看懂自閉症學生特質與需求
給他需要的課堂協助

臺北市西區特教資源中心
特教專業輔導教師　廖聖惠

今天上午的分享

自閉症學生
核心特質與需求

校園及課堂中
協助策略

實務演練
案例討論

「危機處理SOP」

自閉症學生
核心特質與需求

您是否有**實際服務過自閉症**學生？
感到**最困難**的協助情境是什麼？

醫療上看到的自閉症特質

校園中自閉症學生的小祕密-- 學習方面的差異

常見狀況

喜歡有結構、有規則的學習方式

比較吃力的是抽象概念、開放式問題

和一般學生有什麼不一樣？

✅ 一般學生可以應付比較彈性的教學

🚨 自閉症學生常常「不知道老師要我幹嘛」

校園中自閉症學生的小祕密– 注意力方面的差異

常見狀況

對有興趣的主題會超級專注

不喜歡或不熟的內容就很容易分心

和一般學生有什麼不一樣？

✅ 一般學生注意力比較平均

🚨 自閉症學生可能在某科很厲害「 某科卻完全不行 」

校園中自閉症學生的小祕密– 講話聽話方面的差異

表達方式特殊

講話方式比較特別，有時反覆說話或用字怪怪的

理解方式不同

聽不懂同學開玩笑、網路上常用的梗語

和一般學生有什麼不一樣？

✅ 一般學生會看情境說話

🚨 自閉症學生比較「照字面意思」理解

校園中自閉症學生的小祕密– 交朋友方面的差異

常見狀況

不太會主動打招呼或聊天

看不懂表情或別人情緒

和一般學生有什麼不一樣？

✅ 一般學生會自然互動

🚨自閉症學生可能常常被說「怪怪的、不合群」

校園及課堂中協助策略超好用10招

1 建立安全感：每天用相同的方式開始與結束

怎麼做

每天早上跟學生說「早安，我們等一下要做___」，下課時說「下次上課再見」。

為什麼

固定的開場與收尾能幫助他感到**安心**、**有預期**。

2 用「說清楚」的方式給指令

怎麼做

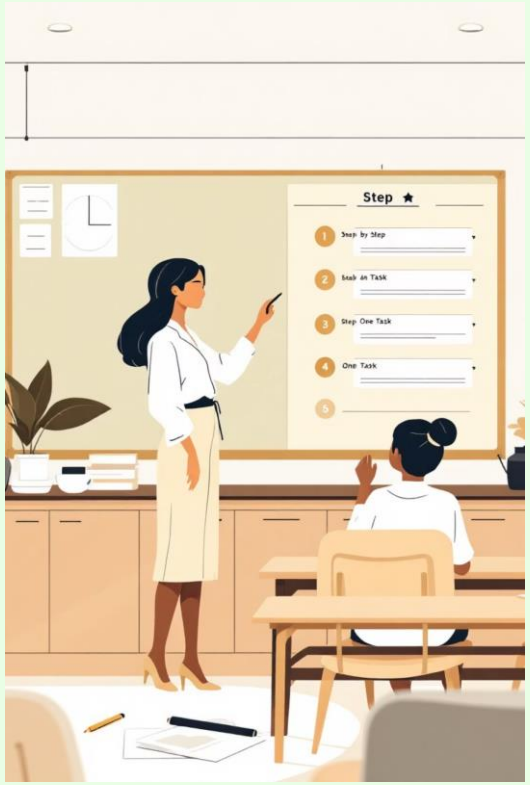
不說「快一點」

而是說 「請你現在拿出鉛筆盒」。

為什麼

自閉症學生常常聽不懂模糊的語句，需要**具體清楚**。

3 一次講 一件事



怎麼做

一次一個指令，完成後再講下一件

1.先把作業收好(等待他完成動作)

2.再拿出彩色筆(等待他完成動作)

3.開始畫圖

有出現配合行動的表現 請給予讚美 「很好你拿好了」

為什麼

不要一次說三件事，容易讓自閉症學生**感到緊張或卡住**。

4 用視覺幫助理解

怎麼做

如果可以給他看圖卡、流程圖、完成一項就打勾

☑先把作業收好(等待他完成動作)

☑再拿出彩色筆(等待他完成動作)

