

《社會技巧 Follow Me - 社會技巧教學教師手冊》



臺北市政府教育局 發行

臺北市東區特教資源中心 編印

《

局長序

臺北市身心障礙教育政策規劃與執行，秉持以學生需求為中心，透過「營造適性教育情境」、「提升教師教學知能」及「研發適性課程與教材」來進行，致力達成「創新多元特教、發展卓越服務」的願景，為身心障礙的孩子建構更完整且優質的學習支持系統。

本市特教課程研發團隊，由國立臺灣師範大學洪麗瑜教授及張正芬教授指導，東區特教資源中心團隊成員亦專業與熱情投入，為接軌 108 新課綱及 12 年國民基本教育課程綱要總綱之要義，針對身心障礙相關特殊需求領域課程：生活管理、社會技巧、學習策略、職業教育、溝通訓練、點字、定向行動、功能性動作訓練及輔助科技運用等 9 個領域，持續優化系統課程，活化教師教學。

同時，亦在本市特教白皮書第四版中，規劃了「優化課程與有效教學」的行動方案，協助第一線特教教師設計實證本位課程，以期更貼近身心障礙學生之學習需求。

「社會技巧」是人際關係發展的基礎，但特殊教育學生普遍在這方面遇到困難，以致影響了他們的社會適應能力，基於此，提升特教孩子的社會技巧能力，讓他們獲得增強，一直是特殊教育工作者所重視的範疇。另外在十二年國民基本教育身心障礙相關之特殊需求領域課程綱要中，也提及社會技巧學習包含處己、處人與處環境的學習表現，教師可以依據學生發展狀況和需求，檢視與選擇特殊領域中適合的學習重點進行指導，俾益於特殊教育學生與環境間互動的關係。

冀望本書之出版，不僅能協助特教教師在社會技巧課程的有效實踐，更衷心期待，藉由課程的研發與分享，激發社會大眾的人文關懷，藉以彰顯孩子們的生命價值。

臺北市府教育局局長 曾輝金 謹識

於民國 108 年 6 月

》

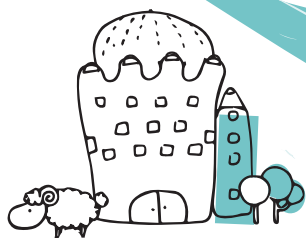
編者的話

在融合教育的趨勢下，校園越來越常見到各種特殊教育學生，然而在環境適應上，他們也容易因為自身的障礙，而出現不適當的行為，進而引起誤解或是其他問題，使教師和同儕感到困擾和疑惑。因此，社會技巧訓練（Social skill training）開始受到重視，並且已於民國 103 年正式列入我國十二年國民基本教育課程綱要（以下簡稱課程綱要）中，屬於校定課程之特殊需求領域課程科目之一。可以預見，未來校園中為特殊教育學生開設社會技巧課程將會愈發普及。

然而，本編輯團隊多年來從事特殊學生情緒行為問題的行為支援服務經驗中，發現學校現場教師對於「有目標性的教導社會技巧」之實務，其實頗有疑問。舉例來說，最常見的一種現象是對於年齡偏小的學生，老師常常運用相關主題或情境的繪本來進行故事討論，期望藉以啟發學生改變行為的動機。此舉立意良善，但是並不完整；因為欠缺具體教導對於情緒感受認識與實質練習下，學生知易行難，故事讀完後往往未必能產生行為上的實質改變。

另一種狀況可能發生在年齡較大的學生的課堂上。首先，老師們常運用坊間流行的桌遊來製造有規則性的遊戲情境，而教導學生處理挫折等技巧。如此可能遭遇到學生在熱烈投入遊戲情境時，求勝心切、衝動性高，對於自身情緒、思考歷程、行為的觀察及反饋其實相當難以注意。此外，社會技巧為一持續發展的能力，有其階層性、連續性，成人若要求還沒有學習到如何覺察情緒狀態，或無法適當表達情緒的學生，直接在遊戲情境中學習忍受挫折、去要求自己勝不驕敗不餒，或許會誤導學生「否認感受與自我壓抑」，更不利學生情緒能力的發展。

可喜的是，近年隨著社會技巧訓練議題的受到重視，越來越多各式參考書籍問世，幫助現場教師在開設社會技巧課程上有專業的依循。即便如此，許多教師發現並沒有任何一



本書，能直接套用到自己的教學上。原因在於特殊教育學生本就是異質性相當高的群體，而社會技巧訓練又涉及學生個別化的經驗與特質，難以一套概括之。編輯團隊的成員們巡迴各校時發現，許多學生都有社會技巧課程訓練的需求，但教師礙於人力與備課壓力之下，往往處於選擇使用現成但不全然適切的「坊間套裝教材」、跟量身打造但編製效率不高的「自編教材」兩難之中。

有鑑於此，團隊成員萌生一個念頭：是否能整理出一種工作架構，協助現場教師們只要按部就班地將學生的起點能力善加分析與統整，就能找出合適的社會技巧教育目標並且發展出課程處方？是否只要將現有的套裝教材、專業書籍與網路資源進行挑選與調整，就可以設計出適合自己學生的教學設計活動，讓老師們不需要再想破頭設計遊戲或找故事，而得以將心力放在真正的「教學引導」上呢？

是以，本書目的並非要在眾多社會技巧訓練參考書籍中錦上添花，而是希望能從實務工作者的角度分享一個可依循的工作流程，協助現場教師得以依據學生的需求、個人的經驗以及現有的教材進行社會技巧課程的編製，以增加特教教師社會技巧課程準備及教學技巧的能力，進而提升社會技巧課程教學成效，使特殊教育學生在融合教育環境下，能走得更穩、更好。

一、本書架構

本書第壹篇『社會技巧是什麼？』先說明社會技巧的意義，並簡要導覽十二年國民基本教育身心障礙相關之特殊需求領域課程綱要對於本門課程學習重點之規範。第貳篇『教師要有哪些自我準備』中，以簡短的篇幅帶領教師思考開設社會技巧課程前的自我準備，尤其是對於初次開設社會技巧課程的新手夥伴，藉由對自我的認識與檢視，幫助自己開啟教學相長之門。

為文篇幅較多的第參篇：『如何開設社會技巧課程』，整體上依照一般課程進行的程序一步步編寫，並緊跟著各個步驟的實例以輔助理解。社會技巧課程發展流程，包含課前準備、課程進行、評量與類化三大部分。其中課前準備包含「找出可能有需求者」、「分析學習能力與學習需求」、「彙整預定成員的需求」、「決定小組成員」、「安排課程內容」、「擬定課程進行方式」；課程進行則包含「教學流程」與「教學特色」兩大主題；評量與類化則是介紹「評量與檢討」的方式，以及如何協助學生在課後時間進行「類化」。深盼建立於教師的舊經驗基礎上，能提供出對於現場教師實用可行、不相扞格的工作程序。

第肆篇為『實例說明』，依照第參篇介紹的開課流程，一步步提供實際做法的對照，並包含一節教學之示範教案，提供教師在社會技巧課程規劃執行上的參考。『附錄』可做為老師們經常翻閱的教學資源，包含依主題彙整分析坊間已出版社會技巧相關的教材書籍、以及在引起動機活動設計中可用的遊戲、體驗活動、故事、繪本、網路或媒體公開播





映之影片等等，這些資源皆以課程綱要中學習內容的架構項目做分類標註，便於教師依據課程主題查詢索引，望能幫助備課更有效率。

此外，為了讓書中所寫的教學方式更為生動的呈現，也拍攝案例影片隨書出版，使教師們除了能看到社會技巧訓練課程從課前準備到課後評量與類化的整個流程，也能看到課程進行時常見的問題，以及如何因應。

二、適用年齡層

原則上，本書建議的課程發展流程從國小到高中職的特教學生均能適用，然而也要提醒各位讀者，仍需注意學生的發展、學習經驗、文化背景等因素，進行差異化調整。其差異包含教學目標的設定、教材內容的選擇，及教學時的用語，尤其是需要因應不同發展階段的學生，選擇適齡的社會技巧、設計技巧步驟的指導語、和安排引起動機的方式、增強系統。如此，方能設計適合學生需求之教學，有助於學生的學習能應用於實際生活中。

三、運用與限制

建議教師可先整體閱覽整本書的架構與內容之後，再依照自己以往容易感到困難或是效果不佳的部分，配合實例解說詳加對照深究。教學示例影片中有搭配旁白說明、文字視覺提示及觀後提問省思，很建議透過與教學夥伴共同進行專業社群研討時切磋、討論，相信對於教學重心的掌握更能有所助益。

附錄所列舉之書籍、網路及媒體等資源僅基於公益目的而加以彙整作為教學設計之參考，請讀者依據學生身心成熟度、文化背景、授課時間等考量，審慎挑選合適之內容。在運用時也請務必自行遵守著作權法相關規範及限制，不得加以改編、重製、散播、或謀取利益，相關費用與法律責任請使用者自行承擔與衡酌。

最後，本書提供的社會技巧教學架構僅供參考，它是一種方法但不是唯一的方法，在社會技巧的教學上，仍有多種變化和方式，歡迎大家去蕪存菁，擷取各家所長，融會貫通編製出自己的社會技巧課程，彼此交流激盪出更多的火花，幫助學生既學得有趣、更學得有效。



Contents

目錄

壹	社會技巧是什麼	002
---	---------	-----

貳	教師要有哪些自我準備	004
---	------------	-----

一、一般教學技巧包括下列幾項能力：005

二、特殊教學技巧則分為以下幾項：005

參	如何開設社會技巧課程	008
---	------------	-----

一、社會技巧課程發展流程009

二、社會技巧課前準備011

三、社會技巧課程進行023

四、社會技巧之評量與類化029

肆	實例說明	036
---	------	-----

一、社會技巧課程發展背景037

二、社會技巧課前準備037

三、社會技巧之課程進行、評量與類化053

附錄		054
----	--	-----

一、社會技巧課程實施之參考教材054

二、社會技巧教學「引起動機」資源063

“ PART 1 ”

壹

社會技巧是什麼

社會技巧是什麼

壹

PART 1

在學校當中常常會聽到老師說學生人緣不好、社會技巧差，老師們可能很疑惑，希望知道要如何改善學生的社會技巧。到底什麼是社會技巧呢？簡單來說，社會技巧是促進個體適應社會情境的重要條件，這些技巧包括口語或非口語的行為，通常可透過後天的學習習得、也可由環境誘發出來，並且可以增加獲得社會增強的機會，因此，個體的社會技巧是可被教導的，且良好的社會技巧有益於個體與環境間互動的關係。

至於社會技巧要教些什麼？目前「十二年國民基本教育身心障礙相關之特殊需求領域課程綱要」（以下簡稱「特需領綱」）中載明，社會技巧學習重點包含學習表現及學習內容。學習表現涵蓋「處己」、「處人」與「處環境」三向度，其中「處己」包含處理情緒技巧、處理壓力技巧與自我效能，「處人」則包含訊息解讀技巧、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，而「處環境」包含學校基本適應技巧、家庭基本適應技巧、社區基本適應技巧。教師可依據學生的發展狀況與需求，檢視與選擇特需領綱中適合的學習重點，即可安排教導。

譬如說有些學生會因自覺被誤解而生氣，就會用破壞物品或打人方式來因應，而未能考慮到可能的傷害，此時，教師可在「處己」部分的處理情緒技巧中，選擇教導處理自己複雜的負向情緒、分析不同處理方式引發的行為後果等技巧，或是「處人」部分的處理衝突技巧中被他人誤解或誣賴時能清楚說明事實之技巧。

而學習內容則依據學習表現發展而來，包括「自我的行為與效能」、「溝通與人際的互動」與「家庭與社會的參與」三個主題，特需領綱中並提供社會技巧學習重點與核心素養呼應示例，詳細內容教師可自行參考教育部公告之相關資源。

由上可知，社會技巧的內容涵蓋從基礎的面向，如基本情緒的認識與分辨、了解他人以口語或非口語方式表達的溝通訊息、教室規則的認識與遵守，到廣泛的如壓力的控制與調整、協商技巧、社區參與等層面，皆是可教導的範圍。

《 PART 2 》

貳

教師要有哪些自我準備

教師要有哪些自我準備

貳

PART 2

就像要出遠門旅行前，我們會先確定目的地、訂好機票旅館、整理行李並做一些長途旅行的心理準備一樣。教師們要進行社會技巧課程教學之前，在心理上也應該做好一些準備；進行社會技巧教學課程之前我應該有什麼樣的準備？當然也可能會有一些疑慮；我能夠勝任這門課程嗎？我適合教這門課嗎？我能夠順利地將我所想教的社會技巧教給學生嗎？要回答這些問題我們可能要先知道，身為一個教導社會技巧課程的教師，我們應該具備哪些能力呢？通常我們把進行社會技巧教學所需要具備的技巧分成兩類，一般教學技巧與特殊教學技巧。

一、一般教學技巧包括下列幾項能力：

- (一) 基本的口語溝通和教導能力：能夠將自己想說的話清楚的傳達給學生，並確認學生理解。
- (二) 傾聽技巧：能傾聽學生的話，並針對內容做出重述或是簡單的整理、摘要。
- (三) 對學生反應的敏感度：可從學生的表情、回答或動作反應察覺學生的理解程度或是情緒變化。
- (四) 教師自我壓力的調適：面臨課堂中學生的反應不如預期，甚至出現挑戰行為，或是遇到其他影響課程進行的困難時，教師能正向看待與調適。

二、特殊教學技巧則分為以下幾項：

- (一) 結構化教學的能力：社會技巧的教學需透過結構性的教學流程，教師需具有按照既定的目標、內容和程序穩定進行課程的能力。
- (二) 計劃與執行的能力：規劃課程並實際進行社會技巧教學。
- (三) 設計角色扮演與示範的能力：根據學生需求設定模擬的情境，自然的提供學生良好的示範。
- (四) 善用資料進行教學的決策：善用多元資料進行分析，做課程設計的準備與成效評量，



如：分析日常生活中對學生的觀察與相關評量資料，確認學生能力及所需學習的社會技巧。

- (五) **有效處理課堂問題的能力**：能具備因應學生學習和情緒行為問題的支持性策略，可參考臺北市政府教育局 2014 年所出版的《臺北市融合教育現場教學手冊》中所提供之介入原則與有效策略。
- (六) **提供適當回饋的能力**：教師能在學生表現後，立即與準確地給予具體鼓勵或修正建議。

根據上面的說明，教師們在進行社會技巧課程時只要能夠按照結構化的流程來教導，在每節課堂中引導您的學生照著步驟，演練出您所示範的技巧，並給予回饋，如果課堂中有些什麼突發狀況，也能視情況妥善處理，這樣您應該就可以順利的進行社會技巧課程了。當然如果您能夠再以一顆熱誠的心，配合您本來就具有的教學技巧和敏感度，相信您在進行這門課程時，一定會感受到學生的進步和自我成就感。



