

正向行為支持策略改善自閉症兒童 情緒行為經驗分享

古瑜君

國立彰化師範大學

壹、前言

自閉症類群障礙者因為感覺、認知和動作的差異，例如：對聲音的反應異常和書寫的困難，常伴隨情緒行為出現，焦慮是自閉症類群障礙者較常見的情緒表現（田凱倩、周宇琪、吳佩芳、林盈萱、王熙鈞，2015）。自閉症兒童在學校也常因為情緒表達的困難或是無法理解學習內容而感到憂鬱或是焦慮，甚至影響其學習表現。

研究數據顯示約有74%的自閉症兒童有焦慮的行為且會展現出一項以上的情緒行為（Luck Y.,1999）。情緒行為不僅會影響兒童學習上的成就，也會造成兒童在人際互動、溝通或是引起其他不適的生理反應，甚至造成學童對於校園生活適應不良而抗拒到校上課；因此，為避免兒童因不適當的焦慮所產生的行為問題影響日常學習和生活，當學生開始出現情緒行為時，我們應該及早介入並且協助學生改善其焦慮。

筆者於小學擔任資源班教師時，接觸一位常出現情緒行為的自閉症學童，該學童原應就讀國小二年級，案母考量其能力以及容易焦慮之情緒反應，而決定緩讀一年；但在正式就讀之後，學童仍然會出現不少情緒行為；因此，本文將收集各方資料並結合個人經驗，將針對「影響自閉症兒童之情緒行為因素」以及「改善自閉症兒童情緒行為之策略」進行探討，並提供實務經驗之分享。在校園中，若能多加使用正向行為支持策略對於自閉症學童是重要且必須的，透過和善的親師溝通和有效的策略介入，都能夠改善自

閉症學童在校園中不適應的情形（林翠英，2019）。所以，除了協助教師和家長了解造成情緒行為的可能因素外，也希望透過使用正向行為改善情緒行為的相關資訊，協助自閉症兒童融入校園環境和學習。

貳、影響情緒行為的因素

校園中有許多刺激的因素，讓自閉症兒童常處於被高度刺激的狀態，容易因其感覺、認知的變異或其他因素引起其情緒反應（楊蕙芬，2005）。而過激的情緒反應會使他們產生不適當的行為。這些行為的原因，可以外在因素和內在因素分別說明之：

一、外在的因素

包含聲音、光線……等，會造成其壓力或是情緒反應的環境因素（宋維村，2000）；校園中最常見的外在刺激因素是鐘聲、廣播聲和同學的嬉戲聲，這些聲音的頻率、聲量過高而直接或是間接影響自閉症學童的情緒行為出現；教室中過強的光線和明顯的天氣變化亦會讓自閉症兒童的注意力分散，進而造成學習上的困擾；因此，教師在教學前須確定自閉症兒童的注意力已回到課堂中（宋維村，2000），以減少學生的學習干擾。

二、內在因素

指學童本身的調適能力，因為無法表達需求、情緒或是與外界建立溝通連結而造成自閉症兒童的心理壓力；內在因素包含認知、適應能力、執行功能障礙所造成（黃金源，2003）；對自閉症兒童學習上的影響則是

無法將所習得之解決問題技能做有效的應用和提取。

筆者認為外在和內在因素，無法以二分法來討論，因為外在因素和內在因素有一定程度的連結，例如：外在因素造成學童注意力分散，影響其學習能力，進而造成學生在面對較困難的學習問題時，心理壓力增大而出現較大起伏的情緒行為反應。因此，若能整合這些因素並在環境或教學中避免這些刺激的出現，方能幫助自閉症兒童減少情緒行為和增加學習效能。

由上述可知引發自閉症兒童情緒行為的多項因素，接下來將針對造成自閉症兒童情緒行為的因素，提供相關改善策略和經驗分享。

參、相關策略介紹

自閉症學童因為其需求的特性，在校園中許多場合都會造成其情緒的反應，或是讓其陷入焦慮或不穩定之狀態，目前在研究上對於改善或緩和自閉症情緒行為的策略，筆者整理目前的研究資料將其分為以下二大類：

一、正向行為支持策略

正向行為支持的觀點強調透過調整學生之生態環境或是教學措施並建立增強制度的方式來改善學生之情緒行為（林惠芬，2008）。引起自閉症兒童情緒行為反應的外在因素可能包括：聲音、光線，因此我們可以透過改善環境中刺激的因素來降低學生情緒行為發生的機率。鈕文英（2016）說明我們可以透過功能性評量，進行環境或是教學上的因素分析，了解情緒行為發生的原因，並依照行為功能給予適切之處遇及策略。我們可以透過功能評量，有效整理並分析出影響學生情緒行為發生的外在因素或是內在因素，並給予個別化的正向支持的介入策略，讓學生能夠避免情緒行為的發生，進而改善

