

# 情緒行為障礙學生的因應策略

王韻齡 臨床心理師

# 知己知彼



Created by Shreya Chakravarty  
from Noun Project

- 有些嚴重自閉症 在課堂上情緒爆走；因為分組問題或情緒不佳站在教室門外不想進去；事後，老師又該如何向班上同學說明情況
- 面對重鬱的學生或情障，老師的課堂因應技巧(學生有時候對於問話無反應)
- 莫名其妙發脾氣
- 妥瑞造成班上異聲，造成抱怨，老師對抱怨的處理

# 自閉症



## 社交上的障礙(至少下列兩項)

- ▶ 缺乏使用非語言的溝通
- ▶ 較困難與同輩建立友誼
- ▶ 缺乏尋求與別人分享歡樂及興趣
- ▶ 缺乏社交活動，較愛獨處

## 溝通障礙(至少一項)

- ▶ 語言發展遲緩或欠缺相關的能力
- ▶ 部分有語言能力，但在誘發或持續對話上則有困難
- ▶ 重覆或鸚鵡式說話、異常說話
- ▶ 對聯想及模仿式的遊戲表現困難

## 重覆及固執的興趣、行為(至少一項)

- ▶ 過份參與及集中於堅持特定的興趣
- ▶ 對遵守特定的程序或模式上較欠彈性
- ▶ 重複或刻板式做出某些動作
- ▶ 持續對物件的某部份感興趣

修正 DSM-V 由三個臨床診斷的範圍變成為兩個臨床診斷

- ▶ I. 社交溝通及社會互動上的缺損
  - ▶ II. 固定的興趣及重複的行為
- ▶ 溝通的缺陷被認為是社交行為無法分開討論，所以合併成單一症狀來進行診斷及描述。

# 社交－情緒的互動(reciprocity) 功能上缺損

無法起始社交互動



社交互動異常

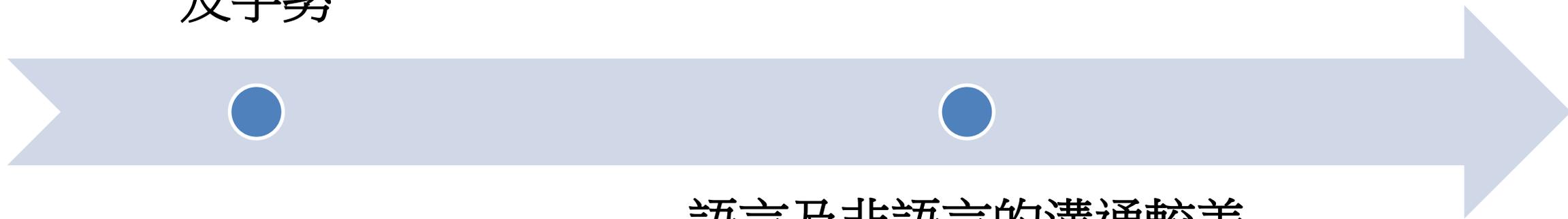
無法維持雙向的對談

在溝通上較少回應

較少興趣、情緒、情感的分享

# 在社會互動上，非語言溝通行為的缺損

完全缺乏臉部表情  
及手勢



語言及非語言的溝通較差  
眼神注視及肢體語言功能的異常  
理解及使用非語言溝通能力的缺損

# 發展及維持人際關係的缺損

到對人完全缺乏興趣



無法做出符合情境的適當行為  
想像性遊戲及交朋友方面有困難

## DSM-V B. 侷限、重複的行為、興趣及活動

固著或重複性的言語，動作及使用物品。

過度堅持常規，儀式化的使用語言或非語言的行為，極度抗拒改變。

非常侷限及固定的興趣，對於興趣極度的專注。

對於感覺刺激的輸入過度反應及過度反應不足、對於環境中的感覺刺激有異常。

# 感官方面特徵

- ▶ 對某些感官刺激的過度選擇
- ▶ 聽覺，視覺，觸覺，嗅覺的異常反應
- ▶ 興奮或不安時，會拍打或搖晃
- ▶ 臉部肌肉不尋常的抽動或怪動作
- ▶ 自我傷害行為

## 社會性互動

- ▶ 缺乏面部表情，缺乏身體接觸時的柔順反應
- ▶ 和情境無關格格的笑
- ▶ 缺少一般人的模仿學習，無法和人一起玩，即使自己一個人玩，遊戲技能也不佳。
- ▶ 不知如何融入團體活動，不知一些基本的社會性技能
- ▶ 視覺迴避，視若無物，用眼角看人或物