《 PART 3 》

參

如何開設社會技巧課程

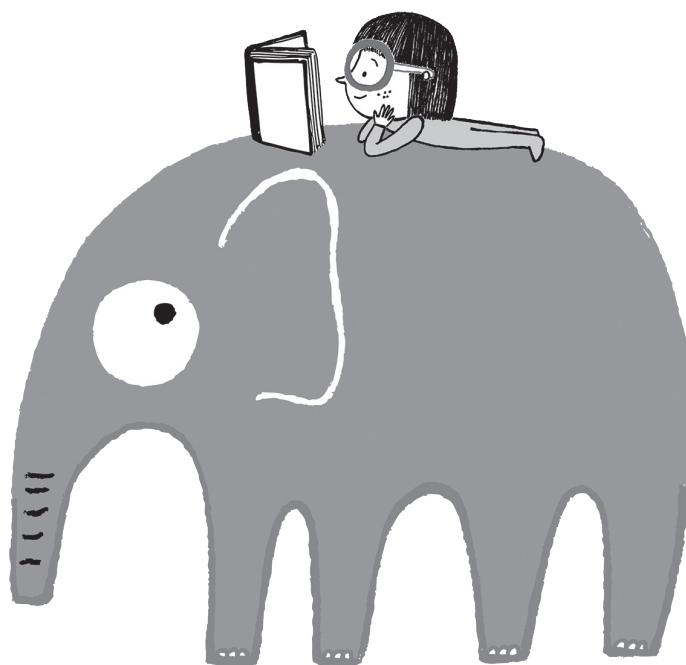
如何開設社會技巧課程



PART 3

一、社會技巧課程發展流程

為了支持大家在準備與進行社會技巧課程的過程更為順暢，我們提供圖 1 的課程發展流程以供參考。



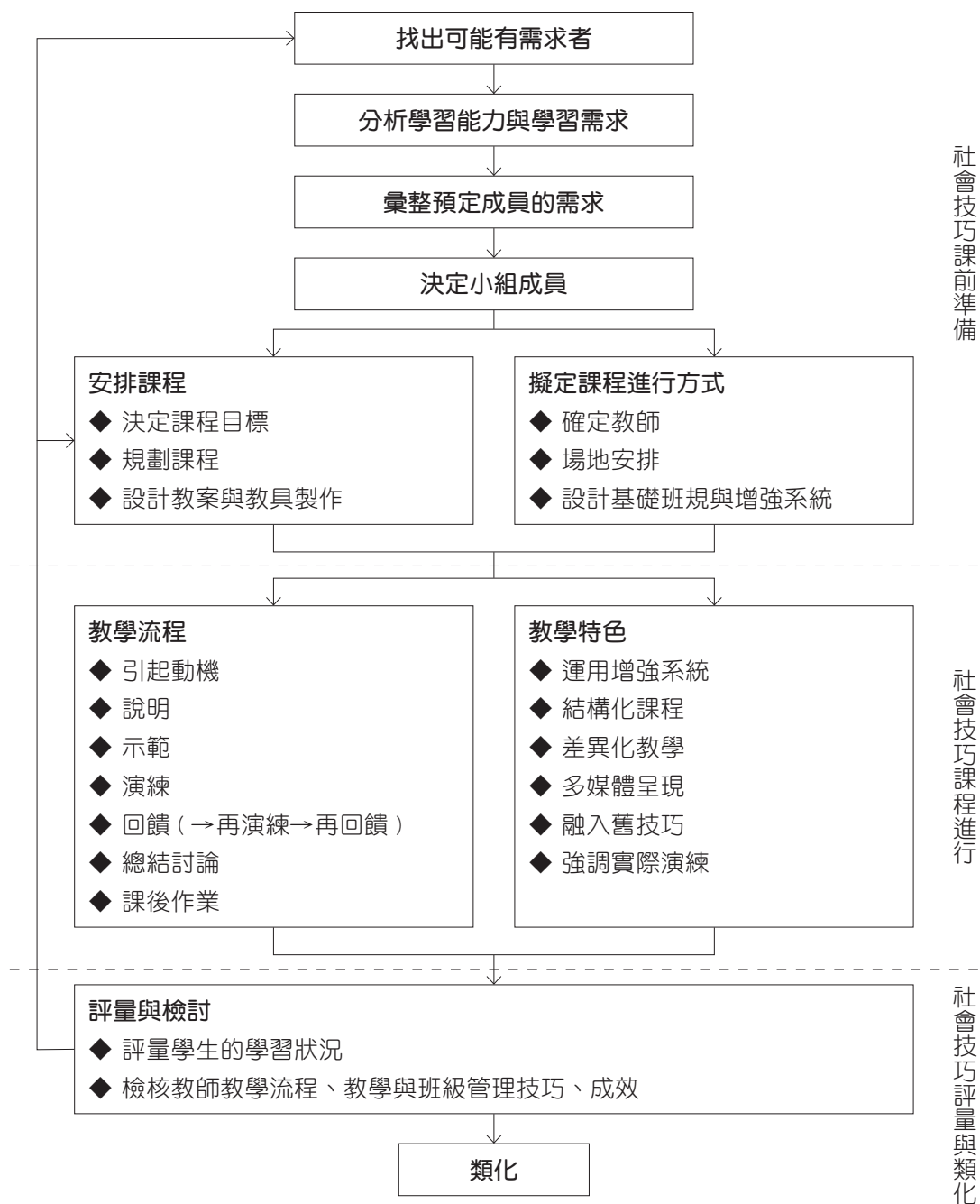


圖 1 社會技巧課程發展流程

二、社會技巧課前準備

社會技巧訓練與一般學科教學有所差異，社會技巧訓練主要是在幫助學生在訓練過程中，可以並願意表現出訓練課程中的目標行為，且從觀察小組成員的演練與教師回饋中，擴展其正向行為的表現模式，因此，需特別考量每位學生間特質需求的適配性，篩選、評估與決定參與訓練的成員，並事先擬定課程進行方式，以使訓練過程順暢。此外，社會技巧訓練並非僅教導學生單一或標準的行為，事先規劃與安排符合能力需求的課程內容，較有助於協助學生習得在各種不同情境中表現適切社會行為的能力。以下將就這幾個部份分別說明。

（一）找出可能有需求者

通常會於學期末特教組內教師們開始討論新學年的課程規劃時進行，教師們可以依據對各自個管學生們於學校適應的觀察，或從個別化教育計畫（Individual Educational Plan，簡稱 IEP）、下學期新生的轉銜資料中，評估可能有需要被教導社會技巧的學生名單。

比方有一位學生，很想跟同學玩，下課時，經常會在同學的耳邊大聲吼叫，或是突然中斷同學的聊天或是遊戲，讓班上同學都覺得很奇怪，導師常疲於處理雙方之間的衝突。從這個例子中，我們看到這位學生好像不知道怎麼跟同學互動，而且教師和同學都覺得困擾，這個學生就可能是需要學習社會技巧的成員之一。

（二）分析學習能力與學習需求

教師可進一步藉由蒐集學生 IEP 資料，更確實了解學生的整體能力現況、優弱勢及學習需求，學習需求分析中的調整可參考特需領綱之學習表現的向度與學習內容的主題；以社會技巧領域課程來說，教師可從學生於溝通、情緒、社會行為等方面的能力現況，針對學生進行學習需求的四大調整分析，找出學生可學習的內容。

例如，一名國小高年級學生，常常於不適當時機時唐突地加入別人的談話，而被同學抱怨，此時，我們看到這位學生可能有學習「在適當時機加入談話、延續話題、和結束話題」的社會技巧需求；又如另一位學生，常會認為同學的言行是在嘲笑自己，而容易與同學發生衝突，因此，該名學生可能有學習「解讀他人言語和非言語溝通中的情緒和目的」的社會技巧需求。

（三）彙整預定成員的需求

教師統整所有預定成員於 IEP 中學習需求的四大調整分析，藉此了解這些成員的共同需求與個別差異，以作為決定小組成員的參考。

（四）決定小組成員

社會技巧訓練較著重學生直接且充分的演練，故大多以小組方式進行。以下分別從小組型態、小組人數兩方面來思考如何選擇小組成員，幫不同類型、需求的學生分組。

1. 決定小組型態

小組型態可依組成成員的條件之差異性而有同質性小組和異質性小組之分，表 1 為同質性小組和異質性小組在定義、教學、類化與可能問題等各向度之比較。

從表 1 的分析中顯示，同質性較高的小組便於教學目標的訂立和小組的進行，但由於小組成員特質相近，於實際社交情況有相當的落差，故較難以類化，且易有標記問題。

而異質性小組，則較接近現實情境而有助於類化，若小組中有適應良好的學生或同儕義工的參與，亦可做為示範的角色。但分組前仍應將異質學生的障礙情況或是人格特質等因素列入考量，以增進每一位學生對於課程的參與度，或是避免因難以掌控課堂狀況而衍生其他的衝突。

整體來說，教師仍需參考預計要接受社會技巧訓練課程的學生在 IEP 中學習需求分析情形，再視教師對小組的期待、訂立的目標和教師個人的掌控能力，來決定要採取同質性分組或是異質性分組。

表 1 同質性小組和異質性小組之比較

小組 型態 向度	同質性小組	異質性小組
定義	將能力、需求、興趣或背景相近的學生組成一個小組。	把能力、需求、興趣或背景等範圍較廣的學生組成一個小組。
教學	因組成份子條件（能力、背景）相近，教師在教學目標的訂立和小組動力掌握上較為容易。	因組成份子條件（能力、背景）上有落差，教師在教學目標的訂立和小組氣氛或動力掌握上較為困難。
類化	和實際社交情況較有距離，學生較難將所學應用類化於實際社交情境中。	和實際社交情況較貼近，有助於學生將所學技巧應用類化於實際情境中。
可能問題	根據能力、背景等因素篩選同質性高的學生易產生標記問題。	學生能力、背景落差大，課堂狀況較難以掌控。

2. 決定小組人數

為了讓學生可以有較多的互動及充分的練習機會，上課學生人數最好是雙數，方便兩兩一組配對角色扮演，同時因國中、國小一節課約 40-45 分鐘，所以小組人數最好不要超過 6 個人，否則練習的次數可能不夠。但如果學生程度較差，需要較多的練習與指導，4 人可能較為理想。而人數過少，彼此間可能缺乏同儕互動，對上課氣氛的營造較不利，因此人數不宜少於 4 人。

綜上所述，教師在檢視整體學生的需求後，篩選出需要提升社會技巧的學生，再根據每位學生能力分析的結果，初步評估學生於社會技巧中的學習需求，在決定小組型態與預計的小組人數後，教師就學生能力、背景等條件，並考量教學現場排課實務，即可確定社會技巧教學的小組成員了。

（五）安排課程

在確定社會技巧教學的小組成員後，接下來的重頭戲就是要決定該小組的課程目標、進一步規劃課程，最後設計各單元教案和製作教具。以下將逐步說明安排課程的方式。

1. 決定課程目標

小組成員有不同的社會技巧學習需求，教師可藉由表 2 之社會技巧學習內容彙整表，找出大部分成員共同所需增進的學習內容，並參考特需領綱中學習表現的說明找出課程目標，並依據此課程目標與個別學生的需求分析，設定或微調學生的學年教育目標，再分解為數個階層性的學期教育目標。

表 2 學生的社會技巧學習內容彙整表

學生姓名 所需增進 的學習內容	S1	S2	S3	S4	S5	S6

2. 規劃課程

在決定課程目標後，接下來可先分析每個社會技巧的步驟，再組織課程與規畫課程進度，最後參考或挑選教學資源，以發展個別化且完整之訓練課程。

（1）社會技巧步驟分析

社會技巧之步驟分析是將一個社會技巧分成幾個具體的步驟，協助學生能以慢動作、停格化的方式，學習一個複雜的技巧。社會技巧的技巧步驟能提供學生學習的鷹架，因此在分析時，需考量這些步驟是否「易於理解、便於執行、富於彈性」，詳細的說明可見表 3 社會技巧步驟分析之原則與說明。

貼心小提醒 1



教師安排課程教導社會技巧和在日常生活中隨機教導有何差異呢？



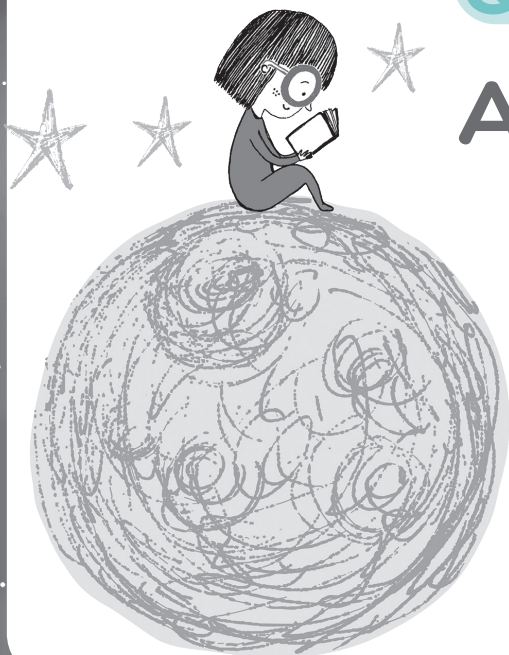
以下為社會技巧教導方式之決定條件與示例，提供給教師參考。

社會技巧教導方式之決定條件與示例

方式	在日常生活中隨機教導	在結構 / 系統性的課程中教導
適合對象	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 已具備該技巧但動機不足者 ◆ 已具備該技巧，需學習類化者 	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 未具備該技巧，行為目錄過少者 ◆ 在實際情境中配合程度較低者 ◆ 表現不穩定，需在模擬情境中熟練者 ◆ 正向行為過少，需教導的行為太多者
進行方式	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 提高環境中之情境線索、提示 ◆ 訂定契約 / 獎勵 ◆ 融入相關課程及情境 	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 以編序性方式充實 ◆ 以問題解決方式進行
特色	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 符合需求、容易類化、自然表現 	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 較有系統、密集練習、容易掌握內容
舉例	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 學生進教室時會主動跟導師打招呼，但不會跟科任教師打招呼，因此當學生進教室時，科任老師可用口語、動作提示個案做打招呼的技巧 ◆ 學生知道情緒不好的時候要到資源班冷靜，但是不一定每次都能做到，教師在看到學生有情緒不佳的先兆時，就主動提醒學生離開現場，並在學生做到時給予增強 	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 學生基本溝通技巧行為目錄不足，可在課程中教導學生完整的基本溝通技巧，如：傾聽、發問技巧等 ◆ 學生已能做出部分處理衝突的技巧，但由於學生在模擬情境下，仍需較多的提示，且演練時仍較生澀不流暢，教師在結構 / 系統性的課程中安排學生充分練習

貼心小提醒

2



Q 當小組的共同學習目標不能滿足個別學生的學習需求時，該怎麼辦呢？

A 教師可將學生要學習的內容融入其他課程中教導，或於日常生活中以隨機方式教導，必要時也可與其他單位、專業合作（如：心理諮商、醫療評估與介入）。例如某生所應增進的學習內容包括訊息解讀的技巧，該技巧可能因與其他同儕需求內容有落差而未能納入本次課程，但亦可在日常生活透過提醒、情境說明等方式，隨機教導該生觀察或留意同儕言行的能力。再者，教導與人聊天的技巧時，可融入訊息解讀的練習，讓訊息解讀成為話題開啟及延續技巧的其中一個步驟。

表 3 社會技巧步驟分析之原則與說明

分析原則	說明
易於理解	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 配合學生的能力程度、特殊需求與環境背景 ◆ 步驟之敘述具體，容易理解，可設計口訣協助記憶 ◆ 每個步驟需搭配具體的步驟說明或適合學生之語句範例
便於執行	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 步驟為可觀察的行為，且每個步驟只包括單一行為反應 ◆ 步驟間互相獨立 ◆ 步驟數量不要太多，建議三到五個步驟，較為恰當 ◆ 步驟盡量口語化、生活化 ◆ 依學生能力決定是否將內在思考的歷程納入技巧成分的步驟，學生可利用放聲思考方式練習
富於彈性	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 在執行和操作的面向上保持彈性，也避免只以一種行為模式做為標準答案，如：打招呼的方式不會只有說「嗨」，點頭微笑或擊掌亦可

(2) 組織課程與規劃課程進度

社會技巧訓練課程在學校實施的時間多以學期為考量，原則上會安排每週進行 1-2 次，一學期內約可實施 12 至 20 次，每次上課時間不超過 1 小時，約 40-50 分鐘一節為宜，較有利於技巧的精熟學習與類化。



社會技巧訓練課程為主題或情境式設計，教師在分析完每項社會技巧的步驟後，可依學生能力、技巧難易度，預估每項技巧所需教導的時間，設計整學期的社會技巧訓練課程計畫。課程計畫示例可參考第肆篇實例說明中表 16。

課程規劃可依欲教導的技巧與步驟數量，及其先後的關連性，決定教學的先後順序及教學時數的長短。而為了建立學生有一個安全信賴的學習環境，便於他們在社會技巧訓練課程進行中可以真實的體驗，完整的社會技巧訓練課程會建議參考一般輔導技巧中團體形成與團體結束的安排，將社會技巧訓練課程分為課程開始（相當於團體形成）、技巧訓練課程、及課程結束（相當於團體結束），詳細說明如下：

- 課程開始：通常於學期初的第一節課進行，像是活動開始前的相見歡，目的在於促進小組規範、學生間的認識，與了解上這堂課的目的、流程、進行方式與要求。
- 技巧訓練課程：將類似的技巧歸納與編序，安排順序建議由易到難，先安排基本、簡單的技巧，此可做為新技巧的其中一項步驟。例如圖 2 在教導「遵循指示」技巧前（新技巧），建議先教「注意聽」的技巧（舊技巧）。
- 課程結束：通常於一學期的最後一次，以總結回顧與複習整學期課程為主。

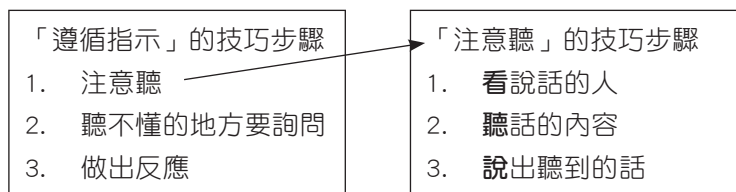


圖 2：技巧步驟編序示例

(3) 參考或挑選教學資源

教師於規劃課程過程中，可參考目前已出版的書籍、教材或影片內容，擷取與課程有關之主題、技巧、情境或活動，再依小組成員的能力或需求進行調整。本書附錄一依據特需領綱之學習內容的主體，彙整有關社會技巧的參考書籍與媒材，依據其內容提及之技巧內涵，對應可能相關的指標以進行列表，供教師參閱，教師可依學生需求、考量教材難易度，挑選適性的教材。

3. 設計教案與教具製作

教案參考格式與說明如表 4。教學流程、類化設計、演練情境等內容請參考本手冊社會技巧課程進行、評量與類化的單元。而教師在設計教案的過程中，也建議將每位學生在學習過程中所需的學習輔助，融入教學過程中，此部分可參考本手冊教學特色單元中的差異化教學之說明。教師在完成教案後，再依據教案之設計，製作相關教具。

貼心小提醒 3



這麼多要教導的社會技巧，可以如何選擇課程組織的方式呢？



教師在規劃課程時，可考量以編序性或問題解決的方式進行。以下係比較這兩種教導順序的優缺點與示例，教師可自行斟酌。

不同課程組織方式的比較

組織方式 比較	以編序性的方式	以問題解決的方式
說明	◆ 從學生起點行為開始，從易到難逐步教導。	◆ 將學生在日常情境中所缺乏或需學習的技巧，依急迫性依序教導。
優點	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 逐步累積，較不會遺漏或重複。 ◆ 可顧及學生優弱勢，逐步教導。 	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 直接解決目前學生遇到的困難，學生學習動機可能較高。 ◆ 較能立即符合周圍環境中重要他人的期待。 ◆ 較能立即降低行為問題，減少急迫性。
缺點	◆ 可能緩不濟急。	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 可能未能顧及學生起點能力 ◆ 可能較難類化。
舉例	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 情境：學生誤會同學的言語而出現攻擊行為。 ◆ 教導順序：以學生起點行為開始教導，如提升學生基本溝通技巧、情緒辨識、情緒處理的能力。 	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 情境：學生誤會同學的言語而出現攻擊行為。 ◆ 教導順序：直接教導學生，在面對同學的挑釁時，可以如何因應與回應的技巧。

貼心小提醒
4

有些技巧似乎對某些學生來說比較難學會，教師可以怎麼辦呢？

A

教導時，教師可參考本書建議的流程，評估學生的起點能力、選擇教導內容，其中最重要的，是要從符合學生能力的部分逐步開始教，若學生因為技巧步驟太難、跨距太大，以致習得新技巧有困難時，教師可從以下兩部分進行調整：

