



「知行合一」人際GO—
認知行為取向社會技巧課程設計

蔡明富

國立高雄師範大學特殊教育學系

mingfu@nknucc.nknu.edu.tw

<http://spe.idv.tw>

一、為何教？（Why）

🔷 實務層面

🔷 研究層面

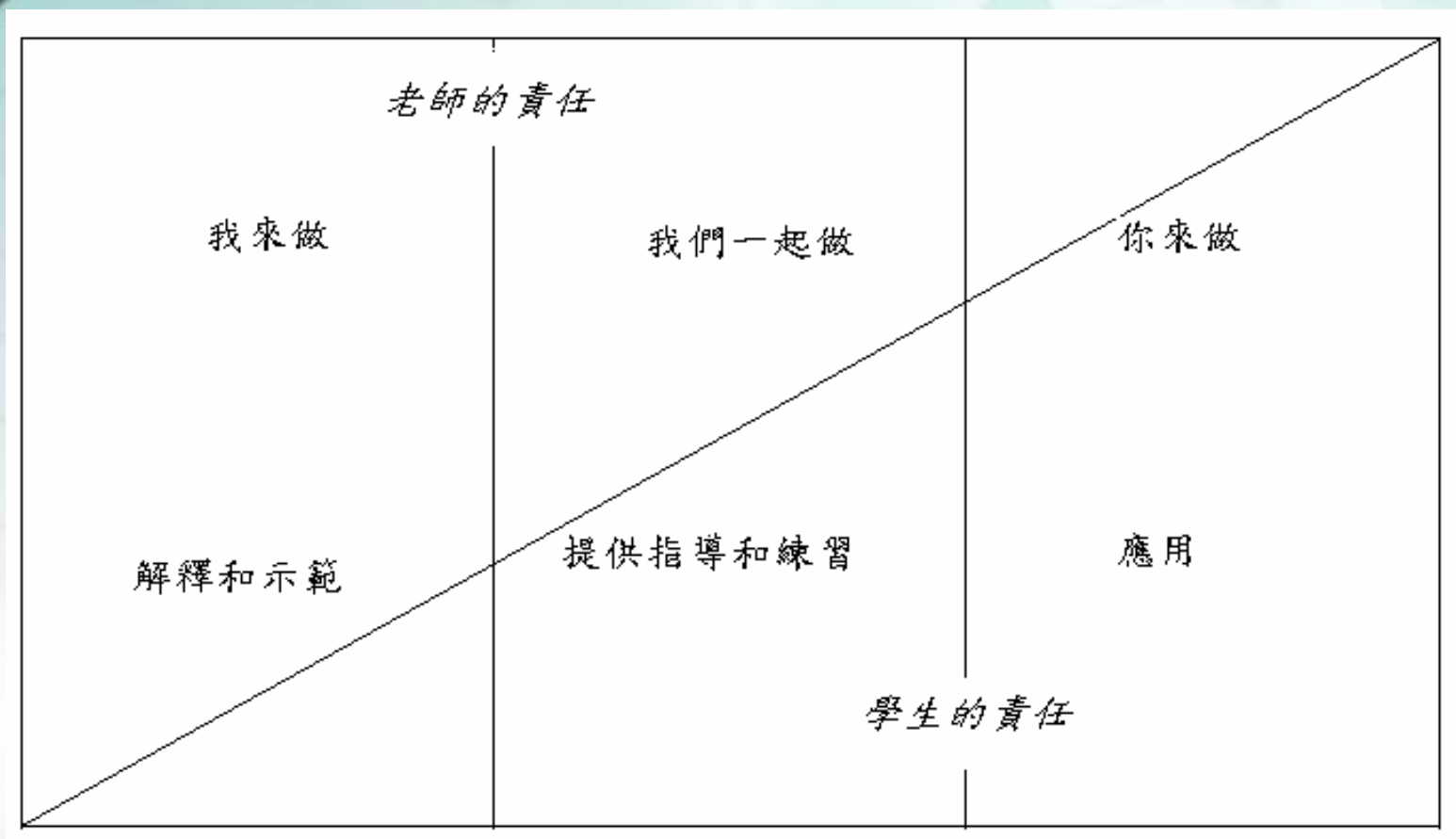


二、教什麼？（What）

🔷 理論告訴我們什麼？

🔷 考量對象程度？（Who）

老師如何提供學生學習鷹架



資料來源: Huck Fitterer, WestED Teacher Project. p.43

➡ 採取認知行為學派

結合思想與行動，既能「知」又能「行」

(一) 能「知」：

- 提供社會技巧鷹架
- 自我教導（口語提醒）

➡ 以提供內在語言來幫助成員學會自我教導：

1. 教師說出並親自示範步驟（教師說，教師做）
2. 教師提醒，成員說出練習（教師說，成員說並做）
3. 成員說出並練習（成員說，成員做）
4. 成員不說出並練習（成員不說，成員做）



