體的要求時，禮貌地表示拒絕
- 2-2-3-5 能理性評估自己被拒絕的原因
- 2-2-3-6 能接受自己被拒絕的事實
- 2-2-3-7 能理性評估被誤解或誣賴的原因
- 2-2-3-8 被他人誤解或誣賴時能清楚說明事實
- 2-2-3-9 能在面對同儕的抱怨時，表達自己的立場及理由
- 2-2-3-10 能檢視發生衝突的原因並自我修正
- 2-2-3-11 能在不願遵從他人的要求時，主動表達自己的意見
- 2-2-3-12 能在無法執行他人的要求或期待時，清楚表達自己的困難
- 2-2-3-13 能在面對兩難的情境時，說明情境的利弊得失
- 2-3-3-1 能在面對衝突情境時（如：責罵、批評、嘲弄、欺負等），自我控制負面的情緒
- 2-3-3-2 能在面對衝突情境時，選擇可被接受的方式回應（如：「謝謝你的建議，我會改進！」或「聽你這樣說我很難過！」等）
- 2-3-3-3 能在面對他人的抱怨時，安撫對方情緒以緩和衝突狀況。
- 2-3-3-4 能在不願遵從的要求時，禮貌地說明原因
- 2-3-3-5 能在無法執行他人的要求或期待時，能有效分析自己的困難
- 2-3-3-6 能在面對兩難的情境時，主動選擇對自己較為有利的情境
- 2-3-3-7 能在無法接受個人或團體的要求時，禮貌的說明拒絕的原因
- 2-3-3-8 能在被他人誤解/誣賴時，原諒他人的錯誤
- 2-4-3-1 能在面對衝突情境時，有效處理自己的負面情緒

- 2-4-3-2 能在面對他人的抱怨或衝突（如：責罵、批評、嘲弄、欺負等）時自我反省
- 2-4-3-3 能主動與他人協商提出雙方都可接受的方法解決衝突（如：雙方各退一步）
- 2-4-3-4 能分析衝突原因以在事前避免正面衝突
- 2-4-3-5 能在面對團體多數的壓力時，仍可做出正確的決定
- 2-4-3-6 能在被他人誤解或誣賴時主動澄清
- 2-4-3-7 能在不願遵從他人的要求時禮貌地協商，提出其他可能的替代方案
- 2-4-3-8 能在無法執行他人的要求或期待時，根據原因尋求有效的資源
- 2-4-3-9 能在面對兩難的情境尋求資源或替代方法，解決內在的自我衝突

2-b-4 多元性別互動技巧

- 2-1-4-1 與他人相處時，能遵守基本的禮儀
- 2-1-4-2 能分辨他人適當或不適當的語言
- 2-1-4-3 能大聲拒絕他人不當的觸摸或語言
- 2-1-4-4 在面對他人不當的觸摸或語言時，能尋求協助
- 2-1-4-5 能判斷與他人會有不同程度的親密感或身體接觸
- 2-1-4-6 能在公開場所不碰觸自己的性器官
- 2-2-4-1 能分辨與他人相處時的安全或危險的情境
- 2-2-4-2 能與他人相處時分辨安全或危險的人物
- 2-2-4-3 能勇敢表達對他人不當觸摸或語言的反感
- 2-2-4-4 能保持與他人相處時的身體界線
- 2-2-4-5 能用適當的肢體語言欣賞各種性別的人（如：適當的目光接觸）
- 2-3-4-1 能與他人相處時分辨危險情境或危險人物的線索
- 2-3-4-2 能在危險情境下或與危險人物相處時，採取正當的防衛措施
- 2-3-4-3 能使用技巧拒絕他人不當的觸摸或語言
- 2-3-4-4 能與他人共同參與團體或活動
- 2-3-4-5 能適當使用某些物質或活動表達對他人的欣賞或喜歡
- 2-3-4-6 能尊重他人的意願，不侵犯對方身體
- 2-3-4-7 能懂得保護自己，拒絕被禮物或金錢收買
- 2-3-4-8 能分辨他人愛慕的言語及行為
- 2-3-4-9 能以適當替代方式抒解自己的性衝動（如：能在有性衝動情形時想辦法轉移自己注意力或去運動）
- 2-3-4-10 能尊重他人的性別傾向或認同
- 2-4-4-1 與他人相處時能預期可能發生的危險情境
- 2-4-4-2 與他人相處時能事先預防以避免陷入危險的情境
- 2-4-4-3 能使用技巧逃離他人不當的觸摸或語言
- 2-4-4-4 能尋求適當途徑告發他人不當的觸摸或語言
- 2-4-4-5 能在提醒下注意與他人單獨約會的安全（如：選擇適當的場所、避免夜歸或暴露的穿著等）