- 簡化該技巧的步驟難度，例如：「分組」技巧原本是將步驟分為找同學、邀請同學、寫名單交給教師，但發現學生尚無法自己選擇與決定要找哪位同學時，「找同學」步驟可調整為找○○同學（指定小天使或小幫手的姓名）。
- 將學生較難表現出的技巧步驟獨立為一項新技巧：如將「分組」技巧中的「找同學」步驟先獨立設計為「找同學」技巧，並進行「找同學」技巧的步驟分析，安排於「分組」技巧前一堂課教導，當學生已熟練「找同學」的技巧後，再教「分組」技巧。

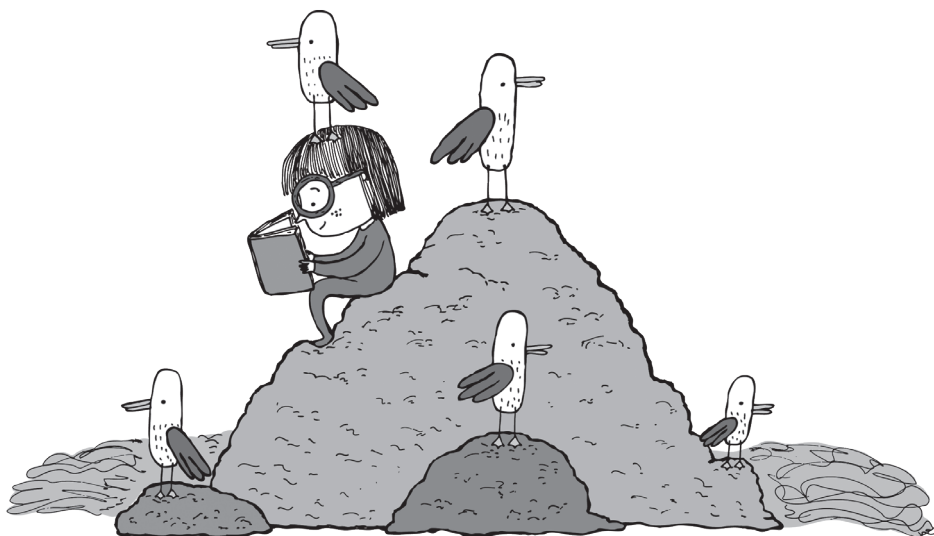


表 4 社會技巧教案格式參考

日期		節數 / 時間		教師	
技巧類別	如：處人			技巧名稱	
學生能力分析	學生姓名	能力分析簡述		學習目標	特殊需求考量
					學生所需之學習輔助
技巧步驟與說明	步驟	步驟說明			備註
	1.				可放例句或注意事項
	2.				
	3.				
	4.				
教學流程	結構化教學流程			時間	教具
	一、引起動機 二、說明 三、示範 四、演練 五、回饋 六、再演練 七、再回饋 八、總結討論 九、課後作業				如：增強板、情境籤條、檢核表、步驟卡、社會技巧提示卡等
類化設計					
演練情境	設計原則：生活化，以學生經驗出發的情境，符合學生背景與興趣				
教學資源					

（六）擬定課程進行方式

進行社會技巧訓練課程除了前述有關小組學生的考量外，在進行課程活動前，尚需考量課程進行的方式，包含：確定教師、場地安排、設計基礎班規與增強系統，這些項目都會影響課程進行的順利與否。以下簡介這些項目的考量，供本書讀者參考。

1. 確定教師

大部分在考量要開設社會技巧訓練課程時，多以具特教（熟稔行為改變技術）或輔導知能（瞭解基本輔導技巧），且瞭解或願意主動瞭解學生者為優先考慮的人選，在學校進行的社會技巧訓練課程，多由一位或二至三位教師進行，表 5 係比較一位與二至三位教師進行課程時的考量，供讀者參考。

若教師本身無社會技巧訓練課程的教學經驗，是第一次帶領社會技巧小組時，較建議與其他有經驗的教師合作，進行協同教學，或有機會可先觀摩其他教師帶領社會技巧訓練課程的活動，較有助於順暢的帶領社會技巧訓練課程。

表 5 不同教師人數進行課程時的考量之比較

	一位教師	二至三位教師
準備時間	就課程實施的角度，教學內容可由教師自主決定，花較少的時間溝通協調與配合。	教學內容需共同討論與檢討，但課前準備可能因此耗費更多時間溝通與彼此配合。
教學內容	某些社會技巧較難獨立進行示範，並可能欠缺討論或多元觀點。	課程進行前後可有多元意見納入，且某些社會技巧有兩位教師較容易進行示範。
突發狀況的因應	課堂中有突發狀況時，如：攻擊行為，可能需暫停甚至中斷活動。	課堂中有突發狀況時，有協同教師可協助處理，如：協助冷靜或暫時離開，不需中斷活動。

2. 場地安排

理想上的社會技巧小組場地，最好具有足夠的空間、視聽器材和可搬動的桌椅，但實際上大部分都是在有限的場地條件下進行，故建議教師先瞭解自己所任教或即將進行的學校場地，從以下幾項考量場地的安排。

（1）場地尋找

以校內能夠讓社會技巧小組定期聚會，不受外面干擾或中斷，又能進行小組活動的場地為主。如果同時有兩個以上的場地可以選擇時，除了上述提醒的條件

外，場地內若有其他太多無關的刺激，如：運動或遊樂器材，則優先排除，以避免小組學生因無關刺激而分心或不時中斷參與社會技巧訓練課程活動。

(2) 場地布置

場地布置以小組活動進行時，以讓小組學生能活動、分組、角色扮演、及偶爾玩玩遊戲等為考量，盡量讓小組學生有固定位子，可考量提供桌椅、椅墊或個人位置的標誌，提供視覺提示幫助小組學生能盡快定位參與活動。

(3) 座位安排

學生座位的安排可依個別特質、能力與需求去考量，若在特質上較易受干擾或彼此干擾的學生，則建議安排較不會產生干擾的座位；若學生在能力或需求上較需個別協助，則建議安排於教師易提供協助的位置。

3. 設計基礎班規與增強系統

此部分主要是幫助教師順利引導課程活動的進行，與支持小組學生遵守課程規則與鼓勵參與課程活動，包含設計基礎班規與增強系統兩部分。

(1) 設計基礎班規

教師可依以下步驟選定基礎班規，可參考圖 3 的基礎班規設計範例。教師亦可於學生熟悉班規後，再增列或調整。

- 考量小組學生共同的起點行為：可依學生能力分析結果，找出學生能獨立或協助下表現的正向行為，此正向行為通常為單步驟行為，學生在鼓勵下即有機會展現（如：安靜坐在位子上），與所要教導的社會技巧較為多步驟性質的行為不同。
- 教師期待小組學生在課程中可表現的行為，建議以學生較能參與課程或遵守課程規範的行為為目標。
- 找到小組學生的起點行為和教師期待行為間的交集。
- 可考量下列原則，選定 3 至 5 個班規。
 - ◆ 學生較易達成的行為。
 - ◆ 易被教師頻繁增強的行為：如「完成教師指令」可以包含看學習單、參與活動、端正坐姿、專心聽講等課堂要求，教師都可以依此項目重複增強。
 - ◆ 教師較易觀察的行為。

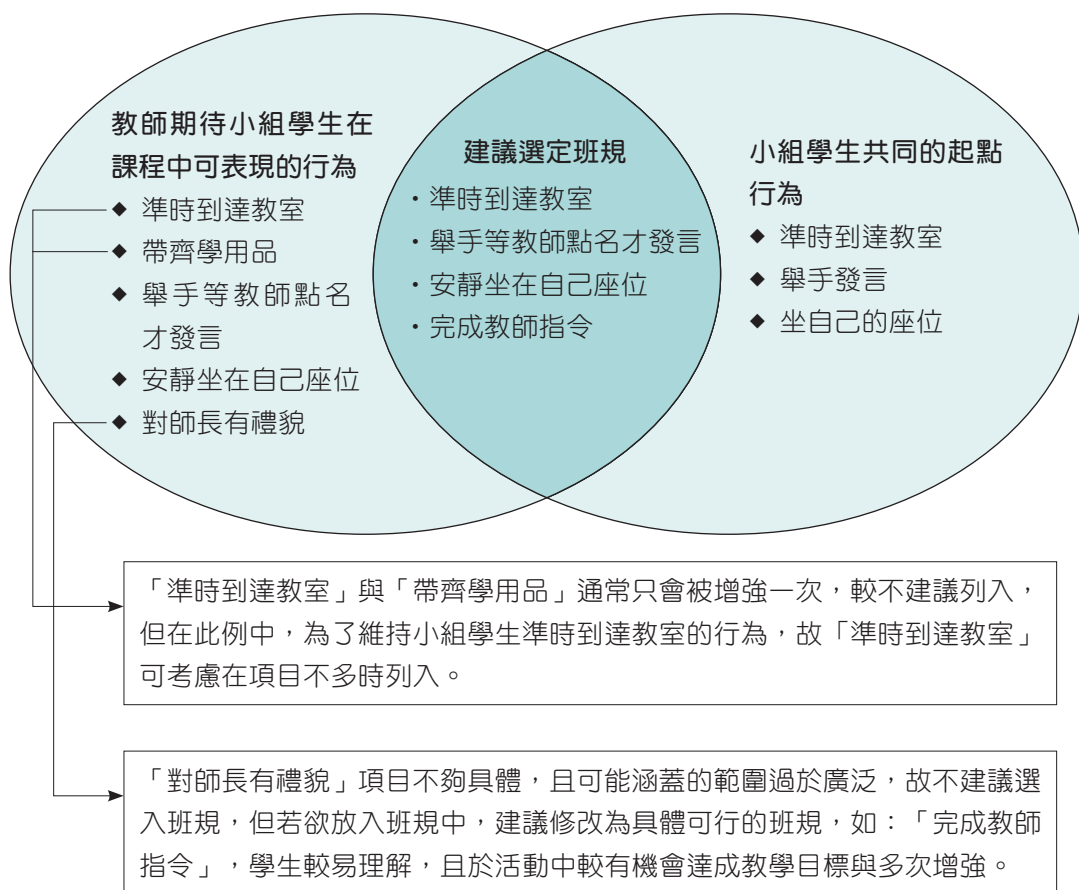


圖 3 基礎班規的設計範例

(2) 擬定增強系統

擬定增強系統係為我們所熟知的正增強制度。透過此增強制度可幫助小組學生遵守課程規則及參與課程等行為的建立與維持，亦即讓小組學生有動機更積極表現行為，甚至化被動為主動，對於教師而言是輔助教學活動順暢的一大利器。增強系統的執行要注意以下兩點：

- 增強物的選定：教師可先調查每位小組學生所喜好的增強物，並找到小組學生們共同喜好的增強物，另須考量這些增強物是適合於學校環境使用的，且最好有兩種以上的類別，如物品、活動，學生可依意願選擇，以避免增強物的厭膩，此外，此增強物能讓教師方便在課程活動進行或結束之後實施或執行。
- 增強物兌換原則：增強制度需有規則化、可預期的兌換方式，建議可優先考量代幣制。代幣制多搭配基礎班規的進行，是讓學生以好表現累積代幣或點數，並等待一定的時間再兌換增強物。透過代幣的兌換，一則便於教師於課堂中實施與計算，且能暫時延宕增強物的兌換，避免干擾課程活動。

進行，再則便於教師操作替換不同增強物或兌換增強物時機，如：集滿 10 個代幣可換午休到資源班用電腦 10 分鐘，教師可調整獲得代幣的數量或使用電腦的時間。代幣制讓學生可預期參與課程與遵守規範時獲得的後果，及知道可以如何獲得自己想要的後果。若遇到學生較難等待累積代幣，亦會搭配運用立即增強。

三、社會技巧課程進行

（一）教學流程：社會技巧教學流程的說明詳見表 6。

表 6 社會技巧教學流程

社會技巧 進行流程	目的	活動流程說明	促進類化原則
引起動機	增進學生對本堂課的心理準備度與課堂參與度。	<ol style="list-style-type: none"> 1. 教師可以利用遊戲活動、複習舊技巧、繪本或影片等方式進行，也可參考本書之附錄二。 2. 教師宜於「引起動機」或「說明」的階段，利用與學生討論或直接說明的方法，提示這些技巧在日常情境中可運用的地方。 	在學生可接受的前提下，使用學生生活情境中的實例，不但容易作為引起動機的材料，更是直接促進類化的設計。
說明	促進學生在認知上，對今日學習內容與步驟順序有清楚的認識。	<ol style="list-style-type: none"> 1. 教師在課前，分析技巧所需步驟，並列點以海報、ppt 等視覺化的方式呈現。 2. 教師介紹學習技巧的步驟流程，並請學生複誦步驟流程口訣。 3. 教師說明步驟內容及注意重點。 	教師在說明及示範步驟中，若有教導使用句型或動作，可依對學生的觀察及能力評估，調整語句和動作的內容、擴充語句及動作選項，保持溝通互動時的彈性。
示範	提供學生正確示例參考，促進學生明白技巧的展現方法。	教師用口語和動作示範步驟的執行方式，並搭配說明、檢核，讓學生看到各技巧步驟進行的重點。	

社會技巧 進行流程	目的	活動流程說明	促進類化原則
演練	學生藉練習技巧，達到逐步精熟的效果，此亦為學生在實際場合運用技巧的基礎。另一方面，教師可從學生練習技巧時的反應，評估學生所遇到的困難，及後續須給予的提示和協助。	教師視社會技巧的內容，選擇分解動作或連續動作演練；示範步驟後，請學生演練該步驟。	1. 安排足夠演練次數：安排充足的演練次數，以讓學生有機會熟悉技巧。 2. 安排不同對象進行演練：促進學生能不因對象差異，能穩定表現所學技巧。
回饋	學生因教師、小組成員給予的回饋，而更能整理先前的學習，包括：知道自己做正確的為哪些部分，並可維持；及明白哪些為可調整的部分及調整的方法。	演練後，針對學生做得正確的部分給予增強；需要調整的部分，依學生演練情況，再次口語提示重點或示範正確的作法，但在回饋的過程中應避免讓學生有被評價的感受。	3. 提供適合學生的提示：依學生起點能力，在演練時從旁以文字圖像、口語或動作提示重點，必要時可設計能隨身攜帶的社會技巧提示卡，也便於課後的類化。
再演練	讓學生有機會更精熟技巧，促進學生因具體練習並修正後而有新的成功經驗。教師亦可評估學生對回饋內容的理解和運用程度。	請學生再次演練步驟，適時在旁邊以口語、動作提示重點。	4. 學生演練出適當技巧時，立刻給予增強及正向回饋。 5. 當學生的技巧較為熟練後，可鼓勵學生嘗試多樣角色的演練。
再回饋	學生再次演練後而獲得的回饋，可增加其展現技巧的信心，並能促進學生再更精緻地修正技巧執行的細節。	肯定學生願意再次演練，再次執行回饋的步驟，並注意學生是否因多次練習而感到情緒不耐等情況。	

社會技巧 進行流程	目的	活動流程說明	促進類化原則
總結討論	協助學生整理今日的學習重點，並因總結性的複習，能穩固其學習鷹架。而提供機會讓學生能夠表達想法，更是能適時澄清學生的疑惑。另一方面，作業的安排、進行增強，皆有鼓勵學生將所學的社會技巧運用在生活中、強化學生在技巧和認知上的學習之意義。	<ol style="list-style-type: none"> 1. 摘要重點：請學生摘要本節課程技巧的步驟重點，可以口頭或書面等方式完成。 2. 提問討論：詢問學生對本技巧有無疑問之處，或有何相關問題，可提出討論。 3. 安排作業：安排適合的回家作業、說明回家作業的進行方式，必要時示範給學生看如何執行作業。 4. 增強結算：結算增強系統的增強結果，對每個學生本節課參與給予正向回饋。 5. 預告下週學習內容。 	課後作業的安排中，給予學生學習技巧步驟的圖文提示，以協助學生在其他情境的練習。
課後作業	促進學生展現所學的社會技巧並運用於實際生活情境中。	<ol style="list-style-type: none"> 1. 向導師、任課教師、家長說明學生學習社會技巧內容及步驟、以及可以提示學生的方式。 2. 請教師、家長觀察學生在生活中運用技巧的情況。 	提供課程內容重點的圖文提示，幫助原班任課教師或家長明白需協助的步驟。設計學習單，在家裡或普通班運用所學技巧做課後練習。

（二）教學特色

本書所介紹的社會技巧訓練課程進行方式，有運用增強系統、結構化課程、差異化教學、多媒體呈現、融入舊技巧、強調實際演練等六點特色，以下將分述說明。讀者也可再參閱本書的範例和影片內容以進一步了解實際運用情形。

1. 運用增強系統

（1）增強的頻率和時機

- 在於課程進行中，可以隨時不斷地找到機會增強，建議每個參與課程活動的學生，在一節課程（40-50分鐘）中，都能獲得10次以上的增強經驗，原則上越多越好。當學生發現這堂課能夠獲得許多增強經驗時，參與動機自然提升。
- 如果擔心學生間計較增強分數的差異，最好的方式就是提升每個人被增強的次數。例如，每個人都得到10分以內的增強點數，那2-3分的差距可能



會很有感覺。但是如果每個人都得到超過 20 分的增強點數，那 2-3 分的差距在心態上的影響就可以淡化得多。

- 增強系統不限於學生反應正確才增強，亦包括學生表現好的態度與行為亦可作為增強目標，如：準時到、遵守班規、配合指令。

(2) 增強的紀錄

- 務必進行紀錄，用增強板、跳格子、各自的增強紀錄單、或者甚至於用板書在黑板或白板上畫記正字都是可行的方法。
- 增強紀錄除了提供學生兌換增強物的點數之外，對於教師而言，另有積極的提醒意義，也就是「每位學生所獲得的點數，幾乎反映了這節課教師（我）對於這位學生所提供的積極關注次數」。

