

# 是「情」天霹靂 還是陰「情」不定

— 認識情緒障礙 —

特教組 特教宣導月刊 112 年 04 月號

發行人：蔡孟峰

編輯指導：張文澤、王世卉

編輯教師：蘇湘甯、賴志和

在學校生活中，學生可能會因突發事件，而觸發劇烈的情緒波動；也有可能會有學生情緒長時間處於莫名的低落狀態等，面對學生各式的情緒風暴，我們該如何扮演一位稱職的情緒氣象預報員呢？除了擬定合適的預防策略，及調整適宜的策略因應外，還有什麼是陪同學生度過一波波情緒風暴時該留意的呢？本期特教月刊就讓我們一起來瞭解特教類別中的「情緒行為障礙」（以下簡稱情障）。

依據《身心障礙及資賦優異學生鑑定辦法》所稱的「情障」，可區分為以下 6 種，具有持續性的情緒行為問題的類別：

## 焦慮性疾患

包含選擇性緘默症、強迫症等。



## 畏懼性疾患

包含拒學症、幽閉恐懼、社交恐懼等。



## 注意力缺陷過動

包含注意力不足、過動、衝動等。



## 情感性疾患

包含憂鬱症、躁鬱症等。



## 精神性疾患

包含思覺失調、幻覺、妄想等。



## 其他

包含妥瑞症、對立反抗行為等。



掃描看短片，讓您更快認識他們！

請問「世界雙相情緒障礙日」  
是每一年的什麼時候呢？  
(答案在背面~)

# 如何幫助情障生



教導學生適當的情緒行為與學習策略必須並重，若單處理情緒行為所產生的問題，而不注重學習策略的教學，易使原本學科能力不足的情障生更為落後，進而影響情緒行為控制的效果。以下將就情緒行為與學習策略兩大方面，提供給教師們幾項相應的方法。

## 情緒行為方面

1. 安排特殊需求的「社會技巧」課程，教導其相關技能。如：情緒控制技巧，當學生出現發脾氣的問題行為時，教導學生採取放鬆訓練、改變想法等策略，以協助學生學習控制自己的情緒。
2. 營造正向支持的環境氛圍，透過具體地稱讚，以增強學生好的行為及表現。
3. 善用同儕的關心協助，當情障生出現人際或學習困難時，教師可適時安排同儕志工學伴等人在旁協助，以改善其問題。
4. 利用檢核工具，達到學生正向目標行為的建立，如：利用計時器或檢核表，形成一種提醒的機制，幫助學生建立自我管理的能力。
5. 經身心科醫師診斷後，若有開立相關藥物治療，可協助提醒其穩定用藥。
6. 教室內的座位安排，可安置於易於提醒注意的位置，並避免靠近窗戶或是走廊，以減少不必要的刺激干擾，如：教室講臺中間、前排的位置。

## 學習策略方面

1. 教學環境的安排盡量避免凌亂，並使教學情境結構化，以減少干擾刺激。
2. 可利用視覺化的方式來呈現學習任務內容，如：條列式、圖像式等。
3. 提供適當的教材教法，以減少學習挫折感，並對於課程落後部分另外與加強。
4. 依據學生個別能力差異，來指派學習任務或作業，並一次給的份量不宜太多。
5. 可一次給予一個指令或要求，並同時給予口頭的加強提示，且教師交待任務時，內容需具體明確，態度需溫和堅定。



世界雙相情緒障礙日為每年的 03/03。雙項情緒障礙又稱躁鬱症，臨床上的特徵可分為躁期、鬱期兩種表現，患者會在兩個向度間不停切換。知名畫家梵谷被後世認為是此症患者，故以他的生日作為世界雙向情緒障礙日，藉以凝聚大眾對此障礙的關注。