- 2-4-4-6 能禮貌地拒絕他人愛慕的言語及行為
- 2-4-4-7 能在追求他人被拒絕時尊重他人的決定

處環境

3-b-1 學校基本適應技巧

- 3-1-1-1 能在課堂中持續傾聽他人說話（如：保持安靜、目光注視對方等）
- 3-1-1-2 能依指示完成簡單的工作（如：攜帶指定的物品/材料、抄聯絡簿或收拾書包）
- 3-1-1-3 能在遇到困難時等待時機及情境求助
- 3-1-1-4 能以適當的身體動作或口語表達需求（如：舉手或說「我不會」、「教我」等求助語）
- 3-1-1-5 能遵守教室規則（如：專心上課、上課鐘響就要進教室、舉手後發言、不隨便離開座位或上課時不過度發言等）
- 3-1-1-6 能在課堂或小組討論適當回應老師的問題
- 3-1-1-7 能在課堂或小組討論表達自己的意見
- 3-1-1-8 能在小組中與同學分工合作完成自己分內的工作
- 3-2-1-1 能在傾聽他人說話適時以身體動作或口語回應（如：點頭或以嗯、喔表示對說話內容的回應等）
- 3-2-1-2 能在監督或協助下完成複雜的工作（如：舉辦班級慶生會或教室布置工作等）
- 3-2-1-3 能在遇到困難時，具體說明需要的協助（如：我不知道這一題要如何列式，請你教我）
- 3-2-1-4 能根據課表準時到各專科教室上課
- 3-2-1-5 能遵守不同課堂的規則（如：在電腦教室不可飲食）
- 3-2-1-6 能主動參與在課堂或小組討論
- 3-2-1-7 能在小組中主動對同儕或成人提供協助（如：當小老師、協助同學完成小組工作等）
- 3-2-1-8 能在小組中服從小組決議完成小組指派的工作
- 3-3-1-1 能傾聽他人說話，簡短摘要對方的談話內容
- 3-3-1-2 能服從指令規劃步驟完成複雜的工作
- 3-3-1-3 能在遇到困難時依問題性質尋求特定對象或資源的協助（如：遇到不會的數學題能求助數學老師或數學成績較好的同學）
- 3-3-1-4 能遵守不同專科教室的規定配合老師的指令，注意各種器材的使用安全（如：在家政教室裡要小心瓦斯爐、菜刀等）
- 3-3-1-5 能在在課堂或小組討論尊重他人不同的意見
- 3-4-1-1 能傾聽他人說話，表現出同理他人的感受（如：我知道你現在一定很難過）

- 3-4-1-2 能服從指令規劃執行工作的步驟
- 3-4-1-3 能在執行工作過程中自我檢查、自我回饋以解決問題
- 3-4-1-4 能在遭遇困難時，根據分析結果掌握有效資源尋求解決困難（如：請教數學解題時，能判斷尋求協助的適當時機、並評估對方的協助意願）
- 3-4-1-5 能遵守規定獨立使用專科教室（如：注意安全、物歸原處、場地復原等）
- 3-4-1-6 能在課堂或小組討論針對他人的談話，給予適當的回饋或評論
- 3-4-1-7 在小組中能協調不同意見，盡力與他人合作爭取團隊榮譽