(3) 增強注意事項

- 在教學活動中，建議有表現好態度（符合基礎班規）者皆增強，不應只限縮在第一位表現者而已，如教師要求學生舉手發言，除了第一位或是主動舉手的學生可獲得加分的鼓勵外，教師也會為在提示下有做到舉手的學生加分。因為不論在觀察學習模仿之下完成、或提示下完成、或大量協助之下完成，都是值得增強的。
- 當學生未能表現出符合基礎班規的態度時，通常有幾種做法：
 - ◆ 先增強已經做到的學生，此舉對其他學生有提醒或示範的功效，之後再鼓勵尚未做到的學生。
 - ◆ 逐步增加提供協助的程度，甚至讓學生在些微的努力下就能得到增強（教師要有「一定要增強到所有的學生」的決心）。
 - ◆ 如果學生真的做不到，也不另外扣掉已經獲得的點數，只是這次檢核不予增強。

2. 結構化課程

在教學中使用「說明、示範、演練、回饋、再演練、再回饋、總結討論」的順位模式來教導，並且跨單元的仍維持課程進行的順位模式，將有助於學生可以預期在單元中的不同順位階段，要有那些不同的心理準備度和適當的表現行為。例如：教師說明示範的時候要專心聽講，演練的時候要認真參與活動，回饋階段的時候要傾聽並嘗試練習提供同儕適當回饋等。

3. 差異化教學

(1) 說明的差異化

- 若是組成群體的年級層分布較大或能力差異較大，在技巧的相關說明程序上就可以因應不同的需求，給予不同的說明深度。

- 技巧的說明，可以用一段影片、說一個故事、拿布偶演個短劇，甚至是單純的口頭說明，都是可以因應群體不同的特性而活用不同的方法。
- 在技巧說明的歷程中，因應不同學生的個別特殊需求（可對照學生基本能力分析），提供不同的學習輔助或輔具，例如：有的提供純字卡、有的提供含圖片的字卡等，以協助學生對於技巧或步驟的理解。

（2）示範的差異化

- 有些學生在某些技巧的能力上較成熟，可以協助教師共同示範，但是在部分技巧上卻可能需要進一步的觀察學習。所以教師在示範單元技巧教學，可以運用多樣化的示範技巧，例如真人演示、影片、情境回想討論等，以滿足不同程度和學習風格的學生。
- 有些學生需要透過自己的生活實例來示範，才比較容易理解相關技巧的運用，但有些學生則不適合用自身經驗作為例子，因為可能會感覺遭受被批判或負面評價，所以教師應視情況調整示範時所運用的例子。

（3）演練的差異化

- 在各項技巧的分解演練時，對於已經熟悉的基礎技巧或單元，教師在引導複習演練的部分就可以自然的減少，而以新學習的技巧為演練重點。
- 新技巧若來自於舊技巧的整合，教師可以在確認學生舊技巧的熟練度之後，適度省略舊技巧的步驟演練，而以整合後的新技巧為演練重點。
- 教師在教學活動中對每位學生在演練的要求是可以不一致的，建議依據學生個別的需求，給予不同程度或重點的要求。
- 若有口語能力較差的學生，必要時可提供參與訓練時所需要的腳本，或在示範後立即演練。
- 提示卡的差異化：依據學生的社會技巧熟練程度，可給予不同程度的提示卡。對於技巧尚陌生的學生，能提供步驟化的簡述提示，以便學生能及時獲得提示。已經熟練技巧的學生，可利用現成的名言佳句，如座右銘、經典文句，做為一般化的提示系統。

（4）回饋的差異化

- 在回饋內容上，對於較欠缺自信的學生可以多提供正向回饋，先避免強調修正；但對於本身能力有較正確理解的學生，便可以考慮正向回饋之外，也提供修正的建議。
- 部分學生較看重教師的正向回饋，部分學生較看重同儕的認同和回饋，教師可以視情況交互適時運用不同的回饋模式。

4. 多媒體的呈現

在說明或示範的階段，或者是演練情境的呈現上，常常可以運用多媒體的資源，藉以提升學生的興趣和專注力。例如：情境短劇、影片段落、繪本、圖卡、有聲錄音、電影情節、…等等。

5. 融入舊技巧

對於已經教過的技巧，教師也需要在課程中隨機使用，一來直接做出示範就等於有效複習，二來可以增加學生對於技巧實用性的認同。

6. 強調實際演練

在教學過程中，教師提供每位小組學生情境演練的機會，這些演練的情境，多是學生在日常生活中可能遭遇的狀況，對於有社會技巧缺陷、表現缺陷的學生而言，透過實際演練，可獲得表現出較合適行為的經驗，對教師而言，也能藉此觀察學生表現該技巧的過程及遭遇的困難，即時提供引導與協助。

貼心小提醒 5



學生如果在社會技巧訓練課程的情境演練時，將情境當真而引發情緒，教師可以怎麼處理？

A

小組中若有容易誤解情境的學生，建議教師們可以在上課前先說明演練的規則，並使用道具或手勢，例如：拍手、打板、舉牌等方式，作為情境演練開始和結束的區分，協助學生了解這是模擬的情境演練。另外也可以教導學生，在演練過程中若真的有不舒服的情緒，可用舉手、自己喊卡、搖頭、沉默不演練等方式，讓教師知道自己需要暫停，此時教師可以先同理學生的情緒，以提供選擇（如：要在自己位置休息五分鐘還是到辦公室休息）、重新指令（如：停，我們先坐下）、放鬆技巧（如：放輕鬆，你先深呼吸）等方式協助學生冷靜，再繼續進行課程，若學生持續有情緒反應，教師可請辦公室同仁協助，或是讓學生在安全範圍內自行冷靜，教師則繼續課程。



四、社會技巧之評量與類化

（一）評量與檢討

進行社會技巧教學後，為了確認教學效果並作為之後教學的參考，建議透過量化與質性記錄來評量學生的學習狀況，以及利用教師自我檢核表或教學日誌來檢核與反思教學過程與成效。以下詳細說明評量學生學習狀況和檢核教師教學流程、技巧與成效的原則與方式。

1. 評量學生的學習狀況

為了瞭解學生社會技巧的學習狀況，可以運用形成性評量概念，檢核教學過程中的步驟，例如在說明時，能否表現出傾聽的技巧？示範時能否專心看？演練時是否可做出要求的動作？可做出技巧中各自的步驟？或是連續動作都可以自然流暢表現出來？回饋時能否分辨自己和別人表現的優劣狀況？

教師可以在授課中觀察並評量學生是否能表現出目標技巧，可依據社會技巧教學流程檢核學生表現，或是依據技巧步驟流程來檢核學生在目標技巧的習得狀況，以下分別提供兩種檢核的範例，表 7 係依社會技巧教學流程評量學生在課堂中的表現，表 8 是依技巧步驟流程檢核學生在打招呼技巧中的表現。

表 7 依社會技巧教學流程評量學生表現範例

教學流程	學生表現描述			
	甲生	乙生	丙生	丁生
1. 說明	能專心聽講。	專心聽講約 1 分鐘後，會開始與同學說話，在教師提醒後可回復專心。	經常會分心，需教師持續以口語或動作（輕拍）提醒。	經提醒後可以專心聽講。
2. 示範	能專心觀看教師示範。	以開玩笑的口吻在旁嘲笑示範的動作。	當教師開始以動作示範搭配說明，會較專注聆聽。	未經教師允許就離開座位到台前觀看。
3. 演練	能主動參與與演練。	演練時不願站出來，但鼓勵後願意演練。	分心且未能參與演練，偶爾還會插話。	請同儕邀請其出列示範或陪伴演練，願意參與。

教學流程	學生表現描述			
	甲生	乙生	丙生	丁生
4. 回饋	可以說出同學好的表現。	以批評的態度回饋同學的表現。	表達的內容與同學的表現無關，教師提供視覺提示後，可以說出同學表現。	會以負向言語向同學表達想法，教師提醒後可看到同學的優點。
5. 再演練、再回饋	經教師提醒後，可以說出同學前後次表現的差異。	在教師提示下，可以說出同學好的表現。	經預告提供增強可以演練。	於再次演練後，能在提示下說出自己進步的部分。
6. 總結討論	能主動回顧說出課程技巧的重點與步驟。	在教師提示下，可以說出課程技巧的重點與步驟。	可以說出自己當節表現好的地方。	能表達課後演練的意願。
7. 課後作業	能找同學練習。	能在教師提示下找同學練習。	能在教師提示下表現出技巧。	能找同學練習。
備註（如：下次課程注意事項）				

表 8 依社會技巧步驟檢核學生表現範例

內容項目	學生			
	甲生	乙生	丙生	丁生
1. 步驟一	○	○	△	○
2. 步驟二	○	○	○	△
3. 步驟三	○	△	○	△
4. 步驟四	○	△	×	○
評量標準：○獨立完成 △經由協助 ×無法做到				

教師以質性敘述記錄參與課堂的反應，可以從學生障礙特質、需求、社會能力起點行為、增強物的喜好去觀察分析學生的表現，描述重點，如：參與的專心度、

願意演練與表現的程度、需要提示或協助的程度。如表 7 內容中顯示，甲生能專心觀看教師示範，乙生會以批評的態度回饋，丙生容易分心且口語表達內容常與現場情境不符合，教師透過視覺提示，讓丙生願意參與演練，丁生能在再演練後說出自己進步的地方等。

教師可以在每節課後檢核每位學生在教學流程中的表現與特定技巧中的表現，當持續進行一個主題或一段時間後，教師也可以彙整上述資料整體檢視學生各方面能力變化，可作為後續課程設計之參考。

2. 檢核教師教學流程、技巧與成效

教師實施社會技巧教學後，可以透過自我檢核教學流程，檢核是否依據原本預計的流程進行？是否有提供學生演練機會？是否有運用增強、基本班規、差異化教學等教學技巧。建議可以利用表 9 的教師進行社會技巧教學之自我檢核表進行檢核，以利審視自我教學狀況與成效。

表 9 教師進行社會技巧教學之自我檢核表

	項目	說明	檢核
自我檢核	基本信念	是否相信社會技巧可以被教導？	
	溝通技巧	是否具備基本溝通技巧：傾聽、同理、摘要？	
	敏感度	是否對於學生表現具備敏感度？	
	壓力調適	是否能正向看待學生表現不如預期或出現挑戰的行為？	
場地安排	場地尋找	能尋找定期定點、不受干擾的場地？	
	場地布置	硬體設備的安排能有利活動進行？	
		環境中是否有明顯足夠視覺提示（班規、增強）？	
	座位安排	座位安排是否利於協助、減少刺激？	

	項目	說明	檢核
課程設計	符合需求	技巧是否符合學生需要？	
	難易適中	技巧是否貼近學生起點行為易於表現？	
	順序適切	技巧安排是否由易到難？	
	易於理解	技巧步驟分析是否易於學生理解？	
	便於執行	技巧步驟是否便於學生執行？	
	貼近生活	情境設計是否符合學生背景與興趣？	
	富於彈性	在執行與操作教學時，是否保持彈性，避免僵化？	
教學流程	引起動機	是否能引發學生參與的興趣？	
	說明	是否能清楚說明本次學習內容與步驟？	
	示範	是否能以口語及動作清楚示範技巧步驟？	
	演練	是否能引導學生展現技巧步驟？	
	回饋	是否能協助學生掌握技巧表現的重點？	
	總結討論	是否能摘要當節學習技巧的重點？	
	課後作業	是否安排課後作業以助精熟或類化？	
教學特色	增強系統	是否在教學過程中適當運用增強系統？	
	結構化課程	是否依照教學流程順位來進行教學？	
	差異化教學	是否根據學生個別差異進行教學與協助？	
	多媒體呈現	是否於課程中運用多元管道與媒材進行教學？	
	融入舊技巧	是否在教學過程中隨機融入舊技巧的示範與使用？	
	實際演練	是否在教學過程中讓學生有演練技巧的機會？	

（二）類化

社會技巧教學的類化設計是影響學生能否在日常生活中應用的關鍵，由於社會技巧教學是在高度結構化的教學設計下執行的，因此和自然情境差異較大，不利於類化，教師在教學後，應該在自然情境中，有計畫的安排相關的類化訓練，來幫助學生表現出已習得的技巧，否則學生在訓練情境中的進步可能較難反應到實際生活的表現，影響社會技巧教學成效。以下為社會技巧類化訓練的設計原則：

1. 在教學之初便讓學生理解該技巧的使用情境

所有的社會技巧學習，都必須具有實用的意義，對於個體而言才具有學習的動機。

因此教師可以在教學歷程上的引起動機或說明技巧的階段，適度的提醒將要學習的相關技巧及其實際應用時機，甚至直接利用教師或學生日常生活的實例來促使學生明瞭技巧的應用價值，而這些被提示出來的實際情境，也就可以是日後社會技巧學習類化的優先觀察情境。

2. 選擇學生在結構化的教學情境中已能流暢或精熟表現的技巧

若還不精熟的技巧在結構化的環境下已難展現，在複雜情境中則更難表現出。因此建議先選擇在結構化情境中，學生已表現較為流暢或精熟的技巧，做為類化訓練的目標。如果學生已能在結構化教學中正確、快速的表現「打招呼」技巧，但在「開啟話題」時仍需要教師大量的提示，則我們可先選擇「打招呼」，做為學生學習類化的目標。

3. 在自然情境中安排提示線索

自然情境中可安排提示的方式，包括：口語、表情、手勢動作、圖字卡（如社會技巧提示卡）等，這些提示最好先在訓練情境中使用，且在自然情境中也容易安排的，也建議在自然情境中的重要他人能熟悉這些提示的方式。如：學生在小組中習得「注意聽」的技巧（停下手邊的動作、看著說話的人、聽教師說話），教師可在學生班級桌面上貼上手放下、眼睛看的提示卡；或比出手放下、眼睛看的動作以提醒學生看著說話的人。掌握上述原則，較可有效的使學生將習得的技巧順利應用至類化場所。當學生表現越自然流暢，即可逐步撤除提示的線索。

4. 擴展自然情境的多樣性

從現有的情境或對象為基礎，安排學生在由易到難的自然情境下練習。自然情境的擴展可從活動、場域、人員三方面考量。如以打招呼技巧的類化為例：

(1) 活動

在自然情境中，某一社會技巧可能會在不同的活動中都可以展現，例如：上下課時間、不同的課堂、不同遊戲、課堂中的不同活動、下課情境或課後及社區活動等。如果學生能在早上進教室時跟教師打招呼，可擴展為在下課時看到教師能跟教師打招呼。

(2) 場域

在學校、家庭、教室內、遊戲場、不同教室、安親班等。如：學生已能在進到教室時跟教師打招呼，擴展為在校園走廊間，能跟教師打招呼。

(3) 人員

如各任課教師、教職員、同學、家長、手足都可以作為練習對象。如學生已能跟導師打招呼，可擴展為跟同學打招呼。



5. 增強與回饋

當學生在自然情境中，表現出要類化的技巧時，周圍的人員能給予正向、自然的回饋，使學生能維持表現出該技巧的動機。在自然情境中常用的增強包括微笑、點頭、豎起大拇指、口頭稱讚等。如當學生在走廊上看到教師，會主動跟教師打招呼，教師可立即點頭、口頭讚美學生。

貼心小提醒

6

Q 有些學生會跟教師反應上社會技巧這堂課沒有用，學生還是沒有朋友，教師可以如何回應？

A 對於許多學生、家長及導師們來說，會期待學生上了社會技巧訓練課程以後，就能大幅度減少行為問題、增加許多正向行為和交到朋友，這些確實也是社會技巧訓練課程的教學目標，但可能需要一些時間逐步達成。

因此建議在小組形成之初，便對學生、家長和導師澄清對課程的期待，建立一個學期可能完成的適當目標，例如：原本會以髒話辱罵他人發洩情緒的學生，這學期可能學會一言不發的走掉已經是很大的進步，先從減少周圍他人反感開始，無法馬上變成萬人迷，也需要告知學生要成為一個受歡迎的人需要的能力，包含良好的情緒控制能力、適當的應對技巧和幽默能力等，而本學期目標在哪個階段，使學生不致於因期待太高而產生挫敗感。

另外除了課堂中教導適當技巧外，也建議教師們可依照學生的特質，適度製造與同儕相處的機會，如邀請學生安排參加輔導室小團體課程、班上分組由導師直接決定、鼓勵參加社團和校外教學等。



《 PART 4 》

肆

實例說明

實例說明

肆

PART 4

一、社會技巧課程發展背景

樂樂國中王老師這學期認輔了許多情緒行為障礙的學生，有好幾個學生讓他很苦惱，例如小明，他有注意力缺陷過動症（以下簡稱 ADHD），大致能聽懂一般日常指令和上課常規，但是上課常分心，在遵循教室規範時常常慢半拍；但是他更大的困難是他很喜歡找同學玩或聊天，但是常常搞不清楚狀況，同學生氣了都不知道，像是下課時，導師觀察到小明經常會突然在同學的耳邊大聲吼叫，有的同學會很生氣地追著小明跑，小明以為同學在跟自己玩，常很開心地跑給同學追，諸如此類的事情不斷，導師常找王老師反應。

王老師於是在想，似乎應該好好建立他們重要的適當社會行為，才不會總是只能疲於奔命地收拾他們惹事的後果。

二、社會技巧課前準備

（一）找出可能有需求者

開學兩三個月之後，特教組的組內教師開始依據這學期對認輔學生進行評估與觀察，準備安排下學期的課程規劃以及各課程的學生名單。

王老師與她的同事們發現校內的幾位特殊學生中，都有導師反應和同學互動不佳的狀況，都可能有被教導適當社會技巧的需求，王老師因此開始思考可藉由開設社會技巧課程，讓自己認輔的小明和其他可能有需求的特殊學生一起學習適當的社會互動技巧。

在籌備下學期課程規劃的會議中，組內教師紛紛提出各自認輔學生的可能需求與能力現況。其中有六位學生在社會互動的適應上有較明顯的狀況，以下為組內教師提出這些學生平常在學校表現的樣態：