☐開始畫圖

(有出現配合行動的表現 請給予讚美 「很好你拿好了」

為什麼

圖像比語言更容易**幫助他記得**要做什麼

5 給他一點準備時間

怎麼做

提前預告
「等一下我們要收東西了」

心理準備
使用計時器或視覺倒數：「還有 3 分鐘就要換活動了」

順利轉換
給予明確的轉換信號：「再做最後一次，然後我們要去吃午餐」

為什麼

突然的變化會讓自閉症學生不知所措，
提早預告能幫助他們做好準備。

6 觀察他的情緒徵兆

輕度不適徵兆

- 開始坐立不安
- 重複小動作（如搖腳、轉筆）
- 眉頭微皺
- 目光游移

中度壓力徵兆

- 自言自語增加
- 開始捂耳朵
- 反覆做特定動作
- 試圖離開座位或躲藏

即將爆發徵兆

- 呼吸急促
- 臉色脹紅
- 大聲發出聲音
- 可能出現自我刺激行為

跟老師確認孩子的地雷

及早察覺情緒變化徵兆才能提早介入，避免情緒爆發。
每位自閉症學生的壓力表現不同，建議記錄個別學生的特有徵兆，以便更精準地辨識。
當發現早期徵兆時，可以提供安靜空間、減少感官刺激或轉移注意力。