學生學習的成效。根據張正芬（2000）、Fisher（2011）與陳郁菁、鈕文英（2004）的說明，筆者將介入策略整理為三大類別：

（一）前事控制策略：預防情緒行為，引導適當行為。

（二）行為訓練策略：教導替代技能、擴展個體能力、教導因應和處理技巧。

（三）後果處理策略：增加替代技巧的使用和正向行為表現以減少情緒行為的產生。

二、溝通和語言教學

自閉症兒童的語言發展較同年齡的學生遲緩，也難以將語詞與功能連結起來，進而造成其溝通和語言表達能力不佳（宋維村，2000）。許多自閉症兒童的情緒行為出現原因，是其之生理或是其他需求無法得到滿足，以及溝通或是語言表達能力的缺陷，皆是造成其心理壓力或是焦慮的因素之一。楊蕢芬（2005）說明語言教學時，應盡量於有意義的情境下練習並且融入學生的日常生活，有利兒童於情境中發展主動的溝通能力。教導自閉症兒童表達自我需求和感受，讓其與重要他人建立連結，以培養互動的默契，可幫助教師為其安排合適之教學環境和設計符合其能力和需求之課程，亦可有效避免情緒行為之產生。筆者根據曹純瓊（2000）、楊蕢芬（2005）和林翠英（2019）等人之研究整理出適用於自閉症兒童之溝通與語言教學策略，可略分為以下三類別：

（一）鷹架式語言教學：教師協助兒童建立語意鷹架，可組織、連結學生以習得之語詞，進而發展新語詞以應用於日常生活。

（二）關鍵反應訓練：訓練兒童於自然環境中的社會互動，關鍵行為包括：動機、多元線索、自發性和自我管理，以此四大要素安排訓練之內容。

（三）圖片故事教學：以圖片呈現正確社交互動或溝通步驟，協助學生展現出適當的溝通與互動。

肆、實務經驗分享

一、個案簡介

個案小帥為低口語自閉症學童，由媽媽陪讀於國小資源班，小帥的認知能力與同儕相同，但溝通與社會互動則有明顯落差，口語能力低落、語彙單一，通常都會用動作來協助表達，或是直接拿取想要的東西，無法主動表達自己的意願；對於不喜歡的事物，會出現明顯的情緒反應，或是加快動作來表達自己的焦慮；對於吵雜的環境、非計畫中所改變的場域或是學習新單元時，會有情緒行為出現；小帥所展現的情緒行為是用手不斷推擠下巴，造成皮膚紅腫甚至是牙齦出血；家長認為這是學生表達情緒的一種方式，並未積極處理；但隨著在校園的時間增加，小帥的情緒行為也增多；因此，筆者和其個案管理老師提出以正向行為支持策略介入並輔以溝通語言教學，來改善學生的情緒行為並引導其以更適當的方式表達。

二、正向行為介入策略

(一)功能性評量

筆者採用訪談以及直接觀察法來進行評量資料收集之方法。訪談對象為小帥之母親以及資源班教師，小帥之母親表示其在家中的以下情境會出現此行為：

- 1.練習較困難的作業；
- 2.不願意離開本來所在的區域；
- 3.不喜歡的事物出現。例如：身邊人的吵鬧；而資源班教師則表示小帥的頻率約為每十分鐘五、六次，只要進入新單元、請小帥回答問題或是練習複雜度較高的題型時就會出現，而此情緒行為多半代表個案處於焦慮狀態。在直接觀察期時，筆者發現小帥在練習描述性文字較多的題組時，也會有此行為出現。綜合以上資料，我們可以推測小帥出現情緒行為的原因包括：對當下的情況感到焦慮、對學習上不理解或是環境改變。