- 小明

小明很難覺察當下的情境變化或情緒反應，開啟互動的方式不適當，有時候會用錯誤的行為來引起同學的注意，對於社會情境的理解比較慢，偶爾因同學沒跟他玩或遊戲未順利進行時，會因此生悶氣，不知道別人為何會拒絕他。



- 小光

小光在和師長或同學互動的過程中，常常過度專注某些議題，容易在自己感興趣的話題上打轉、滔滔不絕地分享，而無視旁人已無興趣，或是堅持自己的規則、想法，造成同學都不想和他同組或是一起玩，有時甚至造成課程的中斷，令任課教師和同學都感到困擾。

- 阿寶

阿寶常常會跟特定有舊怨同學起衝突，且衝突原因大部分都是阿寶過度負面解讀對方的表情或言行，總認為對方在挑釁而導致自己也不斷挑釁，甚至引發口語或肢體的衝突。阿寶與同學的衝突事件層出不窮，讓導師和任課老師都備感壓力，深怕演變成班上衝突不斷的負向循環氛圍。

- 阿國

阿國在課堂上對於師長指令有時會出現違抗或不配合的情形，常會在課堂中出現起鬨鼓譟、離座或找同學聊天的干擾行為，即使同儕表露不悅，他也難即時停止當下行為，老師提醒與制止也不見得有效，老師常認為阿國是在試探老師管控經營班級的底線，不曉得該拿他怎麼辦。

- 小娟

小娟是個過動衝動的 ADHD 學生，對上課幾乎沒有興趣，原本導師對於她容易與人一言不合而爭吵甚至動手起來感到煩惱。最近觀察她漸漸吸引到同年級一些對學業感到挫折沒興趣的學生相互往來，經過去兩年的輔導後，她與師長間也較少衝突，只要好好溝通且不要求她認真參與課程，一般而言她已經較少因誤解班上老師的意思而違抗。只是，老師開始擔心發現她近來會與網友相約出去，甚至晚上翹家不歸結交校外友人。

- 小靜

小靜不管在上課或下課時都常常自己一個人安靜地坐著，老師上課對小靜提問時，小靜有時會靜默，有時會在老師等一段時間後才小聲回答，有時甚至會什麼都不說就一直咬指甲或拔眉毛、掉眼淚。導師一方面心疼小靜，一方面也擔心小靜長期與班上群體隔絕，希望在友善環境提供的同時，小靜也能學會一些適當的社會互動技巧、增進團體適應能力。

（二）分析學習能力與學生需求

特教團隊提出了上面六位有上社會技巧教學之需求的學生，發現他們各自有適應不佳或和同學互動上的困擾。

接著，王老師和其他特教老師合作從學生個別化教育計畫（IEP），或從日常輔導、觀察記錄中蒐集學生資料以了解學生的各項能力概況，做為課程設計的依據與教學目標的

擬定。表 10 為節錄小明的個別化教育計畫（IEP）相關內容，其他五位學生能力需求分析結果請見以下表 11。

表 10 小明的個別化教育計畫（IEP）

項目	能力現況描述
健康情況	與一般同儕無明顯差異。
感官功能	與一般同儕無明顯差異。
知覺動作	與一般同儕無明顯差異。
生活自理	具基本自理能力，但需要比較長的時間完成或較多的提醒。
認知	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 理解：能理解一般日常指令和上課常規。 ◆ 注意力：有明顯注意力不足現象，於講述性課程經常分心做其他事，經常沒有注意到教師、同學正在做些什麼或活動轉換。 ◆ 記憶力：對於明確具序列性、不超過三個短句的記憶尚可。
溝通	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 接收：常在互動中或聽講時因分心而僅能擷取片段意義，無法理解事情全貌。 ◆ 表達：和同學互動時，常不知所云，常講到後來忘了自己原本想講什麼，或不知道要聊什麼。
情緒	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 適應（正向） <ul style="list-style-type: none"> * 性格外向、樂天，負向情緒不易延宕，對於教師針對自己行為的責罰，即使當下稍有難過或生氣情緒，也通常在一轉身轉移注意力後就消逝。 ◆ 不適應（負向） <ul style="list-style-type: none"> * 易錯誤解讀同學的情緒。
社會行為	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 適應（正向） <ul style="list-style-type: none"> * 能在教師提醒下，遵從指令。 * 遇到困難時，能主動向教師求助。 ◆ 不適應（負向） <ul style="list-style-type: none"> * 注意力分散時，無法及時遵守教室規範。 * 下課會突然在同學耳邊大聲吼叫引起同學注意。 * 不知道聊什麼但想加入同學話題時，常突兀地出現或站同學旁邊，或突然插話。 * 同學沒跟自己玩或無法順利進行好玩的活動 / 遊戲時，會不知該如何處理。

項目		能力現況描述
學科（領域）學習		<ul style="list-style-type: none"> ◆ 國文：認讀國字約小學二年級程度，能仿寫，但自發性書寫常出現困難，在教師報讀下，多可理解文意。 ◆ 數學：具基礎數學概念，但計算容易因分心而錯誤。 ◆ 英文：能仿寫字句，但單字記憶困難，整體英文學科成就低落。 ◆ 學習動機佳，能主動向教師提問。
優弱勢分析		
優勢能力		弱勢能力
<ul style="list-style-type: none"> ◆ 學習動機佳。 ◆ 能主動求助。 ◆ 負向情緒不易延宕。 ◆ 理解一般指令和上課常規，他人提示，可遵循教室指令。 ◆ 能記憶簡短的訊息。 		<ul style="list-style-type: none"> ◆ 讀寫能力不佳。 ◆ 注意力不足。 ◆ 人際互動訊息的接收與理解能力較弱，易錯誤解讀他人情緒。 ◆ 缺乏聊天的話題，或用不適當方式與人互動。 ◆ 交友或遊戲不順心時，會不知該如何處理。
需求分析		
向度		內容
學習需求	學習內容調整	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 讀寫能力不佳，建議教導「學習策略」之記憶策略、組織策略、學習輔助策略。 ◆ 注意力不足易分心，建議教導「學習策略」之注意力策略。 ◆ 因應該生的的人際互動訊息的接收與理解能力較弱，錯誤解讀他人情緒或難以辨識情境，且會用不適當方式與人互動、缺乏聊天的話題。因此，建議教導「社會技巧」之溝通與人際互動相關技巧，包括遵循團體基本規範、辨識情境、表達與傾聽技巧。 ◆ 交友或遊戲不順心時，會不知該如何處理，建議教導「社會技巧」之問題解決技巧。 ◆ 其他領域課程和原班相同。
	學習歷程調整	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 讀寫國字能力不佳，建議教師教學時可以圖字卡並用、口語提醒等多元管道的方式作為協助；另建議將科技輔助工具融入課程，如課堂中可使用語音教材或電腦打字方式。 ◆ 注意力不足，故建議教師盡可能以簡短、具體的指令方式教導或提醒。
	學習環境調整	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 座位安排於教師便於提醒且環境刺激較少的位置。
	學習評量調整	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 作業及評量可以電腦打字或口述等方式進行。 ◆ 定期評量提供報讀服務。

表 11 其他五位學生能力需求分析結果

學生	小光	阿寶	阿國	小娟	小靜
年級	國中七年級	國中七年級	國中八年級	國中九年級	國中八年級
性別	男	男	男	女	女
障礙類別	自閉症	情緒行為障礙 (ADHD)	學習障礙 (讀寫) / 情緒行為障礙 (ADHD)	情緒行為障礙 (ADHD)	其他障礙 (臨界 +ADD)
優弱勢分析	優勢				
	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 記憶力佳 ◆ 能辨識自身基本情緒 ◆ 具備參與團體動機 	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 能理解日常指令和上課常規 ◆ 具備參與團體動機 ◆ 表達流暢 ◆ 開朗大方，能直接表達對他人關心 	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 能理解日常指令和上課常規 ◆ 性格活潑外放，具備參與團體互動的動機 ◆ 能察覺自身與他人的情緒 	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 能理解日常指令和上課常規 ◆ 表達流暢、性格外放，具備參與團體互動的動機 ◆ 能對信任的師長表達感受 	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 個性溫和合群 ◆ 師長引導下能配合指令 ◆ 具備社會互動動機

學生	小光	阿寶	阿國	小娟	小靜
優弱勢分析	弱勢				
	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 無法遵守團體規範 ◆ 情境辨識較弱 ◆ 過度專注感興趣細節 ◆ 無法理解抽象語句及非語言訊息 ◆ 無法順利開啟或加入話題，以及無法理解反諷含意或是開玩笑的話，造成互動困難 ◆ 會以不適當方式引起他人注意 ◆ 對噪音敏感 	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 注意力不足，影響溝通、學習、互動等層面 ◆ 無法遵守團體規範 ◆ 情境辨識較弱 ◆ 情緒調節能力弱，易因負面或錯誤解讀他人言行而出現攻擊行為，且情緒會糾結在特定對象上 	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 識字、閱讀理解、書寫能力有困難 ◆ 注意力不足，影響溝通、學習、互動、訊息解讀等層面 ◆ 無法遵守團體規範 ◆ 情境辨識較弱 ◆ 會以不適當方式引起他人注意 ◆ 針對負面情緒，無法有效處理和表達，且會延宕演變成干擾違抗行為 	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 對於費力書寫作業排斥，常缺交作業 ◆ 常以生氣指責掩飾焦慮自責 ◆ 與同儕互動常夾雜不雅字眼 ◆ 疑似有校外同儕引誘從事違規行為的情形 	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 智力臨界 ◆ 自發性書寫困難，學業長期低落 ◆ 注意力不足，易放空 ◆ 聽不懂、不想配合或錯誤理解訊息時會以被動消極方式因應 ◆ 有時遵循團體指令或辨識情境時會有困難 ◆ 無法適當處理自身焦慮情緒 ◆ 無法主動表達自身需求及開啟話題 ◆ 遇到挫折或問題時不知該如何解決

學生	小光	阿寶	阿國	小娟	小靜
需求分析 學習內容調整 (基本能力)	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 注意力：觀察或留意同儕行為的能力 ◆ 溝通：理解他人觀點並辨識他人對於其狹隘話題厭煩的非語文線索 	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 注意力：穩定專注力 ◆ 溝通：基本溝通策略（專心聽、發問澄清） 	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 基本學業技巧：基本讀寫技能或學習策略 ◆ 注意力：穩定專注力 ◆ 溝通：基本溝通策略（專心聽、發問澄清） 	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 生活常識：如學科以外的生涯探索經驗、或對法律規範的理解及後果知識 	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 溝通：敘事能力 ◆ 生活常識：同儕感興趣之談話內容知識
需求分析 學習內容調整 (社會技巧)	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 遵循團體基本規範 ◆ 辨識情境技巧 ◆ 訊息澄清技巧 ◆ 獲得關注技巧 ◆ 表達與傾聽技巧 	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 遵循團體基本規範 ◆ 辨識情境技巧 ◆ 訊息澄清技巧 ◆ 處理情緒技巧 	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 遵循團體基本規範 ◆ 辨識情境技巧 ◆ 訊息澄清技巧 ◆ 獲得關注技巧 ◆ 處理情緒技巧 	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 壓力因應技巧 ◆ 處理情緒技巧 	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 遵循團體基本規範 ◆ 辨識情境技巧 ◆ 訊息澄清技巧 ◆ 表達與傾聽技巧 ◆ 處理情緒技巧 ◆ 問題解決技巧
需求分析 學習歷程調整	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 視覺提示 ◆ 提醒 	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 聽視覺提示並用 ◆ 定時提醒 ◆ 適時檢核接受訊息內容正確與完整性 	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 預告活動規則 ◆ 提醒正向行為 ◆ 給予等待時間 ◆ 提供表現機會 	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 給予反應時間 ◆ 簡短清楚指令 	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 具體圖像及實例說明 ◆ 簡短清楚指令 ◆ 主動引導，澄清需求
需求分析 學習環境調整	需安排在噪音較少的環境	旁邊同學宜安排情緒相對穩定或無舊怨的同學	座位需安排教師便於提醒及環境刺激較少的環境	無需特別調整	需安排教師便於協助的座位

學生	小光	阿寶	阿國	小娟	小靜
需求分析 學習評量調整	無需特別調整	無需特別調整	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 作業及評量可以電腦打字或口述等方式進行 ◆ 定期評量提供報讀服務 	無需特別調整	作業及評量之標準、內容或方式需予以簡化

（三）彙整預定成員的需求

將預定成員之需求進行彙整與比較，並針對社會技巧課程相關需求進行分析，其中聚焦在學習內容調整為主，學習歷程及學習評量調整因牽涉到其他科目較多，與社會技巧課程相關較少，故在此不列入呈現。如表 12 所列。

表 12 六位學生與社會技巧有關之學習內容需求

學生	小明	小光	阿寶	阿國	小娟	小靜
學習內容調整 (社會技巧)	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 遵循團體基本規範 ◆ 辨識情境技巧 ◆ 表達與傾聽技巧 ◆ 問題解決技巧 	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 遵循團體基本規範 ◆ 辨識情境技巧 ◆ 訊息澄清技巧 ◆ 獲得關注技巧 ◆ 表達與傾聽技巧 	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 遵循團體基本規範 ◆ 辨識情境技巧 ◆ 訊息澄清技巧 ◆ 處理情緒技巧 	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 遵循團體基本規範 ◆ 辨識情境技巧 ◆ 訊息澄清技巧 ◆ 獲得關注技巧 ◆ 處理情緒技巧 	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 壓力因應技巧 ◆ 處理情緒技巧 	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 遵循團體基本規範 ◆ 辨識情境技巧 ◆ 訊息澄清技巧 ◆ 表達與傾聽技巧 ◆ 處理情緒技巧 ◆ 問題解決技巧

（四）決定小組成員

王老師的特教團隊考量小明、小光、阿寶、阿國、小靜均因注意力問題而有遵守指令不穩定的狀況，且在社會人際互動方面因難以加入而被忽視、或甚至被排擠等情形居多。小明、小光、阿寶、阿國的需求頗為接近，故決定以同質性小組為規劃方向。

至於小靜的性格與他人相較雖稍微內向，但她表達出有想要建立人際關係的期望，研

判該生問題出於正向技巧的缺陷，在適當引導下應可鼓勵小靜透過練習在結構性課程中建立成功經驗。總括來說，他們在與人互動及社會適應上共通有忽略環境訊息、錯誤解讀、互動技巧不佳等問題，彼此能力落差不大趨於同質，至於能力上的異質性將以教學的差異化調整來因應之。

小娟的年級較高，雖然仍有過動衝動影響常規遵守的問題，但言行表現成熟度稍優於其他五人。此外，經過訓練，已經有部分正向技巧可以支持小娟在校遵守指令、處理情緒等適應表現，現階段主要輔導目標在於協助該生建立較佳之自我認同，並學習適當的同儕壓力因應技巧及相關之情緒處理，與其他群體需求差異較大，故不納入本次課程的成員，另轉介連結輔導相關資源與專業輔導人員共同合作。因此最後決定成員為小明、小光、阿寶、阿國、小靜五人。

（五）安排課程內容

1. 決定課程目標

老師們為了提出符合能力評估結果的課程目標，依據能力分析後整理出小組成員社會技巧的學習需求，做為此次課程的主要學習內容。

王老師再對照特需領綱說明，發現整體上學生都需要「特社 B-II-3 團體的基本規範」、「特社 C-I-1 學校規則的認識與遵守」及「特社 B-II-1 訊息解讀技巧」，再加上部分學生需要的「特社 B-IV-1 科技媒體的運用」、「特社 B-IV-2 同理心的培養」、「特社 B-II-2 表達與傾聽的時機」、及「特社 A-IV-1 兩難情緒的處理」、「特社 A-IV-3 問題解決的技巧」，相關對照請參閱表 13。

表 13 各學生所需增進社會技巧表

所需增進的社會技巧	學生姓名					對照特需領綱的學習內容
	小明	小光	阿寶	阿國	小靜	
遵循團體基本規範	✓	✓	✓	✓	✓	特社 B-II-3 團體的基本規範 特社 C-I-1 學校規則的認識與遵守
辨識情境技巧	✓	✓	✓	✓	✓	特社 B-II-1 訊息解讀技巧
訊息澄清技巧		✓	✓	✓	✓	特社 B-IV-1 科技媒體的運用
獲得關注技巧		✓		✓		特社 B-IV-2 同理心的培養
表達與傾聽技巧	✓	✓			✓	特社 B-II-2 表達與傾聽的時機
處理情緒技巧			✓	✓	✓	特社 A-IV-1 兩難情緒的處理
問題解決技巧	✓				✓	特社 A-IV-3 問題解決的技巧

王老師除了思考需要安排哪些課程單元，另一方面也考慮如何協助學生加強相關的基本能力，以促進社會技巧的發展。王老師與團隊夥伴們認為可以在社會技巧教學的演練情境及相關的討論中，融入時下同儕感興趣的話題知識、提醒學生觀察同儕動作表情。至於其他能力的教導，老師們決定安排其他課程，或是在日常生活中運用自然情境加以訓練；也可與其他專業或單位共同合作，如：阿寶及阿國有專心注意的問題，所以老師安排專注力訓練，並鼓勵學生持續穩定用藥以改善分心問題，相關對照請參閱表 14。

表 14 學生所需增進的相關能力與介入方式彙整

項目	適用對象	介入方式			
		融入相關課程	安排其他課程	日常隨機教導	其他專業合作
觀察或留意同儕行為的能力	小明、小光	✓		✓	
同儕感興趣之談話內容知識	小明、小光、小靜	✓			
理解他人觀點並辨識他人對於其狹隘話題厭煩的非語文線索	小光		✓ 社會性故事	✓	
專心注意	阿寶、阿國		✓ 專注力訓練		✓ 醫療
基本讀寫技能或學習策略	小明、阿國	✓	✓ 學習策略		
敘事能力	小靜		✓ 溝通訓練		