➡ 採取認知行為學派

(二) 能「行」：

- 行為管理
- 實際演練

➡ 包括老師示範、角色扮演、
演練（課堂+回家作業）、回饋

(三) 「知」「行」合一

三、如何教？（How）

📖 看書

📖 進修

📖 督導

三、如何教？（How）

📖 看書

📖 進修

📖 督導

ADHD學生社會技巧課程

(蔡明富、蔡淑妃, 2005)





➡ ADHD社會技巧訓練菜單(1)

🔷 教室生存技巧

- 1 保持安靜
- 2 學習坐好
- 3 上課專心
- 4 保持座位整潔
- 5 帶齊學用品



6完成份內打掃工作

7學習發言

8聽從老師指令

9學習等待

10自我控制(停止危險行為)

11參與團體作息

The background features a soft-focus image of a person reading a book on the left and a person on a mobile phone on the right. The overall color palette is light blue and green. A hand icon points to the main title.

ADHD社會技巧訓練菜單(2)

情緒處理技巧

- 1 辨識他人情緒
- 2 處理自己生氣
- 3 處理自己興奮
- 4 處理他人生氣



➔ ADHD社會技巧訓練菜單(3)

🔷 人際互動技巧

1 與人共用


2 服從分工

3 加入遊戲

4 遵守遊戲規則 (一)

5 遵守遊戲規則 (二)

6 服輸

The background of the slide features a collage of images: an open book with glasses on top in the upper left, a laptop keyboard in the lower left, and a person's silhouette reading a book on the right. A network diagram with green nodes is overlaid on the right side. The text is centered on the left side of the slide.

7如何道歉

8原諒他人

9保持適當的距離

10避免危險

11徵求他人同意借用物品

12如何處理被拒絕

13如何處理被嘲笑



➡ ADHD社會技巧訓練菜

🔗 問題解決技巧(4)

- 1 面對他人的規勸
- 2 如何處理師生衝突
- 3 挫折時的求助
- 4 吸引他人注意
- 5 處理無聊（下課時間）
- 6 判斷是非



➡ 如何訓練？

(一) 評量起點行為

了解學生社會行為之表現

(評量表、觀察、功能評量或生態評量)

(二) 針對困難施教

設計適當課程，提昇認知鷹架

(三) 配合行為管理([行1.AVI](#)，[行2.AVI](#)，[行3.AVI](#)，[行4.AVI](#))

實施行為管理，達到「知」「行」合一

如何設計？

項目	內容重點
一、教學前	
蒐集學生資料	晤談：教師、 <u>家長(家長訪談.doc)</u> 或重要他人 評量：1.青少年社會行為評量表（洪儷瑜，民89）(<u>ASBS1</u> , <u>ASBS2</u>) 2. <u>國中小學生社會技巧評量表</u> (蔡明富，民98) 3.學前社會行為評量(<u>1</u> , <u>2</u>)
分析學生行為	<u>了解學生缺乏何種社會技巧</u>
設計技巧步驟	根據學生需要社會技巧 <u>設計學習步驟</u>

如何設計教學步驟？

（教學中）

- 📏 簡單，只包括單一行為反應
- 📏 步驟間互相獨立
- 📏 敘述容易理解
- 📏 步驟數量不要太多，最好不超過 5 個
- 📏 必要時可以利用口訣協助記憶

如何設計？

項目	內容重點
二、教學中	
引發學習動機	提供與 <u>日常生活情境</u> 相關社會技巧，導入學習主題
示範	以 <u>角色扮演</u> 達到 <u>示範技巧步驟</u> 之目的，先由教師與協同教學者示範，再由教師與成員示範或協同教學者與成員示範
演練	提供常見 <u>日常生活情境</u> 讓成員輪流練習並討論，可由教師與成員演練、協同教學者與成員演練或成員與成員演練
回饋	提供成員檢視學習成效，可分為：自我回饋、他人回饋(1,2)
修正	根據負向回饋再予以修正

➡ 如何設計？

項目	內容重點
三、教學結束	
複習	利用時間複習今天所學技巧步驟
表現	總結成員表現給予回饋，提示回饋與行為表現之關係
作業	安排 <u>回家作業</u> ，可分為：學校、家庭情境作業

教後回饋：學生，家長

四、何時教？（When）

🔷 早自習

🔷 午修

🔷 空白課程

🔷 隨機教學

五、何處教？（Where）

🏠 資源班

🏠 普通班

🏠 家中

六、訓練原則

- (一) 考量學生之個別差異
- (二) 以學生之日常生態為教學情境
- (三) 不給予固定答案，提供多元認知架構
- (四) 學習步驟之內容明確、不宜過多
- (五) 教學善用提示卡
- (六) 示範要正確，並確定學生明白
- (七) 提供不斷演練機會
- (八) 回饋要立即、明確



七、常出現問題？

(一) 成員：同質或異質性？

(二) 情境：引發動機、

演練之情境

(是否考量學生之生活情境？)

(三) 示範：教學者、學習者示範不清楚？



七、常出現問題？

(四) 演練：輪流、次數？

(五) 回饋：公平、一致、增強物？

(六) 增強系統：單層？多層？

(七) 類化：學校、家庭？