(二)介入策略

根據以上原因，筆者運用以下策略：

1.前事控制策略

(1)調整學習活動：提供明確的鷹架並結合學習單的步驟化設計，讓個案可以充分練習每個概念和解題步驟。

(2)調整課程進度方式：在進入新單元時，先複習舊經驗，加強每個單元間的連結，弱化單元間轉換的過程，並隨時確認個案可以掌握單元學習內容。

2.行為教導策略

(1)替代行為：教導學生表達「不會」或是「不」並搭配手勢，手勢和原來的行為不相容，讓個案無法用手推擠自己的下巴，且讓其能夠連結口語及肢體動作表達。

(2)專業團隊合作：語言治療師以圖片故事教學的方式，排列連續圖卡，教導情境可運用之語詞，並糾正個案的構音，讓個案能在正確的情境中，以口語方式取代行為來表達。

3.後果處理策略

(1)增強策略：學生在正確的情境下使用替代行為，立即給予社會性增強和原級增強；在行為建立初期，可給予較多增強。

(2)提示正向行為：在學生出現情緒行為時，教師和家長可提示、引導其正向行為，讓學生知道情緒行為並無法得到幫助和舒緩焦慮。

(三)實施成效

經過策略介入後兩個月，個案的情緒行為從一堂課平均近 15 次到平均 7~8 次，已減少一半的情緒行為出現，且能夠以肢體和口語代替表達其情緒，而其構音也較之前正確；個案母親表示，在家中的情緒行為出現次數亦有減少的趨勢，個案多會以「不要」或是「不」來表達意願。資源班教師表示原來預期成效可以更好，情緒行為出現次數可低於 5 次；筆者和教師檢討後，歸納可能之干擾因素為學習階段已進入夏天，個案對於

溫度變化較敏感，炎熱的天氣容易激發其情緒行為；因此影響個案情緒行為的次數，若能輔以環境控制，給予更友善之學習環境，個案之情緒行為的預期出現率，會比實際介入後所觀察的次數更低。

在介入的過程中，可能會有其他因素的出現，所以在過程中，需要隨時關注或考量是否有非預期中之因素發生，方能隨時修正行為介入策略或是加入其他資源，確保策略之介入和生態環境安排符合個案需求，讓介入的成效和個案的正向行為能朝向目標發展。

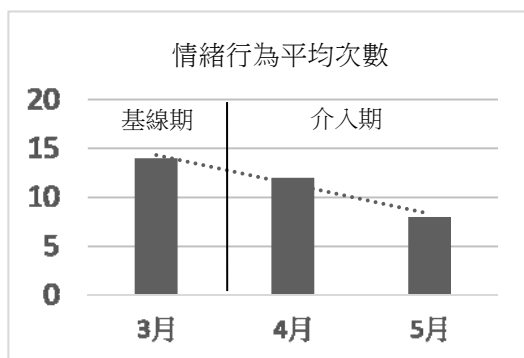


圖 1 情緒行為每堂課出現之平均次數

伍、結論與建議

自閉症兒童因為其障礙的特殊性和其獨特的行為表現，讓人有時難以了解其所要表達之情緒和需求，但大多數的原因是我們並未使用正確的方法去理解或關心他們，每個行為本身都具有溝通意圖和情緒表達的功能；因此，了解個案的行為功能後，再以正向行為支持策略介入，才能有效減少情緒行為的產生，進而提升個案在學校的學習能力和與同儕社交的互動連結。進行正向行為支持策略，團隊合作是必須的，重要他人的加入會讓策略執行更事半功倍；執行策略輔以其他教學或是專業團隊的合作，能夠有效建立個案之正向行為，並確保計畫的全面性和個別化，讓個案能在適合的環境和策略下，

逐步朝向目標發展，更能增進親師間的溝通和互動，展現教師專業。

在介入過程中，會有其他未預期之因素出現，以下為筆者針對本次經驗提供的建議：

一、事先統整可能影響個案情緒之環境因素或是學習因素，包括：吵雜、氣溫、味道……等各種因素，讓正向行為支持策略的團隊成員可以更全面性的規劃，減少非預期因素出現。

二、與家長做充分的溝通，取得家長之信任，在計畫進行的過程中，家長會有疑慮或是過度保護的行為；筆者為增加個案能在自然環境中，有效運用其口語能力，和家長溝通減少陪讀時間，讓個案能有獨立在自然環境中展現口語和社交的時間，增加其自我表達的和練習正向行為的機會。

三、團隊合作的持續溝通與檢討，在學生出現非預期之因素或是可能影響策略進行的因素時，能立即讓團隊所有成員知曉，並共同檢視策略之計畫，讓個案之進步成效更大化。

任何障礙類別，都可能有情緒行為的產生，運用正向行為支持策略，從更全面的視角分析行為發生的原因，讓生態環境更符合學生需求，對於教師的教學、學生的學習和家長的生活品質，都能更有效的提升；正向行為支持策略需要投入較大量的人力、資源與時間，但其所得的效益是長久且穩定，對特殊需求兒童的發展更有助益。

參考文獻

- 田凱倩、周宇琪、吳佩芳、林盈萱、王熙鈞（譯）（2015）。Ruth Aspy & Barry G. Grossman 著。金字塔模式教學（頁 1-21）。台北市：華騰。
- 林翠英（2019）。自閉症學生之有效教學策略。特教教育發展期刊，67，1-10。
- 林惠芬（2008）。如何執行正向行為支持。特教園丁，24(1)，42-47。

（下轉第 5 頁）