接下來，王老師參考特需領綱中學習表現的說明，找出適合的課程目標，詳見表 15。

表 15 社會技巧整體課程目標

所需增進的學習內容	課程目標
特社 B-II-3 團體的基本規範	1. 在團體中遵守基本規範 2. 適當表現被團體接受的行為
特社 C-I-1 學校規則的認識與遵守	依指示完成簡單的工作
特社 B-II-1 訊息解讀技巧	1. 能辨識他人情緒 2. 能依他人情緒反應做適當回應或表達
特社 B-IV-1 科技媒體的運用	1. 能運用提問技巧澄清問題 2. 能掌握提問的時機 3. 能依情境進行適當的提問
特社 B-IV-2 同理心的培養	1. 能以環境可接受的方式獲得注意或協助 2. 能依情境用適當的方式表示意見
特社 B-II-2 表達與傾聽的時機	1. 等待、輪流說話及不隨便插話 2. 主動引起話題與人談話且能禮貌表達意見
特社 A-IV-1 兩難情緒的處理	1. 能分辨及表達自己的複雜情緒 2. 能根據情境，選擇可被接受的方式表達情緒 3. 能在面對壓力或衝突情境時適當處理負面情緒
特社 A-IV-3 問題解決的技巧	1. 遭遇不如意事件時，主動轉移注意力 2. 以內在語言自我鼓勵

2. 規劃課程

王老師依照上述課程目標，規劃出整學期的社會技巧課程計畫，內容包含教學目標、教學期程、主題或單元活動，與課程內容摘要，詳見表 16。

表 16 社會技巧課程計畫表

課程計畫表			
領域	每週節數	班級	教學者
社會技巧	1 節	資源班 A 組	王老師
教學對象	7、8 年級學生 情障、學障、自閉症及其他障礙學生		
學習重點	略		
學習目標	略		
教學與評量說明	1. 教材編輯與資源：略 2. 教學方法：說明、討論、示範及演練 3. 教學評量：演練及實作表現		
週次	單元名稱 / 內容	週次	單元名稱 / 內容
1	團體形成	12	開啟、加入與停止話題
2	遵循指令	13	開啟、加入與停止話題
3	遵循指令	14	開啟、加入與停止話題
4	辨識他人情緒	15	處理情緒
5	辨識他人情緒	16	處理情緒
6	辨識他人情緒	17	處理情緒
7	提問技巧	18	處理情緒
8	提問技巧	19	
9	獲得關注	20	
10	獲得關注	21	
11	開啟、加入與停止話題	22	

3. 設計教案與教具製作

表 17 社會技巧課程示範教案

日期	3/1	節數 / 時間	1 節 /45 分鐘	教學者	王老師
技巧類別	處環境			技巧名稱	遵循指令
學生能力分析 (與本堂課有關之能力)	學生姓名	能力分析簡述		學習目標	特殊需求考量
	小明	◆ 識字能力為小二程度。 ◆ 易分心，訊息擷取片段，容易忽略重要指令。		◆ 能說出遵循指令技巧步驟 ◆ 能表現遵循指令技巧	◆ 圖字卡。 ◆ 口語提醒。
	小光	◆ 容易在特定話題上打轉。 ◆ 情境辨識較弱，無法遵守團體規範。			◆ 視覺提示。 ◆ 提醒。
	阿寶	◆ 能理解日常指令及上課規範，會主動參與活動。 ◆ 易錯誤解讀他人言行，易與特定對象衝突。			◆ 若與同學發生糾紛時須及時介入。 ◆ 適時檢核接收內容的正確與完整性。
	阿國	◆ 在課堂中易出現干擾行為。 ◆ 負向情緒無法適當表達。			◆ 預告活動規則。 ◆ 提醒正向行為。 ◆ 區別性增強。
技巧步驟與說明	小靜	◆ 溝通表達較被動。 ◆ 對指令需要較長的反應時間。		◆ 能說出遵循指令的步驟 ◆ 能在協助下表現遵循指令技巧	◆ 具體圖像及實例說明。 ◆ 提供口語提示。 ◆ 簡短清楚指令。 ◆ 表達需求時需師長等待、引導或詢問。
	步驟	步驟說明		備註	
	停	停止手邊的事			
	看	看說話的人			
	聽	聽話裡的內容			
	說	說出聽到的話			
	做 *	做出指令		* 新技巧	



	結構化教學流程	時間	教具											
教學 流 程	一、提醒上課規則與增強制度，並簡要說明今日上課流程。	5	班規海報、增強板											
	二、複習舊技巧：「注意聽」													
	<table><tr><td>步驟</td><td>步驟說明</td></tr><tr><td>停</td><td>停止手邊的事</td></tr><tr><td>看</td><td>看說話的人</td></tr><tr><td>聽</td><td>聽話的內容</td></tr><tr><td>說</td><td>說出聽到的話</td></tr></table>			步驟	步驟說明	停	停止手邊的事	看	看說話的人	聽	聽話的內容	說	說出聽到的話	
	步驟			步驟說明										
	停			停止手邊的事										
	看			看說話的人										
	聽	聽話的內容												
	說	說出聽到的話												
	三、引起動機													
	（一）遵循指令遊戲（老師說）													
（二）遊戲觀察回饋														
四、說明與示範	10	班規海報、增強板												
（一）揭示步驟卡並逐一說明步驟。														
<table><tr><td>步驟</td><td>步驟說明</td></tr><tr><td>停</td><td>停止手邊的事</td></tr><tr><td>看</td><td>看說話的人</td></tr><tr><td>聽</td><td>聽話的內容</td></tr><tr><td>說</td><td>說出聽到的話</td></tr><tr><td>做</td><td>做出指令</td></tr></table>	步驟	步驟說明	停	停止手邊的事	看	看說話的人	聽	聽話的內容	說	說出聽到的話	做	做出指令	10	班規海報、增強板
步驟	步驟說明													
停	停止手邊的事													
看	看說話的人													
聽	聽話的內容													
說	說出聽到的話													
做	做出指令													
（二）教師引導學生討論「遵循指令」的技巧，可以在哪些情況下使用？														
如：教師交代事情、父母長輩交代事情或請求幫忙、班級幹部轉達教師的要求等等情形都可以。														
（三）配合老師邀請同學上台擔任助手一同示範新技巧。														

	結構化教學流程	時間	教具
教學 流程	<p>五、演練及回饋</p> <p>(一) 演練者抽出指令籤交給老師，由老師發出指令，學生依技巧步驟演練，做出指令。</p> <p>(二) 當學生演練完畢後，老師引導同儕運用檢核表勾選同學的演練情形、進行回饋；若學生有未達成的步驟，可安排學生上台再演練、再回饋。</p> <p>(三) 讓學生輪流上台以角色扮演方式演練技巧步驟。</p> <p>(四) 待學生熟悉上述模式後，老師可以安排學生兩兩一組互相演練、彼此回饋及檢核。</p> <p>六、總結討論（含說明課後作業）</p> <p>(五) 待學生教師給予整體回饋與帶領學生重述今日技巧步驟。</p> <p>(六) 說明回家作業。</p>	<p>15</p> <p>5</p>	<p>步驟卡、社會技巧提示卡（字+圖片、字、關鍵字）、指令籤條、檢核表、班規海報、增強板、演練時所需相關道具（國文課本、數學講義、作業簿等）</p> <p>步驟卡、社會技巧提示卡（字+圖片、字、關鍵字）、檢核表、班規海報、增強板 回家作業單</p>
類化 設計	提供家長與導師此技巧步驟，協助技巧步驟演練，並給予檢核回饋。		
演練 情境	<p>設計原則：生活化、以學生經驗出發的情境。</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 請你幫我拿桌上的作業簿過來。 2. 請你幫我把教室的燈關掉。 3. 請把國文課本和數學講義拿過來找老師。 4. 請幫老師拉下投影螢幕。 5. 請把教室的電風扇開關打開。 6. 請把教室的窗戶打開。 		
教學 資源	<p>社會技巧訓練的理念與實施</p> <p>社會技巧訓練課程實例彙編</p>		

（六）擬定課程進行方式

1. 確定教師

王老師因曾與其他特教老師一起協同上過社會技巧課程，自認對於上課模式與課程目標較熟悉，目前因為篩選出來的學生人數僅有 5 人，王老師也覺得自己了解這幾位學生的狀況，因此選擇獨自進行社會技巧教學。



2. 場地安排

考量環境刺激單純、減少分心、安靜地點的資源班教室作為上課教室，該教室已配有單槍等投影設備，必要播放影片時可使於使用，且配有原本的單獨課桌椅，較容易穩定課程秩序節奏，只需要上課前調整座位配置即可。

王老師希望便於學生觀察示範、以及進出演練，座位型態以口字型為原則。由於小明易分心，將他安排在中間；小光與阿寶關係時好時壞，為防衝突，故將兩人座位排開。阿國有干擾行為，喜歡表達個人意見，需要適度提醒以維持專注，故安排距離講台較近但離批判性較高之小光稍遠的位置以便於處理。小靜常常有引導表達及參與需求，因此也安排距離講台較近的位置。最後座位安排如下圖 4。



圖 4 社會技巧課學生座位圖

3. 設計基礎班規（因應學生的特質訂定班規）

王老師選擇了一項所有學生都做得到的共同起點行為（「準時進教室」）納入基礎班規，也列舉出她期待學生們逐漸養成的其他好行為（「發言要舉手」、「上課要專注」、「帶齊學用品」、「安靜坐在位子上」、以及「對師長有禮貌」），考量到基本班規項目不要太多、且同一項目最好要能夠被多次增強等原則，她將「帶齊學用品」、「安靜坐在位子上」、以及「對師長有禮貌」整併為「遵循教師指令」。最後總共列出四項基本班規（參見圖 5）。

為了設計班上的增強系統，王老師將增強物調查表給五名學生，請學生先回家與家長討論並填寫後繳回，等學生都交回後，王老師再運用所有學生的增強物調查表再彙整學生們的喜好，彙整結果並篩選能在學校操作的增強物，選定的增強物如下表，最後王老師選定 3-5 項的增強物（包含活動和物品），並依照獎項的價值與學生喜好的程度，設定不同點數供學生兌換。

王老師根據學生特質，考慮到因阿寶、阿國特別不耐等待，所以還是需要透過當節下課立即結算並給予社會性增強。獎項包括活動性質及實物性質，以代幣制讓學生依課堂表現的點數來累積兌換，培養學生延宕滿足與計劃的能力（見圖 6）。原本根據學生的提議，學生希望可以得到免打掃一次的優惠，但最後考量到原班可能無法配合，故改成來資源班任選一首音樂點歌，較為可行。

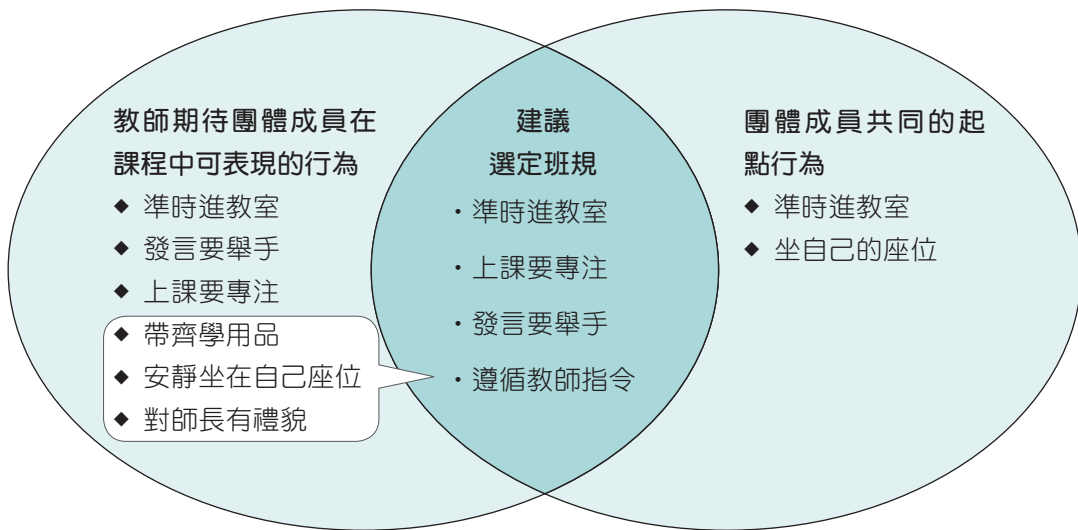


圖 5 王老師基本班規設計概念圖

★兌獎辦法★

1. 當節課下課立即結算回饋增強（例如：蓋章→代幣制，次級增強），並搭配社會性增強。
2. 集點簿累積集滿 ____ 點即可兌換（依照獎項的大小設定不同點數）。
 - ◆ 活動獎：午休打球、玩電腦 10 分鐘、任選一首音樂點歌
 - ◆ 實物獎：文具用品、球類用品、薯條 1 份、珍奶 1 杯等

圖 6 王老師設計之增強物兌換辦法

三、社會技巧之課程進行、評量與類化

王老師完成了整體社會技巧課程設計以後，著手開始進行社會技巧教學。在第一週，先透過小組成員自我介紹、並說明教室規則及增強方式，讓學生們對社會技巧課程的模式較為熟悉後，從第二週開始規劃了第一個要教導的技巧「遵循指令」的內容。詳細教學流程請詳見表 17 社會技巧課程示範教案。

教學活動進行過程中，王老師運用增強系統、差異化教學、結構化流程以及實際演練等方式，預防學生們的行為問題，讓課程更流暢的進行。除此之外，她也事先跟相關教師們說明溝通，請老師們可提示線索，鼓勵學生多多在自然情境中演練所學的技巧，並設計類化的學習單，讓學生有足夠的機會練習。學生們練習的結果，無論好壞多少，王老師都會在下一堂課給學生們回饋，持續強化學生練習已學過的技巧，甚至用來解決生活中遇到的問題。詳細教學演示及實施歷程可參考教案與本手冊搭配之「社會技巧 follow me- 社會技巧教學示範影片」（[https://bit.ly/ 社交技巧示範影片](https://bit.ly/社交技巧示範影片)，或掃描 P.072 的 QR CODE）。

附錄

一、社會技巧課程實施之參考教材

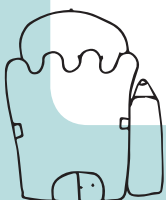
依出版 年代排 序書名	作者 / 來源	內容簡介	適用 對象 / 階段	與社會技巧有關的主題分類	立即可用的教材		
					教案 範例	程式 軟體	學習 單
自閉症 兒童社 會情緒 技能訓 練	楊蕢芬 黃慈愛 王美惠 / 心理 出版社	本書介紹如何提升自閉症兒童的社交和情緒技巧，並從EQ的觀點，說明社會情緒能力如何影響自閉症兒童的未來發展	自閉 症 / 國 小	特社 A-I-1 基本情緒的認識與分辨 特社 A-I-2 壓力的察覺與面對 特社 B-I-3 人際關係的建立 特社 B-III-3 自我經驗的分享 特社 C-I-1 學校規則的認識與遵守	✓		
高職特 教班社 交技巧 教學之 理論與 實務	王欣宜 李宜珊 林祐暄 陳奕廷 / 五南 圖書	本書分為理論與實務兩部分，理論部分主要在說明高職階段智障學生缺乏社交技巧課程的現況與缺乏社交技巧的原因，實務部分則提供詳盡的教學活動設計	智能 障礙 / 高職	特社 A-II-1 基本情緒的表達 特社 B-I-2 溝通的媒介 特社 B-I-3 人際關係的建立 特社 B-I-4 衝突的原因及情境分析 特社 B-II-2 表達與傾聽的時機 特社 C-I-1 學校規則的認識與遵守	✓		



依出版 年代排 序書名	作者 / 來源	內容簡介	適用 對象 / 階段	與社會技巧有關的主題分類	立即可用的教材		
					教案 範例	程式 軟體	學習 單
促進社交成功之課程 - 一套專為特殊需求兒童設計的課程	鍾莉娟 楊熾康 譯 / 心理出版社	本書著重在以認知取向協助學生達成社會技巧發展，提供六十六種以活動本位而設計的社交技巧課程	特殊 需求 學生 / 國小	特社 A-I-1 基本情緒的認識與分辨 特社 A-I-3 自我優弱勢的察覺 特社 A-II-1 基本情緒的表達 特社 A-II-3 自我接納與激勵 特社 A-III-3 行為與後果之間的關係與評估 特社 B-I-1 溝通訊息的意義 特社 B-I-3 人際關係的建立 特社 B-II-1 訊息解讀的技巧 特社 B-III-1 正負向訊息的判斷 特社 B-III-4 自我需求與困難的表達 特社 B-IV-2 同理心的培養	✓		✓
自閉症教材教法（上冊）：行為問題處理與社交技巧篇	王大延 主編 / 心理出版社	本書提供教師在行為問題處理及社會技巧教學上詳細的流程與步驟	自閉 症 / 學 前至 高中	特社 A-I-1 基本情緒的認識與分辨 特社 A-I-2 壓力的察覺與面對 特社 A-II-1 基本情緒的表達 特社 A-II-2 壓力源的評估與處理 特社 B-I-1 溝通訊息的意義 特社 B-I-3 人際關係的建立 特社 B-II-1 訊息解讀的技巧 特社 B-II-2 表達與傾聽的時機 特社 B-II-3 團體的基本規範 特社 B-III-1 正負向訊息的判斷 特社 B-III-2 話題的開啟與延續 特社 B-III-3 自我經驗的分享 特社 B-III-4 自我需求與困難的表達 特社 B-IV-2 同理心的培養 特社 B-V-2 同理他人的技巧 特社 B-V-3 友誼維持的技巧	✓		
心智解讀 - 自閉症光譜障礙者之教學實用手冊	王淑娟 周怡君 黃雅祺 賴珮如 譯 / 心理出版社	本書提供實用的教學指南來幫助自閉症障礙的孩童改善他們在信念、情緒和假裝遊戲上的理解	自閉 症 / 學 前至 國小	特社 A-I-1 基本情緒的認識與分辨	✓		✓