# 社會性互動

- 難以體會別人感受
- 無法適當地表達自己的情緒和感受。
- 覺得別人應該了解他的想法  
(他無法理解你當時不在身邊，所以有些事你無法得知)
- 對同儕的喜歡的東西無動於衷
- 無法參與社會性的角色扮演遊戲

# 溝通

- ▶主動或維持和他人會話方面的顯著障礙
- ▶語言主要用在要求和滿足欲望，而非做社會溝通之用
- ▶有限的談話主題，和不熟悉的人談他感興趣卻不適當的主題
- ▶缺乏瞭解他人的溝通動機，不懂話中有話，只瞭解表面的語意，尤其是開玩笑與揶揄這種意在言外的情形特別明顯。
- ▶缺乏必要的社會常識，解讀整體社會情境的能力不佳。
- ▶朋友有限，少有機會與人溝通，溝通對象常限於家長及少數照顧他們的人。

## 自閉症社會能力三種類型

- ▶雖然有些自閉症者可能在不同的情況下，表現出這三種類型的行為，但是有些自閉症者可能明顯的傾向某一種類型 (Frith, 1989).
- ▶疏離型 (the aloof)：在校或在家時表現出明顯的退縮，缺乏社會互動，缺乏視覺接觸或表現出視覺迴避現象。
- ▶被動型 (the passive)：對其他人的社會接觸一視同仁，如親人和陌生人。
- ▶奇怪型 (the odd)：有主動的社交互動行為，喜歡和人接觸，但缺乏適當的社交技能，較無法判斷社交技能是否不需要或不適當，如不停的問某些事，問陌生人的姓名等。

協助



# 行為控制與管理

- ▶ 時間明確。
- ▶ 清楚地告訴他有關活動的各種規範。
- ▶ 活動指令簡化
- ▶ 工作流程視覺化
- ▶ 常見活動的例行化

## 口語的訓練

- ▶引起對話者的注意
- ▶打開話題
- ▶適切地維持話題
- ▶回應對話者的問題
- ▶適切地結束談話等基本會話技巧

# 溝通訓練

- ▶ 看著他人說話
- ▶ 保持適當的距離
- ▶ 分辨適當與不適當的身體接觸
- ▶ 調整音量大小
- ▶ 等候他人的回應



## 協助

- ▶ **劇本化**：可將各種常用的基本會話模式劇本化。
- ▶ **圖畫式**：將這些基本會話以劇本連環漫畫的形式來告知他會話的內容與流程，效果佳。

## 協助

- ▶ **多樣化**：每一種基本會話的劇本都要有好幾套，以應付不同的情境需求
- ▶ 以接電話為例，要有接家人、接親戚、接同學、接陌生人電話以及接打錯電話者等等不同的劇本，而且要把一些意外的情況考慮進去，例如電話突然斷線，該怎麼辦等等。
- ▶ **模擬**：所有的會話劇本都需要有模擬與真實情境的練習，效果才會好
- ▶ 類化上的困難。

# 協助

- ◆**低功能者**：訓練辨識自己與他人的情緒，了解喜怒哀樂的表情為何。
- ◆**中能力較佳者**：可以透過錄影個案行為、示範、現場指導、同儕與大人的提示等方式來加以進行。
- ◆**高功能者**：可以透過情境模擬、角色扮演、社會性故事來進行情緒表達的訓練，同時教導他們處理情緒的策略。

# 協助

## 利用當下情境：

- ▶對於所有的自閉症者，在發生情緒當下，教導他們表達情緒的效果是最好的。為了訓練，有時可以故意製造情境，讓自閉症者發生喜怒哀樂的情緒，即時教導他們表達情緒。
- ▶例如提供給他喜愛的食物，練習難度較高的學習單，漠視或者拒絕他的請求等。

- 保護自己
- 解決衝突
- 尋找幫助
- 承受後果
- 被拒絕的回應
- 如何拒絕別人
- 停看聽行動

# 情感性疾患



# 情感性疾患

- 以情緒障礙為主要病症的精神疾病，情緒變化不穩定，有時過於高昂（躁），有時過於低落（鬱）。
- 雖然患者也可能同時有思考、行為等變化，但這些變化都是隨情緒障礙而發生，是一種次發性的障礙。



