

班有情緒行為困難學生 教戰守則

特教組 特教宣導月刊 113年3月號

發行人：蔡孟峰

編輯指導：張文澤、楊時發

編輯教師：張至妤、蘇湘甯

校園內常見的情緒行為障礙類型

情緒行為障礙學生在情緒或行為表現比正常學生出現顯著的困難、容易影響著學生的學習或生活的適應，情緒行為障礙的症狀包括：

- 1.精神性疾患，如：思覺失調症。
- 2.畏懼性疾患，如：社交畏懼症。
- 3.注意力缺陷過動症ADHD
- 4.情感性疾患，如：憂鬱症、躁鬱症。
- 5.焦慮性疾患，如：選擇性緘默症、強迫症、創傷後壓力症。
- 6.其他持續性之情緒或行為問題者—如：妥瑞症、對立反抗行為。

※特徵可分成外向性行為、內向性行為等兩大類：

- 1.「**外向型行為**」是問題行為顯現於外，多為發脾氣、攻擊、衝動、違抗、說謊及偷竊等行為。
- 2.「**內向型行為**」是屬於較內隱性的行為，常見的是退縮、孤獨、憂鬱、幻想及焦慮等問題。



情緒行為障礙學生—因應措施與教學策略

面對和輔導情緒行為障礙時，教師的首要之務是：能夠處理老師自己情緒、理解學生並非故意針對自己，對於學生的情緒和行為釋懷且包容、努力和學生建立關係，如此才能順利執行策略。

營造友善氣氛 與 物理環境	<ol style="list-style-type: none">1. 經營師生真誠接納的關係，但並非容忍所有不當行為。2. 班級導師可規劃屬於自己班上適合的同儕宣導，示範如何與特殊生應對相處。3. 訂定合理的教學目標，選擇適合特殊生適當的教材與教學法。4. 下達明確的指令，減少學生困惑或賞罰不一致，導致學生無從遵循。5. 可安排特殊生坐在適當的位置減少干擾，鄰近安排友善沉穩的同學。6. 配合心智科醫生的醫囑，必要時服藥或心理諮商。7. 經營合作的親師關係，視狀況與家長、國中老師詢問過往的經驗。
正向教導策略	<ol style="list-style-type: none">1. 教導學生用較好的方式解決問題，增加選擇的彈性，取代不適當的方法。2. 運用突發事件，系統性教導特殊生理解情境，練習用更好的方式解決問題。3. 特教老師安排、教導情緒處理技巧與社會人際技巧。4. 和特殊生建立約定：有明確的行為目標與行為後果。5. 善用提醒策略，引導學生表現好的行為。
給予行為一致 回饋或獎勵	<ol style="list-style-type: none">1. 全班使用同樣的班規，但標準和項目可以針對每位同學狀況作個別化調整。2. 訂定合理的個別化行為要求，增強學生較好的行為。3. 訂定明確的小組規範，或要求小組互助合作完成。

相關資源分享

依照特殊教育法第10條第一項規定：「特殊教育學生及幼兒之人格及權益，應受尊重及保障，對其學習相關權益、校內外實習及校內外教學活動參與，不得有歧視之對待。」因此，普通班中有特殊生已是現今的常態。

本校目前安置在一般班級的特殊生約111人，其中情緒行為障礙學生佔約23%，在平均每班安置2位特殊生的情況下，融合教育的班級經營的策略更尤為重要，更是未來特殊生面對社會很重要的銜接。

若您對於特殊生的策略還有更多的疑問，您可參考以下資源及案例分享，更歡迎與資源中心的特教老師共同討論您面對特殊生的困擾。



台北市融合教育現場
教學手冊



融合教育現場教學手冊
(情障篇)



面對情緒行為
影片分享

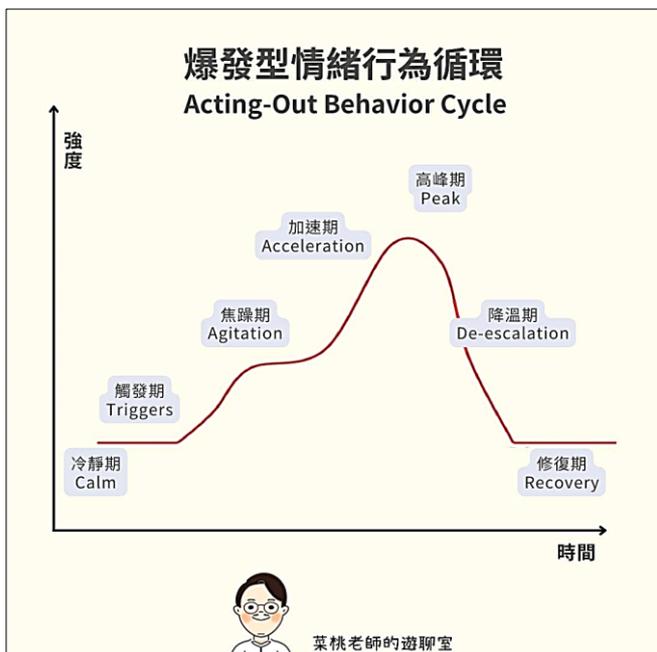
認識爆發型情緒行為循環 Acting-Out Behavior Cycle



學生的情緒並非無故一觸即發，教師您可在上課前透過IEP會議與學生狀況表中大致了解學生的基本狀況與情緒，透過與特教老師的溝通中，您更能掌握到學生的特質、行為及徵兆。