依出版 年代排 序書名	作者 / 來源	內容簡介	適用 對象 / 階段	與社會技巧有關的主題分類	立即可用的教材		
					教案 範例	程式 軟體	學習 單
Super skills- 給亞斯 伯格 症、高 功能自 閉症與 相關障 礙孩子 的社交 技巧團 體課程	黃穎峰 廖敏玲 譯 / 社 團法人 台中市 自閉症 教育協 進會	本書呈現了三十個社交技巧課程，以結構化、有組織、一致化的格式，協助教師或帶領者遵循執行，書中並提供實用的檢核表和工具，以評估學生社交技巧程度及擬定後續教學計畫	自閉 症 / 國 小	特社 A-I-1 基本情緒的認識與分辨 特社 A-I-2 壓力的察覺與面對 特社 A-III-1 複雜情緒的處理 特社 A-IV-2 壓力的控制與調整 特社 A-V-3 正向思考的技巧 特社 B-I-1 溝通訊息的意義 特社 B-I-2 溝通的媒介 特社 B-I-3 人際關係的建立 特社 B-I-4 衝突的原因及情境分析 特社 B-II-1 訊息解讀的技巧 特社 B-II-2 表達與傾聽的時機 特社 B-II-3 團體的基本規範 特社 B-II-4 衝突情境的因應 特社 B-III-2 話題的開啟與延續 特社 B-III-3 自我經驗的分享 特社 B-III-4 自我需求與困難的表達 特社 B-IV-2 同理心的培養 特社 C-II-1 學習成員之間的關懷與表達	✓		✓
社會性 技巧 訓練手 冊 - 給 自閉症 或亞斯 伯格症 兒童的 158 個 社會性 故事	楊世華 譯 / 心 理出版 社	本書提供十項指標引導讀者能步驟化的寫出符合需求的社會性故事，也提供 158 篇完整的社會性故事供讀者選用	自閉 症 / 不 限	特社 A-I-1 基本情緒的認識與分辨 特社 B-I-3 人際關係的建立 特社 B-I-5 性別互動的基本禮儀 特社 B-II-1 訊息解讀的技巧 特社 B-II-2 表達與傾聽的時機 特社 B-II-3 團體的基本規範 特社 B-III-1 正負向訊息的判斷 特社 B-III-3 自我經驗的分享 特社 B-III-4 自我需求與困難的表達 特社 B-III-5 多元性別互動與自主 特社 C-I-1 學校規則的認識與遵守 特社 C-IV-2 尊重與接納家庭的多元文化			✓

依出版 年代排 序書名	作者 / 來源	內容簡介	適用 對象 / 階段	與社會技巧有關的主題分類	立即可用的教材		
					教案 範例	程式 軟體	學習 單
寫給孩 子的表 達情緒 的技巧	李寶淵 房美珍 / 晨星	本書藉由故 事情節的鋪 陳，提供小 讀者自我引 導為主，引 導兒童小讀 者探索與覺 察情緒（包 含生氣、恐 懼、自卑、 悲傷及喜 悅），並透 過情緒分 析、步驟化 的處理方式 來引導讀者 找到調適情 緒的技巧。 本書內容也 可做為教師 在教導兒童 情緒管理技 巧時的參考	不限 / 國小	特社 A-I-1 基本情緒的認識與分辨 特社 A-II-1 基本情緒的表達			



依出版 年代排 序書名	作者 / 來源	內容簡介	適用 對象 / 階段	與社會技巧有關的主題分類	立即可用的教材		
					教案 範例	程式 軟體	學習 單
社會技巧訓練 的理念 與實施	洪儷瑜 主編 / 國立臺灣師範 大學特殊教育 學系	本書介紹社會技巧訓練的理念、實施方式、領域、相關理論等背景知識，也輔以教學經驗分享，提供教師參考，並舉出不同障別的社會技巧訓練課程發展序列之實例。	ADHD、 自閉症、 特教班、 資源班 / 國小、 國中	特社 A-I-1 基本情緒的認識與分辨 特社 A-I-2 壓力的察覺與面對 特社 A-II-1 基本情緒的表達 特社 A-II-2 壓力源的評估與處理 特社 A-II-3 自我接納與激勵 特社 A-III-1 複雜情緒的處理 特社 A-III-2 壓力的替代與紓解方法 特社 A-III-3 行為與後果之間的關係與評估 特社 A-IV-2 壓力的控制與調整 特社 A-IV-3 問題解決的技巧 特社 B-I-1 溝通訊息的意義 特社 B-I-2 溝通的媒介 特社 B-I-3 人際關係的建立 特社 B-II-2 表達與傾聽的時機 特社 B-II-3 團體的基本規範 特社 B-III-2 話題的開啟與延續 特社 B-III-4 自我需求與困難的表達 特社 B-V-2 同理他人的技巧 特社 C-I-1 學校規則的認識與遵守 特社 C-II-1 學習成員之間的關懷與表達 特社 C-IV-1 尊重與接納學校的多元意見 特社 C-V-1 學校的參與及合作	✓		✓

依出版 年代排 序書名	作者 / 來源	內容簡介	適用 對象 / 階段	與社會技巧有關的主題分類	立即可用的教材		
					教案 範例	程式 軟體	學習 單
社會技巧訓練 課程實 例彙編	洪儷瑜 陳芬芳 黃裕惠 許尤芬 / 國立 臺灣師 範大學 特殊教育學系	本書依障別、年段、領域收錄各種教案，教師可先閱讀「社會技巧訓練的理念與實施 / 洪儷瑜」的第一、二章，再參考本書的目錄說明，選擇相關的教案及學習單，依學生需求、生態環境，調整修改成為適合自己學生的方案。	ADHD 、 自閉症、 混合組 / 國小、 國中	特社 A-I-1 基本情緒的認識與分辨 特社 A-II-1 基本情緒的表達 特社 A-III-1 複雜情緒的處理 特社 B-I-2 溝通的媒介 特社 B-I-3 人際關係的建立 特社 B-I-4 衝突的原因及情境分析 特社 B-II-2 表達與傾聽的時機 特社 B-II-4 衝突情境的因應 特社 B-III-1 正負向訊息的判斷 特社 B-III-3 自我經驗的分享 特社 B-III-4 自我需求與困難的表達 特社 B-IV-4 拒絕的技巧 特社 B-V-2 同理他人的技巧 特社 B-V-4 協商技巧與求助資源 特社 C-I-1 學校規則的認識與遵守	✓		✓



依出版 年代排 序書名	作者 / 來源	內容簡介	適用 對象 / 階段	與社會技巧有關的主題分類	立即可用的教材		
					教案 範例	程式 軟體	學習 單
數位社會性課程教學攻略：在高功能自閉症與亞斯伯格症之應用（附光碟）	張正芬 林迺超 王鳳慈 羅祥妤 著，江佩穎 光碟製作 / 心理出版社	本書藉由數位操作介面，透過影片及動畫方式呈現，故事以輕度自閉症者常見的情緒行為事件為主，並在每個事件發展過程中，提供學習者有多樣行為選擇的機會，最後針對各種選擇提供趣味、新奇的分數回饋機制。教師可依學生程度選擇合適難易度的影片，也可利用綜合題組進行延伸教學。	特殊 需求 學生 / 國小	特社 A-I-1 基本情緒的認識與分辨 特社 A-II-1 基本情緒的表達 特社 A-III-1 複雜情緒的處理 特社 A-IV-1 兩難情緒的處理	✓	✓	✓

依出版 年代排 序書名	作者 / 來源	內容簡介	適用 對象 / 階段	與社會技巧有關的主題分類	立即可用的教材		
					教案 範例	程式 軟體	學習 單
與一顆 星星相 遇 --- 如何利 用社會 性故事 教導特 殊學生	蔡明蒼 / 臺北 市政府 教育局 發行、 臺北市 東區特 教資源 中心編 印	本手冊主要是將「特教學生情緒行為問題專業支援團隊」教師在支援各校特殊生情緒行為問題時，入校輔導所使用過的社會性故事實例彙編而成，內文含四大類「人際互動」、「生活自理」、「團體規範」、「系列性故事」共 52 篇故事。	特殊 需求 學生 / 國 小、 國中	特社 A-I-2 壓力的察覺與面對 特社 A-I-3 自我優弱勢的察覺 特社 A-II-1 基本情緒的表達 特社 A-II-2 壓力源的評估與處理 特社 A-III-3 行為與後果之間的關係與評估 特社 A-IV-2 壓力的控制與調整 特社 A-V-2 問題解決的外在資源 特社 B-I-1 溝通訊息的意義 特社 B-I-3 人際關係的建立 特社 B-I-5 性別互動的基本禮儀 特社 B-II-2 表達與傾聽的時機 特社 B-II-3 團體的基本規範 特社 B-II-5 危險情境的判別 特社 B-III-1 正負向訊息的判斷 特社 B-III-5 多元性別互動與自主 特社 C-IV-1 尊重與接納學校的多元意見			✓

依出版 年代排 序書名	作者 / 來源	內容簡介	適用 對象 / 階段	與社會技巧有關的主題分類	立即可用的教材		
					教案 範例	程式 軟體	學習 單
ADHD 與自閉 症學生 社會技 巧訓練 課程	蔡明富 等 / 國 立高雄 師範大 學特殊 教育學 系	本書蒐集國 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 題由參與教 師共同編製 社會技巧課 程,共編 製 70 個單 元。教師使 用時需考量 不同社會背 景情境及學 生的個別狀 況來進行運 用。	自閉 症、 ADHD / 國 小、 國中	特社 A-I-1 基本情緒的認識與分辨 特社 A-I-2 壓力的察覺與面對 特社 A-II-2 壓力源的評估與處理 特社 A-III-1 複雜情緒的處理 特社 A-V-1 強烈情緒的表達 特社 A-V-2 問題解決的外在資源 特社 B-I-3 人際關係的建立 特社 B-I-4 衝突的原因及情境分析 特社 B-II-1 訊息解讀的技巧 特社 B-II-2 表達與傾聽的時機 特社 B-II-3 團體的基本規範 特社 B-II-4 衝突情境的因應 特社 B-II-5 危險情境的判別 特社 B-III-1 正負向訊息的判斷 特社 B-III-2 話題的開啟與延續 特社 B-III-3 自我經驗的分享 特社 B-III-4 自我需求與困難的表達 特社 B-V-4 協商技巧與求助資源 特社 C-I-1 學校規則的認識與遵守 特社 C-II-1 學習成員之間的關懷與 表達 特社 C-III-1 不同學習情境變化的適 應與調整	✓		✓

二、社會技巧教學「引起動機」資源

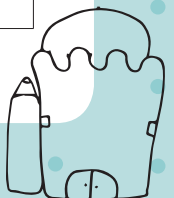
主題：整體說明	階段	學習內容	引起動機 ※ 以下引起動機資源包含書籍、遊戲活動、影片、網站、新聞、圖照片等
自我的行為與效能（特社 A）	第一階段 (I)	特社 A-I-1 基本情緒的認識與分辨	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 楊俐容、溫美玉、賴馬 (2016)。情緒寶盒：情緒識別卡 36x 性格特質卡 30。親子天下（遊戲活動） ◆ 陳書梅 (2009) 兒童情緒療育繪本解題書目 P20-42。國立臺灣大學出版中心（書籍） ◆ 台大陳書梅教授 (CHEN SU-MAY) 推薦情緒療癒繪本 101 書單（上）https://famousbooklist.blogspot.tw/2016/05/Chen-Su-may-booklist.html（網站） ◆ 台大陳書梅教授 (CHEN SU-MAY) 推薦情緒療癒繪本 101 書單（下）https://famousbooklist.blogspot.tw/2016/05/Chen-Su-may-booklist2.html（網站）
		特社 A-I-2 壓力的察覺與面對	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 吹氣球、大風吹、城門城門雞蛋糕（遊戲活動）
		特社 A-I-3 自我優弱勢的察覺	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 優點大轟炸（遊戲活動） ◆ 康娜莉雅·史貝蔓 (2012)。我的感覺—喜歡我自己。親子天下（書籍） ◆ 台大陳書梅教授 (CHEN SU-MAY) 推薦情緒療癒繪本 101 書單（上）https://famousbooklist.blogspot.tw/2016/05/Chen-Su-may-booklist.html（網站）
	第二階段 (II)	特社 A-II-1 基本情緒的表達	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 康娜莉雅·史貝蔓 (2012)。我的感覺系列。親子天下（書籍、CD、遊戲） ◆ 楊俐容、溫美玉、賴馬 (2016)。情緒寶盒：情緒識別卡 36x 性格特質卡 30。親子天下（遊戲活動） ◆ 台大陳書梅教授 (CHEN SU-MAY) 推薦情緒療癒繪本 101 書單（上）https://famousbooklist.blogspot.tw/2016/05/Chen-Su-may-booklist.html（網站） ◆ 台大陳書梅教授 (CHEN SU-MAY) 推薦情緒療癒繪本 101 書單（下）https://famousbooklist.blogspot.tw/2016/05/Chen-Su-may-booklist2.html（網站）
		特社 A-II-2 壓力源的評估與處理	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 大愛電視台—唐朝小栗子系列 20170423 —「不要嚇我」 https://www.youtube.com/playlist?list=PLYfJOvcKb2RvSEv0s3KJ-lrVjjYqTeUI（影片）
		特社 A-II-3 自我接納與激勵	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 曲曲 (2003)。我好愛好愛我自己。聯經（書籍） ◆ 希多·凡荷納賀頓 (2015)。如果沒有人喜歡我，我也要喜歡自己。大穎文化（書籍） ◆ 陳書梅 (2009)。兒童情緒療育繪本解題書目 P20-42。國立臺灣大學出版中心（書籍）

主題：整體說明	階段	學習內容	引起動機 ※ 以下引起動機資源包含書籍、遊戲活動、影片、網站、新聞、圖照片等
自我的行為與效能（特社 A）	第三階段 (III)	特社 A-III-1 複雜情緒的處理	<ul style="list-style-type: none"> ◆ Manisa Palakawong(2015)。小恐龍繪本系列。人類文化（書籍、CD） ◆ 楊俐容、溫美玉、賴馬（2016）。情緒寶盒：情緒識別卡 36x 性格特質卡 30。親子天下（遊戲活動） ◆ 台大陳書梅教授 (CHEN SU-MAY) 推薦情緒療癒繪本 101 書單（上）https://famousbooklist.blogspot.tw/2016/05/Chen-Su-may-booklist.html（網站） ◆ 台大陳書梅教授 (CHEN SU-MAY) 推薦情緒療癒繪本 101 書單（下）https://famousbooklist.blogspot.tw/2016/05/Chen-Su-may-booklist2.html（網站）
		特社 A-III-2 壓力的替代與紓解方法	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 憋氣與深呼吸（遊戲活動） ◆ 大愛電視台—唐朝小栗子系列 20151227「沮喪的時候」https://www.youtube.com/playlist?list=PLYfJOvcvKb2RvSEv0s3KJ-lrVjjYqTeUI（影片）
		特社 A-III-3 行為與後果之間的關係與評估	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 龜兔賽跑 https://www.youtube.com/watch?v=aSfibKnI-wQ（影片）
	第二階段 (IV)	特社 A-IV-1 兩難情緒的處理	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 海蒂·霍華滋（2011）。不是你想要的都可以得到。大穎文化（書籍） ◆ 林秀穗（2014）。正義超人不見了。幼獅文化（書籍） ◆ 溫美玉、王智琪（2017）。溫美玉備課趴 2 與五卡寶盒。親子天下（書籍、遊戲活動）
		特社 A-IV-2 壓力的控制與調整	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 吹氣球（遊戲活動） ◆ Wellcast 三個舒壓的小方法 https://www.youtube.com/watch?v=SpqqRXM9FN0（影片） ◆ KTSSS KTV 劇集台—學校價值短片「考試壓力」 https://www.youtube.com/watch?v=CG1vL8Ukc5k（影片） ◆ 管理壓力 https://www.youtube.com/watch?v=_s1lAr29hn8（影片） ◆ 溫美玉、王智琪（2017）。溫美玉備課趴 2 與五卡寶盒。親子天下（書籍、遊戲活動）

主題：整體說明	階段	學習內容	引起動機 ※ 以下引起動機資源包含書籍、遊戲活動、影片、網站、新聞、圖照片等
自我的行為與效能（特社 A）	第二階段 (IV)	特社 A-IV-3 問題解決的技巧	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 支援前線、蒙眼拼拼圖（遊戲活動） ◆ 2014 02 22 烤箱讀書會之故事也能這樣玩—問題解決能力（渡河遊戲） http://w3.naer.edu.tw/reading/（網站） ◆ 解決問題並做決定 https://www.youtube.com/watch?v=xtpEY7oXaos（影片） ◆ 大愛電視台「唐朝小栗子」20130921 一做決定的主人 https://www.youtube.com/watch?v=fRmkwGAXFeg（影片） ◆ 解決問題的方法 https://www.youtube.com/watch?v=U7L4OtCYyvo（影片） ◆ 法鼓山《自在神童》第二輯—解決問題的方法 01 https://www.youtube.com/watch?v=Xje70jjz-qE（影片）
	第五階段 (V)	特社 A-V-1 強烈情緒的表達	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 尤拉麗亞·卡納 (2017)。千萬別開門。金蘋果圖書（書籍） ◆ 莫莉·卞 (2001)。菲菲生氣了：非常、非常的生氣。三之三（書籍） ◆ 莫莉·卞 (2001)。菲菲真的很受傷。三之三（書籍） ◆ 釋放自己的情緒 https://www.youtube.com/watch?v=wizzut3cJRE&list=PLW23R_sseTkaUR9Ut9Oa48RDIZe3h11p4&index=11（影片） ◆ 為自己的情緒找個出口 https://www.youtube.com/watch?v=TgwVbjvj5N8（影片） ◆ 楊俐容、溫美玉、賴馬 (2016)。情緒寶盒：情緒識別卡 36x 性格特質卡 30。親子天下（遊戲活動）
		特社 A-V-2 問題解決的外在資源	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 支援前線、蒙眼拼拼圖（遊戲活動） ◆ 大愛電視台「唐朝小栗子」20130921 一做決定的主人 https://www.youtube.com/watch?v=fRmkwGAXFeg（影片）
		特社 A-V-3 正向思考的技巧	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 我們這一家第 194 集 B 正向思考 https://www.youtube.com/watch?v=r3RrJsn7Psk（影片） ◆ 正向思考六步驟 https://www.youtube.com/watch?v=AMkBTXc-pB8（影片）