3-b-2 社區基本適應技巧

- 3-1-2-1 能在看到熟悉的家人、鄰居、同學或老師時，主動打招呼
- 3-1-2-2 能在到親戚家作客或親戚到家中作客時，主動打招呼
- 3-1-2-3 能與陌生人打招呼
- 3-1-2-4 能在與陌生人互動時，禮貌地回應他人的問候
- 3-1-2-5 能在社區情境（如：商店、郵局、圖書館或醫院等）活動時，有禮貌的詢問/表達謝謝
- 3-1-2-6 能在社區情境活動時，禮貌地回應他人的問話
- 3-1-2-7 能在過年或節慶時看到熟悉的家人、鄰居、同學或老師時，愉悅說出應景的話
- 3-1-2-8 能在喪事或他人遭逢不如意的場合，保持安靜不吵鬧
- 3-1-2-9 能在看到同學生病或受傷時，表達安慰之意
- 3-1-2-10 能在看到同學生病或受傷時，主動報告老師
- 3-2-2-1 能在與陌生人互動時，主動打招呼
- 3-2-2-2 能在社區情境活動時，主動的詢問或表達謝謝
- 3-2-2-3 能在過年或節慶時看到熟悉的家人、鄰居、同學或老師時，主動愉悅地說出應景的話
- 3-2-2-4 能在喪事或他人遭逢不如意的場合時，表現出悲傷的樣子
- 3-2-2-5 能在看到同學生病或受傷時，主動陪同到保健室
- 3-3-2-1 能在與陌生人互動時，禮貌地主動打招呼
- 3-3-2-2 能在社區情境活動時，禮貌地主動詢問或表達謝謝
- 3-3-2-3 能在過年或節慶在社區情境活動時，愉悅地回應應景的話
- 3-3-2-4 能在喪事或他人遭逢不如意的場合時，禮貌地主動安慰的他人
- 3-4-2-1 能在與陌生人互動時，根據當時的情境有禮貌地與人閒聊
- 3-4-2-2 能在社區情境活動時，根據當時的情境有禮貌地與人閒聊
- 3-4-2-3 能在過年或節慶時在社區情境活動時，主動愉悅地說出應景的話
- 3-4-2-4 能在喪事或他人遭逢不如意的場合時，協助他人處理事情

伍、課程應用範例

以下以患有注意力缺陷過動症的國一新生為例，說明如何經由團隊評估後，依個案情形擬定個別化教育計畫中的學年及學期目標，並在通過學校特殊教育推行委員會決議後據此來執行教學，達到學生融入團體的目標。

第一部分：個案說明

劉生是國一新生，患有注意力缺陷過動症，經鑑定安置輔導委員會確認為情緒行為障礙類特殊教育學生，並自小學三年級起接受學校資源班的社會技巧教學。現在進入國中階段，特殊教育組於暑假期間開始進行轉銜工作，接受各項國小階段之評量資料、相關行為資料，並安排與國小階段老師的討論、家庭訪問，做為擬定後續各項服務計畫之參考。根據多元評估結果，該生持續顯現出處理壓力情境之負向情緒及交友方面的困難，參考特殊需求課程大綱中社會技巧能力指標之發展，評估該生已具備察覺自己負向情緒的能力、也具有基本的溝通能力，因此亟需培養其抒解壓力與交友之技巧。因此，將「學習適當抒發壓力的方法」及「培養結交朋友的能力」做為該生 IEP 學年目標擬定之方向。在新生個別化教育計畫會議中，邀集學校行政人員、相關教師、劉生及家長共同參與討論擬定劉生之 IEP。會議中討論：

(1) 在普通課程方面：劉生認知功能中等，各學科成就中下，並有良好之學習動機，各學科均應可參與普通班之學習。

(2) 在特殊需求課程方面：根據優弱勢與需求評估結果，確認劉生具有社會技巧課程之學習需求，利用彈性分組時間，每週外加社會技巧的特殊需求課程二節。由於劉生最常遭遇之壓力情境為受到班上同學之嘲笑，又因缺乏與人互動及維持友誼之技巧，面對此一壓力情境多以默默忍受之方式應對，也沒有分享心情的好友。因此，參考特殊需求課程大綱之社會技巧能力指標，選取「處己」主軸下「處理壓力技巧」之分段能力指標 1-3-2-4「能從可行策略中自行選擇適當的方式」、1-3-2-5「能主動使用抒解壓力的策略」，以及「處人」主軸下「與人相處技巧」之分段能力指標 2-3-2-1「能適當介紹自己獨特的地方（如：優點、缺點或專長等）」、2-3-2-2「能欣賞朋友的獨特性建立不同層次的友誼（如：點頭之交、手帕交等）」和 2-3-2-3「能主動尋求志同道合（如：有相同興趣或話題）的朋友」為目標，調整並擬定符合該生年齡與學習需求的行為目標。綜合上述分析後擬定之學年目標如下：「1. 在班級中遭遇到受嘲笑情境時，能主動使用適當方式減低壓力。」、「2. 能依據興趣及專長尋找志同道合的朋友一起從事活動。」

(3) 在支持與相關服務方面：由於劉生曾因挫折情緒逃離教室，需與學務處合作或結合特教助理人員擬定危機處理機制；另視需要提供家長親職教育，給予有效教養策略及情緒支持等資源。

