

# 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

# 醫療上看到的自閉症特質

**特質一**

**不善於與他人互動**



不太理人、眼神接觸少、叫名字不回頭、缺情感交流、自己玩

**特質二**

**執著於固定而重複的生活**



固著的使用重複言語動作及物品，不喜歡生活中的各種變動

**特質三**

**語言溝通障礙**



可能具鸚鵡式仿說、人稱代名詞反轉、答非所問等特徵

## 高功能自閉症特徵

和亞思伯格的關鍵差異

1 自我中心



2 固執己見



3 社交困難



4 情緒波動大



5 重複行為



6 興趣狹隘



7 智商高於70



8 自閉傾向不明顯



★ 早期語言發展遲緩



goodmood.com.tw

# 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  
不喜歡或不熟的内容就很容易分心

## 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。

### 真誠且適度

過度或不真誠的稱讚會失去效果，保持真實但積極的態度。



## 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



## 保持適當距離的實用技巧

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。



# 為自閉症學生提供協助的四大指導方針



## 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。」



# 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。



# 大型活動：校慶運動會的挑戰

## 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。

# 助理員的核心支持原則



## 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



## 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。

## 第三階段：情緒回穩（綠燈）



### 👂 傾聽與同理

「剛剛那件事很讓你生氣，對吧？」

「我能理解你當時感到很困擾」



### 👍 給予正向回饋

「你願意坐下來，我很欣賞你的勇氣」

「你做得很棒，能夠控制自己的情緒」



### 🕒 適時處理

不急於談論對錯，待情緒完全穩定

協助學生整理思緒與感受



### 🧩 預備下一步

「等一下我們會回教室，我們可以先做什麼讓你覺得安心？」

提供明確的後續活動引導



👉 目標：支持復原，恢復連結 - 當學生情緒開始平穩時，我們的重點是幫助他們**重新融入常規活動**，同時給予適當的支持與肯定。

# 事後追蹤與回饋

## 1 紀錄事件

使用標準化紀錄表格記錄：

- 危機發生的時間與地點
- 可能的誘發因素
- 學生表現的行為
- 您採取的介入方式
- 學生的反應與結果

## 2 專業討論

與相關教師進行討論：

- 與班級老師分享觀察
- 與特教老師討論可能的調整
- 與巡迴輔導老師商討支持策略
- 必要時尋求心理師或行為專家建議

## 3 家長合作

與家長建立支持網絡：

- 以正向、支持性語言分享事件
- 了解家中類似情況的處理方式
- 共同討論一致性的支持策略
- 分享進步與成長的觀察

 完整的危機處理不僅包含即時應對，還需要後續的追蹤與調整。透過系統性的紀錄與團隊合作，能有效預防未來類似情況的發生。





# 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！



謝謝大家 讓我們一起努力