主題：整體說明	階段	學習內容	引起動機 ※ 以下引起動機資源包含書籍、遊戲活動、影片、網站、新聞、圖照片等
溝通與人際的互動（特社 B）	第一階段 (I)	特社 B-I-1 溝通訊息的意義	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 比手畫腳（遊戲活動） ◆ 交通標誌 http://168.motc.gov.tw/News_Photo.aspx?n=n1oOkV\$gy2YXqPriGaYUcQ@@&sms=Qck7tL6R3WJmM6srNWCKA@@&page=9&PageSize=20（網站）
		特社 B-I-2 溝通的媒介	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 傳紙條、傳聲筒（遊戲活動）
		特社 B-I-3 人際關係的建立	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 迪迪耶・李維（2014）。菲力的 17 種情緒。米奇巴克（書籍） ◆ 黃雅玲（2017）。我們待會兒。小光點。（書籍） ◆ 大愛電視台—當我們童在一起系列 20160301「我會尊重不喜歡的人」 https://www.youtube.com/watch?v=64sBKCeS5Ls（影片）
		特社 B-I-4 衝突的原因及情境分析	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 2011 愛在感恩里 - 尊重不同的意見 https://www.youtube.com/watch?v=KGQYTgY95Uw（影片） ◆ 大愛電視台—唐朝小栗子系列 20161127「我沒作弊」 https://www.youtube.com/playlist?list=PLYfJOvcvKb2RvSEv0s3KJ-lrVjjYqTeUI（影片）
		特社 B-I-5 性別互動的基本禮儀	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 李光福（2015）。男生女生配不配。康軒（書籍） ◆ 珊蒂・克雷文（2009）。你不可以隨便摸我！大穎文化（書籍）
	第二階段 (II)	特社 B-II-1 訊息解讀的技巧	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 比手畫腳（遊戲活動） ◆ 對錯考驗跳跳樂 http://jamie19921205.pixnet.net/blog/post/327677022-%E3%80%90%E5%9C%8B%E5%85%A7%E5%A4%96%E5%9C%98%E5%BA%B7%E9%81%8A%E6%88%B2%E7%B8%BD%E5%8C%AF%E3%80%91%E5%A5%BD%E7%8E%A9%E5%A5%BD%E5%97%A8%E5%9C%98%E5%BA%B7%E9%81%8A%E6%88%B2%E8%B6%B4（網站） ◆ 雷米・古瓊（2016）。喵喵鳥。三采文化（書籍） ◆ 文化部—繪本花園「喵喵鳥」 http://children.moc.gov.tw/book/219633（影片）
		特社 B-II-2 表達與傾聽的時機	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 大愛電視台—當我們童在一起系列 20131006「我會用心傾聽」 https://www.youtube.com/watch?v=iAqLQnk9k6g（影片） ◆ 大愛電視台—當我們童在一起系列 0161011「我會練習用好的方式表達」 https://www.youtube.com/watch?v=2bTQEH12a1s（影片）



主題：整體說明	階段	學習內容	引起動機 ※ 以下引起動機資源包含書籍、遊戲活動、影片、網站、新聞、圖照片等
溝通與人際的互動（特社 B）	第二階段 (II)	特社 B-II-3 團體的基本規範	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 鬼抓人、紅綠燈（遊戲活動） ◆ 原班班規詢問（活動）
		特社 B-II-4 衝突情境的因應	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 迪迪耶・李維（2014）。菲力的 17 種情緒。米奇巴克（書籍） ◆ 史蒂芬・柯洛（2011）。我不喜歡你這樣對我！大穎文化（書籍） ◆ 林秀穗（2014）。正義超人不見了。幼獅文化（書籍）
		特社 B-II-5 危險情境的判別	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 社會實驗—你確定你的小孩不會跟別人走嗎？ https://www.youtube.com/watch?v=SAclwp_ECwY（影片） ◆ 五穀國小反毒微電影 https://www.youtube.com/watch?v=2-sXwQKnTlw（影片）
	第三階段 (III)	特社 B-III-1 正負向訊息的判斷	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 傑夫・麥可（2013）。好消息 壞消息。三之三文化（書籍） ◆ 好消息 壞消息（文化部繪本花園） http://children.moc.gov.tw/book/218607（影片） ◆ 法鼓山 13. 自在神童 3D 動畫 - 黑點 https://www.youtube.com/watch?v=2UxO6angfnE&index=13&list=PLBD568AACE46530D0（影片） ◆ 大愛電視台—唐朝小栗子系列 20130921「做決定的主人」 https://www.youtube.com/watch?v=fRmkwGAXFeg（影片）
		特社 B-III-2 話題的開啟與延續	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 沒話題了嗎？這篇文教你如何聊天淘淘不絕！ http://news.tvbs.com.tw/ttalk/blog_author_detail/5254（網路新聞） ◆ 三個名人常用的溝通技巧，改善人際關係！ 啾來聊聊 2016 第 39 集 https://www.youtube.com/watch?v=r9isT-nWNNs（影片）
		特社 B-III-3 自我經驗的分享	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 限時真心話大冒險（遊戲活動）（註：建議籤條或題目老師事先預擬） ◆ 主題經驗分享（如：校外教學）（遊戲活動）
		特社 B-III-4 自我需求與困難的表達	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 史帝夫・安東尼（2015）。貝蒂好想好想吃香蕉。親子天下（書籍）
		特社 B-III-5 多元性別互動與自主	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 七手八腳（遊戲） ◆ 親寶動畫—《不要隨便摸我》 https://www.youtube.com/watch?v=Gsy7qxAAM5s（影片）

主題：整體說明	階段	學習內容	引起動機 ※ 以下引起動機資源包含書籍、遊戲活動、影片、網站、新聞、圖照片等
溝通與人際的互動（特社 B）	第二階段 (IV)	特社 B-IV-1 科技媒體的運用	◆ Facebook：教學 001-009 https://www.youtube.com/watch?v=QwoeFzPRFYs&list=PLiIFWbc4IMkDhYyI3TT4awqfhKDqvE_KX (影片)
		特社 B-IV-2 同理心的培養	◆ 盲人或聽障體驗活動（遊戲活動） ◆ 2012 感恩小學 - 同理心 https://www.youtube.com/watch?v=IArQbd5gshI (影片) ◆ 同理心的力量 https://www.youtube.com/watch?v=E-AfeaRD_IA (影片)
		特社 B-IV-3 優勢的呈現與表達	◆ 優點大轟炸（遊戲活動） ◆ 2014 03 29 烤箱讀書會之故事也能這樣玩—代言體驗遊戲 https://www.youtube.com/watch?v=IzQ7rjRGgIE (影片)
		特社 B-IV-4 拒絕的技巧	◆ 史蒂芬·柯洛 (2011) 我不喜歡你這樣對我！大穎文化（書籍） ◆ 公視兒少—我的這一班系列第 396 集「拒絕的勇氣」 https://www.youtube.com/watch?v=MnMWjax1e5o (影片) ◆ 公視兒少—我的這一班系列 404 集「對不起，我不愛你」 https://www.youtube.com/watch?v=dPZ55TnFvul (影片)
		特社 B-IV-5 愛慕與追求的方式	◆ 接接（Jae Jae）、宇宙、大王 (2017) 接接在日本 4：大王駕到！台日男女大不同。商周（書籍） ◆ 公共電視—我的這一班系列「兩性性教育篇 - 鐘樓駝俠」 https://www.youtube.com/watch?v=XkdeTqyJGpk (影片) ◆ 東森新聞—「孿生妹前男友死纏 5 年，正妹瀕崩潰！」 https://www.youtube.com/watch?v=k2PFD4nYyOk (網路新聞)
	第五階段 (V)	特社 B-V-1 訊息真偽與詐騙的防範	◆ TVBS 新聞—假小三反問「你愛我嗎？惡整 LINE 詐騙集團」 https://www.youtube.com/watch?v=T4xTF3u29Pw (網路新聞) ◆ 詐騙電話的各種狀況 https://www.youtube.com/watch?v=3s3ZqD5DrXA (影片)
		特社 B-V-2 同理他人的技巧	◆ 同理心不是同情心 https://www.youtube.com/watch?v=RVRszITwfEM&list=PLS27a2QrePlud-t8iefQJ6oqqIjGDJ4-j (影片) ◆ 盲人體驗活動、聽障體驗活動（遊戲活動）
		特社 B-V-3 友誼維持的技巧	◆ 凱瑟琳·米茲梅耶 (2016)。有朋友的感覺真好。新展文化（書籍） ◆ 大愛電視台—唐朝小栗子系列 20120429「好朋友」 https://www.youtube.com/watch?v=NOxfJc7VRo (影片) ◆ 公共電視—我的這一班系列「人際互動篇—友情無價」 https://www.youtube.com/watch?v=CsO4jseK3SI (影片)

主題：整體說明	階段	學習內容	引起動機 ※ 以下引起動機資源包含書籍、遊戲活動、影片、網站、新聞、圖照片等
溝通與人際的互動（特社 B）	第五階段（V）	特社 B-V-4 協商技巧與求助資源	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 海恩茲·亞尼許 (2012)。一定要誰讓誰嗎？。大穎文化（書籍） ◆ 一定要誰讓誰嗎？（文化部繪本花園） http://children.moc.gov.tw/book/218607（影片） ◆ 2012 感恩小學 - 溝通協調 https://www.youtube.com/watch?v=ir4VQYCRBl（網站） ◆ 兒福聯盟網站—校園霸凌 https://www.children.org.tw/archive/report_list/88（網站）
		特社 B-V-5 危險預防與責任的處理	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 公共電視—我的這一班系列第 441 集「一支警告」 https://www.youtube.com/watch?v=PR03zXPVook（影片） ◆ 公共電視—我的這一班系列第 408 集「迷失」 https://www.youtube.com/watch?v=i-DsOFtp8tU（影片）
家庭與社會的參與（特社 C）	第一階段（I）	特社 C-I-1 學校規則的認識與遵守	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 林秋雲 (2001)。亮亮的成長系列：教室裡的亮亮。企鵝圖書（書籍） ◆ 學校內應守之規則示範片段 https://www.youtube.com/watch?v=3y_YHXAjK8w（影片）
		特社 C-I-2 家庭成員互動的技巧	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 大愛電視台—唐朝小栗子系列 20160320「珍惜家人」 https://www.youtube.com/watch?v=WsBTMQ8NmJM（影片） ◆ 凱瑟琳·米茲梅耶 (2017)。我想要弟弟變成貓。大穎文化。（書籍） ◆ 喬里·約翰 (2017)。我本來就很愛你啊！（書籍）
		特社 C-I-3 社區成員互動的技巧	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 和鄰居小妹妹互動 https://www.youtube.com/watch?v=Jqma0ar6wgo（影片） ◆ 台灣蘋果日報動新聞「考考你 知道隔壁鄰居住誰嗎？」 https://www.youtube.com/watch?v=_1KAhVACUVs（網路新聞）
	第二階段（II）	特社 C-II-1 學習成員之間的關懷與表達	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 可愛巧虎島 - 充滿活力的郵局 https://www.youtube.com/watch?v=qRzEFhqoyK8（影片） ◆ 娜汀·布罕柯司莫、奧立維·達克列 (2006)。有你，真好。天下遠見（書籍） ◆ 陳書梅 (2009) 兒童情緒療育繪本解題書目 P96-97。國立臺灣大學出版中心（書籍）



主題：整體說明	階段	學習內容	引起動機 ※ 以下引起動機資源包含書籍、遊戲活動、影片、網站、新聞、圖照片等
家庭與社會的參與（特社 C）	第二階段 (II)	特社 C-II-2 家庭成員之間的關懷與表達	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 吉竹伸介 (2016)。理由、意見好好說系列套書（共兩冊）（書籍） ◆ 大愛電視台「當我們童在一起」20161011 — 我會練習用好的方式表達 https://www.youtube.com/watch?v=2bTQEH12a1s(影片) ◆ 新北市家庭教育中心—第三篇：「每個家人都不同」 https://www.youtube.com/watch?v=vnFXmYKeoHk(影片) ◆ 人際關係與溝通 https://www.youtube.com/watch?v=J7GS_VQFVF8(影片)
		特社 C-II-3 社區成員之間的關懷與表達	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 鄉親頻道新聞—「人文學生社區關懷 打掃火車站地下道」 https://www.youtube.com/watch?v=zwtUtMG1ges(網站新聞) ◆ 法鼓山網路電視台心靈環保兒童生活教育動畫 2-04「親愛的老鄰居」 https://www.youtube.com/watch?v=-H-NdOheepM(影片)
	第三階段 (III)	特社 C-III-1 不同學習情境變化的適應與調整	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 羅倫斯·安荷特、凱薩琳·安荷特 (1997)。小阿力的大學校。上誼（書籍） ◆ 陳書梅 (2009)。兒童情緒療育繪本解題書目 P94-95。國立臺灣大學出版中心（書籍）
		特社 C-III-2 不同家庭情境變化的適應與調整	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 陳書梅 (2009)。兒童情緒療育繪本解題書目 P72-75、84-89、102-103。國立臺灣大學出版中心（書籍） ◆ 湯米·狄波拉 (2010)。維京國際。（書籍） ◆ 文化部—繪本花園「先左腳，再右腳」 http://children.moc.gov.tw/book/218238(影片)
		特社 C-III-3 不同社區或部落情境變化的適應與調整	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 陳書梅 (2009)。兒童情緒療育繪本解題書目 P118-127。國立臺灣大學出版中心（書籍） ◆ 心五四兒童生活教育動畫 11 —「隔壁有賊」 https://www.youtube.com/watch?v=Pdwvtv4-NBIw
	第四階段 (IV)	特社 C-IV-1 尊重與接納學校的多元意見	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 公共電視台—我的這一班第 445 集「水煮蛋的勇氣」 https://www.youtube.com/watch?v=pz6JSQ5rqiE(影片) ◆ 2011 愛在感恩里 - 尊重不同的意見 https://www.youtube.com/watch?v=KGQYTgY95Uw(影片)

主題：整體說明	階段	學習內容	引起動機 ※ 以下引起動機資源包含書籍、遊戲活動、影片、網站、新聞、圖照片等
家庭與社會的參與（特社III）	第四階段（IV）	特社 C-IV-2 尊重與接納家庭的多元文化	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 南一國小社會「尊重不同的家庭」 https://www.youtube.com/watch?v=CpLyW4trazE(影片) ◆ 南一國小社會「尊重與包容」 https://www.youtube.com/watch?v=K0IpIFKGT88(影片) ◆ 民視新聞—「百年新移民 文化融合動態成長」 https://www.youtube.com/watch?v=i0boldFpJYo(網路新聞) ◆ 國家教育研究院網站—「布克斯島之閱讀之旅」 http://w3.naer.edu.tw/reading/(網站)
		特社 C-IV-3 尊重與接納社區的多元文化	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 用不同語言猜比手畫腳（遊戲活動） ◆ 南一國小社會「尊重與包容」 https://www.youtube.com/watch?v=K0IpIFKGT88(影片) ◆ 法鼓山網路電視台—心靈環保兒童生活教育動畫系列 2-15「貢獻就是好工作」 https://www.youtube.com/watch?v=SBq9s9PUGI4(影片)
	第五階段（V）	特社 C-V-1 學校的參與及合作	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 學校運動會各年級大隊接力比賽照片（照片或學校網頁） ◆ 團隊合作 https://www.youtube.com/watch?v=wPu5UbcvusE&list=PLGcWNkTjZwOqrRei_QERsIExghgb4QPzm(影片) ◆ GOOD TV — 2014 02 22 烤箱讀書會之故事也能這樣玩 - 問題解決能力「渡河遊戲」
		特社 C-V-2 家庭的參與及合作	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 大愛電視台—唐朝小栗子系列 20141102 「成為好命的孩子」 https://www.youtube.com/watch?v=vJkGu0_52-k(影片) ◆ GOOD TV 烤箱讀書會 - 故事也能這樣玩「冒險人形圈」 https://www.youtube.com/watch?v=48bKShya0nQ(影片)
		特社 C-V-3 社區或部落的參與及合作	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 大愛電視台新聞—「掃街凝聚向心力 眾人樂當好厝邊」 https://www.youtube.com/watch?v=K9NxjnMrtAk(影片)



社會技巧 follow me- 社會技巧教學示範影片





社會技巧 Follow Me—社會技巧教學教師手冊

發行者

臺北市政府教育局

發行人

曾燦金

編審指導

曾燦金 何雅娟 楊麗珍 林佑融 張沛儀
劉冠廷 黃琬茹 林祐鳳

指導教授

張正芬 洪麗瑜

執行編輯

葉純菁 林業群 曾瑞蓉 康菩珊
葉欣仔 黃澄珍 洪振益

編輯小組

王佳馨 吳佩雯 姚惠馨 紀芷勛 高苑瑄
康菩珊 許雅淇 許瑞芳 陳聖婷 曾妃霜
曾瑞蓉 蔡淑玲 鄭淑婉 賴英宏
(依姓名筆劃排列)

編印單位

臺北市立芳和實驗國民中學／
臺北市東區特教資源中心

出版日期

中華民國 108 年 7 月