第二部分：個別化教育計畫

一、基本資料

(一) 個人資料					
學生姓名	劉○○	班級	七年○班	起迄時間	
性別	男	出生日期	○年○月○日	身份證字號	X○○○○○
住址	○○市○○區○○路○段○○巷○○號○樓				
住址變更	同上			電話	(o)：
家長或監護人	劉○○	關係	父子		(H)：
○○市鑑輔會鑑定類別：情緒行為障礙 (ADHD)					行動：
身心障礙手冊： <input checked="" type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/> 有 (續填) 手冊記載類別： 障礙程度：					
(二) 身心狀況					
1. 健康狀況： <input checked="" type="checkbox"/> 健康，很少生病 <input type="checkbox"/> 偶生病 <input type="checkbox"/> 體弱多病 (常缺席) <input type="checkbox"/> 其他：					
2. 相關障礙：無					
(三) 家庭狀況及背景環境					
家庭生活簡述	與父母、弟弟同住，家中經濟狀況普通，家中主要照顧及課業指導者為母親，父母均期待小孩能專心一點，在課業上多努力、有進步，但卻無有效的管教策略，常造成緊張的親子關係。				
(四) 教育史及發展史					
過去教育安置情形	劉生已於國小升國一的鑑定安置會議確認為情緒行為障礙 (ADHD) 類特殊教育學生學生。自國小起持續在資源班接受直接教學服務迄今。				
專業診斷治療情形	身體健康，有近視。母親於升國中的暑假帶小孩就醫確定診斷為注意力缺陷過動症後，便持續服用藥物(專思達)，目前為每日上午服用一顆。				
其他 (出生特殊狀況)	無				

二、評量記錄

評量方式或工具	日期	評量者	結果摘要
魏氏兒童智力測驗 (第三版)	99/03/11	心評老師 ○○○	1.符號替代—SPIQ 平均 >2.96, PIQ 分數無效；其語文量表 93(百分等級 32)，知覺組織 105(百分等級 63)，智力正常。 2.逆序背誦差(順序背誦量表分數 12 分、逆

			序背誦量表分數 3 分、相差 9 分)、專心注意(76) (百分等級 5) 為其明顯弱處。 3. 施測觀察：記憶力較短暫，容易忘東忘西，注意力很不容易集中，容易受外界干擾而分心，語文抽象的字詞理解弱。
青少年社會行為評量表	99/04/15	心評老師 ○○○	教師版（過動/衝動、退縮/膽怯、焦慮、人際關係）、學生自評版（退縮/膽怯、焦慮、人際關係、學業適應）有多項不適應行為都在 PR95 以上。
學生適應調查表	99/04/15	心評老師 ○○○	學校版適應商數低於切截點，家長版則略高於切截點。
訪談	99/04/21	班級導師 /○○○	1. 根據導師觀察，該生在用藥的狀況下，仍出現過於急躁，情緒控制不佳的情形，挫折忍受度低，對事情抱持悲觀想法，平時情緒不好時會盡量忍住，但也曾發生過因在上課時口頭發表不佳被同學嘲笑而情緒低落甚至逃離教室躲在校園某個角落的事件。 2. 該生在班上並沒有好朋友或私下常來往的同學，缺乏加入團體的主動性，在班級中屬於人際關係偏弱者，且與人談話時但話題較無法維持。由於比較衝動、急躁，和同樣愛玩的同學在玩樂到過 high 的時候，會口不擇言的說出「我要砍了你」之類的話，但未曾出現過這樣的行為，同學也都知道是開玩笑。

三、能力現況描述

項目	能力現況描述	修改
認知能力	該生智力正常，「專心注意」為其明顯弱處，容易受外界干擾而分心。	
溝通能力	一般的日常口語溝通沒有問題，但自我表達的內容較貧乏且僅為片段描述，尤其是面對衝突或壓力情境時，較無法完整交代事情的脈絡，也無法表達自己的情緒。	

學業能力	<p>國文：具有基本讀寫能力、較抽象之理解較弱，不喜歡書寫作業，但成績中下，大致能跟上班上進度。</p> <p>2.英語：約具備 50-70 個基本單字量，能應用 Be 動詞句型變化。</p> <p>3.數學：整數的計算能力不錯，對於分數的四則運算亦有概念。</p>	
生活自理能力	自我照顧能力與一般同年齡同儕大致相同，但問題解決能力較差。	
動作/行動能力	同一般同年齡同儕，但明顯比同學更有活動力，喜歡打籃球、打電玩，表現程度中上。	
感官功能	除近視外，其餘同一般同儕。	
社會化及情緒行為	從評量與訪談結果可以得知，該生不適應行為出現比例偏高，在面對被嘲笑的壓力情境時，無法適當的抒解情緒，曾出現逃離教室的行為，也缺乏與人互動的技巧，在班級中屬於人際關係偏弱者。	