7 遇到情緒大時，陪在旁邊但不催促

怎麼做

他哭或大叫時，先不要罵或急著讓他「馬上冷靜」，而是靜靜陪著他

減少環境刺激（如帶到較安靜的角落）

用簡短句子提供安全感

「我在這裡陪你，我們慢慢來」

避免反應

大聲斥責或命令：「你不要哭了！」

強迫立即冷靜：「馬上停止這種行為！」

在公開場合討論他的行為

威脅或責罵：「你再這樣就不能參加活動！」

為什麼

越催越急只會更嚴重，穩定的語氣與陪伴更有幫助。

8 給他選擇 而不是命令

怎麼做

提供選擇權

「你想坐左邊還是右邊？」
「你想先寫國語還是數學？」
「你需要休息一下還是繼續？」

命令式指導

「你一定要坐這裡」
「現在必須完成這個作業」
「不准再這樣做」

為什麼

適當的選擇權能讓自閉症學生感到有一定的控制權，而不是被完全掌控
注意提供的選擇要明確且數量有限（通常 2-3 個選項最適合），避免選擇過多造成混亂。

9 10 做對的時候 馬上稱讚

怎麼做

具體描述行為

「你剛剛自己坐好，沒有離開座位，真的很棒！」比單說「很好」更有效。

即時給予回饋

當下稱讚比事後回顧更有力量，能強化正確行為的連結。

眞誠且適度

過度或不眞誠的稱讚會失去效果，保持眞實但積極的態度。

為什麼

當您稱讚特定行為時，您實際上在教導學生什麼是適當的行為，並增強他們的自信心與成就感，鼓勵他們繼續這些正向行為。

最少限制的自然融合

1

身體距離要適中

原則：避免緊貼在學生身邊，除非有明顯危險或需要立即介入。

做法：站在學生**斜後方一、兩步**的距離，方便觀察、隨時支援，但不造成壓力或干擾。

2

不要搶在學生前面做事情

原則：給學生嘗試、等待的空間，除非明顯需要協助。

做法：看學生是否會主動求助，或先觀察其行動（例如發下作業時先讓他自己拿），必要時再適度提示。

3

用「視覺提示」取代「直接協助」

原則：減少身體協助，多用非語言的方式幫忙。

做法：準備指示卡、圖片步驟、小紙條，讓學生看到就能自我提醒。

最少限制的協助方式

給予學生最少的協助，讓他們有機會練習獨立解決問題的能力，培養自信心與自主性。

先給「最輕度」的協助

第一步：用眼神、手勢提醒

第二步：小聲口語提示

第三步：指一指或簡單示範

最後才是：直接幫忙或帶著做

適時「放手」讓學生練習

可以在旁默默觀察，不介入，等學生遇到困難才給協助。

讓同儕自然互動

鼓勵同學一起合作、互相幫忙，助理員不要成為「唯一協助者」

協助結束要「淡出」

幫忙過後，要慢慢退到旁邊，讓學生回到一般課堂情境。

觀察多於行動

先靜心觀察學生的能力與需求，不急著介入。耐心等待，給予學生思考和嘗試的時間與空間。

同理但不包辦

理解學生的困難，但不因同情而取代他們行動。給予情感支持的同時，保持對能力的尊重與期待。

提示多於幫忙

用最小的提示引導學生自己完成任務，避免直接代勞。循序漸進地減少提示的強度，培養獨立能力。

先輕後重、適時淡出

從最輕微的協助開始，視需要逐步增加。一旦學生能力提升，立即減少協助並逐漸淡出。

「最好的協助，是讓學生逐漸不需要你的協助。」

Made with GAMMA

案例討論演練

課堂情境：分組討論的挑戰

情境描述

自然課進行「種子怎麼長大」分組討論時，自閉症學生小明坐在一旁，不太參與，當組員詢問意見時，他開始低頭不說話，逐漸變得煩躁並小聲咕噥。

學生反應

- 不主動參與討論活動
- 出現逃避行為（發呆、低頭）
- 有自言自語、捏手指等自我刺激行為
- 對突然的關注感到緊張不安

課堂情境：助理員支持策略

前事預防

- 與老師事先討論，為小明準備「參與任務卡」或「角色提示卡」
- 設計簡單明確的任務，如記錄員或負責貼貼紙
- 向組員簡單說明如何包容不同表達方式