「爆發型」行為指的是會危及個案生命與健康的行為，或對他人造成危險。這樣的行為是有階段歷程及徵兆的，若能選擇適當的策略，能預防學生情緒的升高、降低爆發行為的嚴重程度和持久度，除了讓學生可以恢復到穩定的狀態，同時也能保護學生與他人的安全。

階段	學生特徵	介入重點	因應策略	特別留意
冷靜期	大多數的時候可以投入課堂，偶而會小脾氣。	打好基礎	<ol style="list-style-type: none"> 1. 增加人際連結 2. 讓特殊生練習，讓他們幫忙一些小事 3. 鼓勵、稱讚正向的表現 4. 建立班上危機反應的 SOP 	讓孩子有貢獻感，讓這個團體對孩子來說是有意義的。
觸發期	孩子開始經歷到一些觸發情緒的內外因素如：大人糾正、同學挑釁等。	<ol style="list-style-type: none"> 1. 預防情緒加速 2. 導向正確行為 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 冷靜的設限 2. 明確指示好的正向行為 3. 移除觸發因素 4. 如果需要糾正，提供私下提醒的機會 	提供孩子在私下、其他場合與機會時處理，有助於減緩孩子的情緒升溫。
焦躁期	搓手、拍桌、剝腳、發出聲音、重呼吸、開始碎念。	減少焦慮	<ol style="list-style-type: none"> 1. 表達關心 2. 提供轉移注意活動(需要事前準備) 3. 安插學生喜歡的特別活動 4. 允許學生暫離、給予喘息空間 5. 維持其他同學冷靜、不過度反應 	如果孩子可以在這時候短暫回到學習任務，一定要給予稱讚，用正增強導向正確的行為。也避免其他同學對特殊生的過度反應。
加速期	開始故意不配合、擅自離開、激怒同學、叫囂、破壞物品。	維持環境的安全感	<ol style="list-style-type: none"> 1. 改為更簡短的指示 2. 語調及用詞保持冷靜、避免敵意姿態可以<u>先和孩子保持情緒上的距離</u> 3. 允許學生暫離活動、提供替代空間 	須留意師生的互動是否陷入「命令-不配合」的互動循環，此互動循環容易使情緒更快進入失控的狀態。
高峰期	失控、對人或物體的攻擊。	執行安全計畫	<ol style="list-style-type: none"> 1. 維護其他同學安全必要時教室人員淨空 2. 啟動學校危機反應SOP (需行政人員支援) 3. 特殊生啟動IEP正向行為支持計畫流程。 	當孩子的狀態處在高峰期時，最重要的就是維護其他同學的安全。
降溫期	開始會回應人、否認自己的行為、嘗試辯解	避免二度刺激	<ol style="list-style-type: none"> 1. 先嘗試回到原先任務，等等再要求善後場面 2. 允許學生有冷靜時間 (等約 30-60 分鐘) 3. 先不要質疑孩子在辯解 	降溫期不代表真的完全冷靜好了。有時候，太過立即的要求善後或質問，孩子丟臉、羞愧、被批評等負向感受可能帶來第二次的情緒循環。
修復期	開始從事非互動行為，不情願去善後剛剛發生的事。	<ol style="list-style-type: none"> 1. 解決問題 2. 重建關係 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 在成人陪伴下好好善後 2. 視情況陪孩子檢視事發經過 3. 高頻率的正增強：稱讚具體好行為 	當孩子真正冷靜才能理性思考，解決問題檢討回顧。大人在這個時候理性陪伴孩子善後收拾殘局有助於關係的修復。



校園衝突事件發生時，更需要這股力量 就是以「鼓勵」代替指責

引用《羊羊老師的魔法教室》

能利用四種不同的正向語句，給老師及特殊生的鼓勵：

1 具體事實+正向感受

- 向老師您說：在這多做多錯的時代，依然願意熱血出聲，我由衷的佩服您！
- 向特殊生說：能在大家面前冷靜解釋自己有特殊需求，我覺得這很不容易！

2 雖然+我猜+正向詮釋

- 對老師您說：雖然有人說您挑釁學生但我猜您只是從沒遇過這種情況，一時反應不過來，絕非故意的！
- 對特殊生說：雖然有人說你亂發脾氣，但我猜你前面忍很久了後來才忍不住，不是故意的！

3 我相信你知道+正向價值+我相信做得到

- 對老師您說：我相信您一定知道和特殊生相處有多困難卻重要，同時也相信我們一起努力，一定有機會可以做得到！
- 對特殊生說：我相信你一定知道「不動手」有多困難卻重要，但我同時也相信那麼努力的你，一定做得到！

4 我希望+正向期待

- 對老師您說：希望下次能見到容光煥發的你！
- 對特殊生說：希望下次能見到和顏悅色的你！



- 參考資料1：Walker, H. M. (1995). *Antisocial behavior in school: Strategies and best practices*. Brooks/Cole Publishing Co.
- 參考資料2：洪麗瑜、鳳華、何美慧、張蓓莉、翁素珍 (2018)。特殊教育學生的正向行為支持。台北：心理出版社。
- 參考資料3：羊羊老師《羊羊老師的魔法教室》、蔡政霖老師《菜桃老師的遊聊室》