四、學習特性及需求綜合摘要

優勢	弱勢
<p>1.個案智力正常，上課能遵守規則並主動參與學習活動；</p> <p>2.本性善良溫和，能接受師長指導、與同學合作；</p> <p>3.家長非常關心個案。</p>	<p>1.專注力弱，上課易分心；</p> <p>2.口語表達的組織能力低；</p> <p>3.問題解決能力較差，不易察覺自己的錯誤而容易出錯；</p> <p>4.情緒控制能力較弱，人際互動主動性不足；</p> <p>5.家長在指導個案時較無有效策略。</p>
特殊需求評估	
<p>一、學習需求劉生認知功能中等，各學科成就中下，但有良好之學習動機，各學科均應可參與普通班之學習。根據優弱勢與需求評估結果，可知該生最常遭遇之壓力情境為受到班上同學之嘲笑，但多以默默忍受之方式應對，希望與人建立友誼，卻常以不適宜行為表現，缺乏主動與人互動及加入團體的技巧，確認劉生具有社會能力課程之學習需求，應給予外加社會能力領域的特殊需求課程。</p> <p>二、支援服務：由於劉生曾出現因情緒失控逃離教室的行為，考慮應與學務處合作或結合特教組教師助理人力資源擬定危機處理機制；並應適當提供家長親職教育，包括提供有效輔導策略，並透過親師互動座談給予適時情緒支持及分享適當的教養態度，運用家庭資源共同合作改善其情緒及人際互動能力。</p>	

五、教育安置與服務方式

(一) 安置環境					
<input type="checkbox"/> 特殊教育班 <input checked="" type="checkbox"/> 資源班資源教學 <input type="checkbox"/> 資源班支援服務 <input type="checkbox"/> 其他_____					
(二) 接受特殊教育服務					
科目(領域)	地點	節課/週	起迄時間	負責教師	備註(抽離/外加)
社會技巧	資源教室	2 節/1 週	99.9~100.6	○○○	外加/利用一節班(週)會與一節彈性分組課程
99 學年度課表					
	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
1	語文國文	數學領域	藝術音樂	綜合童軍	語文英語
2	數學領域	社會研究	語文英語	綜合家政	數學領域
3	健體健教	社會地理	自然理化	語文國文	語文國文
4	學校本位	語文國文	閱讀寫作	社會公民	自然理化
午 休 時 間					
5	語文英語	自然理化	數學領域	藝術美術	綜合輔導
6	科學研究	自然生科	班/週會 (社會技巧)	健體體育	藝術表演
7	健體體育	語文英語	彈性分組 (社會技巧)	數學領域	社會歷史
(三) 相關專業服務					
服務內容	服務方式	頻率	起迄日期	負責人	
無					
(四) 相關支援與服務					
項目	方式	負責單位(人)			
危機處理	與學務處合作或結合特教組教師助理人力資源擬定危機處理機制。	學務處、特教組			
親職教育	提供有效輔導策略及教養態度	輔導室、導師、資源班教師			

六、學年與學期教育目標

領 域	社會技巧	上課時數	每週 2 節
學 年 目 標			修正或補充
1. 能在班級中遭遇到受嘲笑情境時，主動使用適當方式減低壓力。 2. 能依據興趣及專長尋找志同道合的朋友一起從事活動。			
學 期 目 標			評量結果及修改
上學期			
1-1 在 99/9/1 至 99/10/31，能在遭遇模擬班上嘲笑情境時，在他人提示下表達自己的情緒以減低壓力，每二週由教師評量一次，連續三次正確率達 80%。			
1-2 在 99/11/1 至 100/1/20，能在班級中遭遇嘲笑情境時，以適當方式減低壓力，每週由學生自我檢核一次，連續三次正確率達 80%。			
2-1 在 99/9/1 至 99/10/31，能在班級或課堂活動中表達自己的優缺點、興趣或專長，每二週由同儕評量一次，連續三次正確率達 80%。			
2-2 在 99/11/1 至 100/1/20，能在課堂或分組活動中，在他人引導下加入志趣相投的團體，每二週由同儕評量一次，連續三次正確率達 80%。			
下學期			
1-3 在 100/2/1 至 100/6/30，能在班級中遭遇嘲笑情境時，主動使用適當方式減低壓力，每週由學生自我檢核一次，連續三次正確率達 80%。			
2-3 100/2/1 至 100/6/30，能在課堂、分組活動或課後，主動加入志趣相投的團體，每週由學生自我檢核一次，連續三次正確率達 80%。			