- 預先演練討論流程，減少未知性帶來的焦慮

當下處理

- 站在小明附近但不直接介入，保持適當距離
- 用溫和眼神或小紙條提醒：「你可以負責貼貼紙喔」
- 觀察情緒變化，適時詢問「需要幫忙嗎？」
- 若同學表現出不耐煩，低調請老師調整活動步調

請求支援

- 若小明明顯情緒失控，使用班級預設訊號請導師協助
- 考慮建立視覺提示卡，讓小明能自行表達需要休息
- 與特教老師保持溝通，分享有效的介入策略

下課情境：操場遊戲的困境

情境描述

下課時間，同學們在操場玩追逐遊戲，自閉症學生小芳也想參加。因不清楚規則，被同學誤會「亂跑」而排除在外，小芳開始哭鬧、尖叫，引來圍觀。

學生反應

- 難以理解或跟上遊戲的隱含規則
- 被拒絕後情緒崩潰（哭鬧、尖叫）
- 對同學的圍觀感到更加不安
- 無法用適當方式表達想參與的意願

下課情境：助理員支持策略

前事預防

事前帶小芳練習操場遊戲規則，使用圖卡說明「追逐遊戲怎麼玩」、「遇到不懂時怎麼做」。

安排結構化的遊戲教學，並與班上同學討論「如何帶小芳一起玩」，建立包容文化。

當下處理

第一時間靠近觀察，讓小芳知道助理員在場。蹲下與小芳平視，輕聲安撫：「我們一起深呼吸，你很難過對嗎？」

避免直接指責其他同學，可請同學們先離開，減少圍觀壓力。提供安靜角落讓小芳平靜情緒。

請求支援

若小芳情緒無法安撫，請值班老師或輔導老師協助帶離現場。**發生安全疑慮時，立即按校內緊急支援流程處理。**事後與導師、家長分享情況，共同討論長期策略。

助理員可以試試看「友善遊戲時間」，邀請願意的同學與小芳一起學習遊戲，逐步建立自然的社交連結。

情境描述

全校運動會現場人多、聲音吵雜。自閉症學生小傑因為音樂聲太大、同學們興奮加油聲，開始捂住耳朵，表現不安、來回踱步，拒絕加入隊伍。

學生反應

- 對噪音和擁擠環境感到極大感官壓力
- 出現明顯的自我保護行為（捂耳、踱步）
- 拒絕參與，試圖逃離現場
- 可能因環境過載而無法表達自己的需求

大型活動：助理員支持策略

前事預防

活動前與小傑實地走流程，使用圖片預告活動步驟和可能的環境狀況（吵、熱鬧）。準備降噪耳罩或耳塞等感官輔助用品，並預設安靜休息區。與小傑討論「感到不舒服時的求助信號」。

當下處理

觀察到小傑掩耳、踱步時，輕聲安撫，提供耳罩，邀請他到預先安排的安靜區域休息。不強迫參與，給予空間，告知「等你準備好了我們再回來」。適時使用視覺提示卡幫助溝通。

請求支援

若持續無法安撫或有脫隊風險，依照事前規劃通知導師、特教老師或家長支援。依學校流程啟動緊急協助，如協助帶回教室或醫護站。事後檢討並調整未來活動安排。

NO GLYPH NO GLYPH NO GLYPH NO GLYPH NO GLYPH NO GLYPH NO GLYPH NO GLYPH NO GLYPH NO GLYPH

預先規劃

事前準備情境演練、輔助工具和視覺提示，降低未知性帶來的焦慮

冷靜回應

當下保持冷靜，使用溫和語調，維持低調處理方式，避免引起更多注意

團隊合作

適時請求支援，與老師、特教人員及家長保持良好溝通，共同制定策略

安全第一

守住安全底線，熟悉學校緊急處理流程，確保學生及周圍人員安全

「每個孩子都是獨特的個體，支持策略應該根據個別需求進行調整。耐心、理解和一致性是成功的關鍵。」

危機處理SOP

情緒爆發前，我們可以先做什麼？

國小助理員 × 正向行為支持（PBS）

先發現

早一點看見訊號

再搞懂

早一點弄清楚原因

提早幫忙

早一點介入支持

今天不是要你當心理學家，而是學會：**早一點看見、早一點幫上忙。**

先想一位你正在陪的學生

不用說名字，想想他最近一次情緒升高的經驗。

發生什麼事？

例如：收作業、排隊、下課結束、遊戲輸了.....

你當時在哪裡？

教室裡？走廊？操場？學生旁邊？

找出「最容易出事的時候」

地雷不是學生「很難搞」，而是某些情況特別容易卡住。

現場想一想 | 請在心裡選定一位學生，後面都用同一位練習

找出地雷：什麼時候最容易卡住？

什麼時間？

剛到校？收東西時？換下一堂課？

遇到什麼事？

要等待？被催促？活動突然改變？

和誰在一起？

大人提醒？同學靠近？團體競賽？

現場想一想 | 請說出一個「什麼時候 + 發生什麼事」

別只說「他又生氣了」——改用具體描述

把模糊的說法，換成你真的**看到**、**聽到**的事。

❌ 先不要這樣說

- 「他故意找碴。」
- 「他就是脾氣差。」

✅ 改成這樣說

- 「他說『不要收！』三次。」
- 「他握拳、把筆推到地上。」

現場想一想｜你看到了什麼？請用一句具體的話描述

學會看見「快要爆炸」的小訊號

很多學生在大爆發前，身體或說話方式已經悄悄改變了。

嘴巴變了

抱怨、頂嘴、重複同一句話、聲音變大

身體變了

皺眉、握拳、坐不住、踢椅腳、呼吸變快

動作變了

停筆、推物品、走來走去、盯著別人

現場想一想｜你的學生最早出現哪一個訊號？

小練習：找出地雷與小訊號，再問清楚

案例情境

老師說：「時間到了，學習單要收起來。」
學生：「我還沒寫完！」接著握拳、踢椅腳。

地雷：收走未完成的作業
小訊號：握拳、踢椅腳

我確定知道

- 老師說要收學習單
- 學生說還沒寫完
- 學生握拳、踢椅腳

我還不能確定

- 他是不是故意反抗？
- 他是「不會寫」還是「沒寫完」？
- 有沒有事先提醒要收了？

現場想一想 | 把「我覺得他是…」改成「我看到他…」；再說出一個你想弄清楚的問題

不要急著猜理由——同一個行為，背後可能不同

同一個推桌子，背後可能是完全不同的困難，需要不同的支持方式。

可能一：做不到

題目太難、聽不懂，需要有人教或拆成小步驟。

可能二：捨不得停

還沒完成、怕失敗，需要看得見的結束方式。

可能三：太刺激

聲音、擁擠、催促讓他不堪負荷，需要降低刺激與壓力。

怎麼跟老師回報？三句就夠：**①前面發生什麼→②學生做了什麼→③後來怎麼了**。少評論，多線索。

現場想一想｜不是三選一貼標籤；要再觀察、和老師一起確認

預防第一、二招：提前提醒 × 給做得到的選擇

第一招：事情發生前，先提醒

不要等學生被突然打斷，才要求立刻配合。

- 原本：「時間到！快收！不要再拖了！」
- **改成：**「再5分鐘就收。」「剩2分鐘，我提醒你一下。」

提醒要簡短、清楚；必要時加上計時器或圖卡。

第二招：給學生「做得到的選擇」

選擇不是放任，而是讓學生有一條能配合的路。

- 少用：「你收不收？不收就不要下課！」
- **改成：**「你要先收筆，還是先收學習單？」「這題做記號，等一下再接著做。」

兩個選項都必須安全、可行，且符合老師的安排。

預防第三、四招：教求助 × 看到黃燈就降溫

1

第三招：先教學生怎麼求救

不只說「不准生氣」，要教他可以怎麼做。
多教一條新路：「我還需要2分鐘。」「我需要幫忙。」「我想休息一下。」
在平靜時先練習；出現求助行為就立即具體肯定。

2

第四招：看到黃燈，就先降溫

少說大道理，先把刺激降下來。
避免：一直追問、連續催促、在人前糾正。
可以試試：降低音量、保持適當距離、簡短提醒下一步，給等待時間。

⚠ 若已有攻擊、丟物等危險行為，優先保護安全並依學校流程求援。

最後記住這三句話

助理員不是獨自扛下所有情緒問題，而是和團隊一起預防。讓學生有更多機會，不需要靠爆發來解決困難。

① 我先看見

什麼時候容易卡住？有哪些黃燈小訊號？

② 我再搞懂

哪些是事實？哪些還要問老師確認？

③ 我提早幫忙

先提醒、給選擇、教求助、早降溫。

明天做得到的計畫：當 _ _ _ 的時候（地雷），我先 _ _ _（預防動作）；如果他做到 _ _ _，我就 _ _ _（回應）。

例如：收作業前先提醒5分鐘；成功用話求助就立即肯定

危機處理 SOP 手卡（特教助理員版）

🧩 適用對象：

自閉症學生出現**激烈情緒或行為爆發**時的處理流程，

- 大聲尖叫
- 逃跑行為
- 攻擊他人
- 摔東西或破壞物品

第一階段：察覺先兆（黃燈）

👀 觀察行為警訊

- 不安、躁動表現
- 眼神飄忽不定
- 嘟嘴、皺眉頭
- 身體前後搖晃
- 拒絕合作行為
- 開始自言自語

🗣️ 溝通與安撫

保持語氣柔和，可使用：

「你看起來有點不開心，要不要休息一下？」

「我在這裡陪你，我們一起想辦法」

「我看得出來這很困難，我們慢慢來」

🔄 轉移注意與選擇

- 提供冷靜盒或喜愛物品
- 請學生幫忙遞物品
- 提供選擇：「你要坐這裡還是靠窗那裡？」
- 調整環境：降低刺激或改變位置

🔍 **目標：預防爆發，立即介入** - 在此階段，及早察覺學生情緒變化的先兆，能有效預防危機進一步升級。

第二階段：情緒爆發（紅燈）

🆘 立刻求援

通知班級老師、導師或其他支援人員。可預先設定緊急聯絡方式，如簡訊、對講機或特定暗號。

🛡 安全處理

- 引導其他學生離開現場或保持距離
- 移除周圍可能造成傷害的物品
- **不強硬拉扯或壓制學生**
- 保持自己的冷靜，避免情緒感染

🧍‍♀️ 陪伴與簡單提示

- 保持適當距離但不離開學生
- 不持續說教或責備
- 簡短提示：「我們先一起呼吸一下」
- 「現在我不會跟你說太多話，我在這裡陪你」

⚠️ **目標：保護安全，減少刺激** - 此階段最重要的是確保所有人的安全，同時避免增加學生的壓力。切記不要用強制或威脅的方式處理。

小提醒：助理員自我照顧

穩定自己的情緒先！

處理學生危機前，請確保自己情緒穩定。深呼吸、短暫休息或尋求支援都是好方法。記住：您的情緒平靜是學生重獲安全感的基礎。

同理先於指令

在給予指令前，先表達對學生感受的理解。同理心能建立信任，讓學生感到被尊重與理解，從而更願意配合您的引導。

安全大於對錯

危機處理的首要目標是確保安全，而非判斷對錯或立即矯正行為。在情緒穩定後，才是討論行為後果的適當時機。

支持重於責備

自閉症學生的行為爆發常源於溝通困難、感官過載或環境變化。提供支持與理解，而非責備或懲罰，能幫助學生建立更健康的情緒調節能力。

記住：每次的危機處理都是寶貴的學習機會，不僅是學生在學習控制情緒，我們也在學習更好的支持方式。您的耐心與堅持正在為學生創造更美好的未來！

Made with GAMMA

風暴過後：陪伴、紀錄與修復

等情緒與體力恢復後，再由教師安排後續教導。不逼迫立即道歉或說明理由。

先安頓

提供安靜、安全且有人照看的空間

給予充分恢復時間。

團隊修復

將紀錄交給教師，協助調整行為支持計畫；

助理員也需要休息與團隊支持。

記錄 ABC

A 前因：老師要求完成第 3 題後

B 行為：敲桌 5 下、推開作業本

C 後果：成人暫緩任務，陪同到安靜角

依學生訊號，及早與教師合作

依學生個別訊號與當下危險程度判斷，在情緒升溫的每個階段，助理員與教師的合作是關鍵。

黃燈

降低刺激，給空間與選擇，示意教師待命

紅燈

停止說理，撤離同儕，即時通報支援

修復

安頓、記錄 ABC，交接教師調整支持計畫

助理員是現場安全的第一道防線，也是學生情緒復原的重要陪伴者。照顧好自己，才能持續支持學生。

謝謝大家 讓我們一起努力