# 病因

- 生化學因素：與神經介質或內分泌有關，或與腦部結構發生病變有關。
- 心理因素

# 雙極性情感疾病（躁鬱症）

- 躁症（Manic state）：
- 情緒高昂、異常興奮愉快，有時卻暴躁、易怒；愛管閒事、敢作敢當、對自己過分自信、對人慷慨大方，非常熱情；整天忙碌、馬不停蹄、一刻也閒不下來；話多，滔滔不絕，能言善道，經常哼哼唱唱；思考常有「意念飛躍」或「誇大妄想」的情形；睡眠需求減少，但對性的需求增加，常會倒追異性。

# 雙極性情感疾病（躁鬱症）

- 鬱症（ Depressive state ）：
- 表情愁苦、情緒低落、心情鬱悶，總是一副無精打采的樣子；對任何事情都提不起興趣，做事毫無動機、對人生感到消極悲觀，對自己毫無自信；行動遲緩、話量減少甚至不語，常常發呆或整天躺床不想動、思考緩慢且內容貧乏，有時會出現「罪惡妄想」，而常有自殺意念；常有食慾不振、便秘、性慾減退現象。

妥瑞



- **妥瑞症**（英語：**Tourette Syndrome**、**TS**），又稱**抽動症**、**托雷氏症**、**杜雷氏症**，是一種**抽動綜合症**(Tics)。這是一種遺傳性的神經內科疾病，通常發生於學齡前至青春期前。有一部份的患者會在青春期後大幅減輕症狀。
- 妥瑞氏症的症狀包含了聲音型和運動型抽動綜合症，會不受自主控制地發出清喉嚨的聲音或聳肩、搖頭晃腦等。患者本身並非故意或習慣性做出這些動作。治療方式一般採取抗精神病藥抑制症狀，或行為治療等。
- 症狀通常時好時壞，與患者所處環境造成的心理壓力有一定的相關性，家庭、學校與社會對此疾病的不認識或多或少會加深正常人與妥瑞症患者間的誤解，進而誘發更強烈的症狀。
- 常見的誤解例如：把妥瑞氏症患者當成調皮搗蛋的壞習慣，進而要求患者以接受體罰等方式刻意矯正其抽動症狀。
- 抽動症在單一妥瑞氏症患者身上亦非一成不變，聲音型抽動症患者有可能轉變或合併成為運動型抽動症。
- 通常，妥瑞症不會以單一抽動症狀出現，常伴隨**強迫症**、**穢語症**、**注意力缺失與過動症**等。其確診亦不能以單一抽動症狀的發生而斷言之。另外，妥瑞氏症常被誤診為**氣喘**、眼睛過敏或呼吸道綜合症等，在(被)診斷時需格外留意。

# 如何協助個案



Created by Jakob Vogel  
from Noun Project

# 情緒的特性

- 衝突必然發生，別試圖在衝突中解決衝突



# 情緒的處理

- 老師可以協助做情緒命名。
- 哭泣肢體—語言—認知



撲滅生氣火



休息一下



冷靜想法



安全釋放



解決問題



確認導火線



加長引信

# 溝通方式

- 具體簡單明白
- 我訊息

# 「我訊息」的溝通方式

## 第一步驟

「把困擾你的行為描述出來」



第二步驟：

說出你對這件行為可能導致的結果  
有什麼感受



第三步驟：

把後果或是對你所造成的  
影響說出來



# 「我訊息」溝通方式的優點

- 如果溝通過程中訊息混淆，這樣會使對方不清楚你的意思，可能你很生氣，但是口裡卻說沒關係，我不會生氣，但是從你的眉色、肢體語言，可以感覺得出來，那對方就弄不清楚到底你怎麼了？
- 使用「我訊息」清楚的描述你真正的感覺，有助於溝通的進行。

- 「我訊息」的溝通比較直截了當，了解自己要什麼，然後表達出來，不兜圈子，對方可以清晰的接收到你真正的意思，不會揣測你的意思或因不清楚你的意思而產生挫折感。

- 「我訊息」的表達方式也是為你的感覺和思考負責任，陳述出在什麼情況下及為什麼你有這樣感覺，利用簡單的「**我／何時／因為**」這種類型的句子，明確表達出自己的意思。
- 例如『你看你又晚回家了！』這種責備的語氣，如果改成：『**我覺得生氣，因為你今天晚回家，我很擔心。**』，得到的反應和溝通的效果就不同了。

# 其它同學部分

- 如何向全班其他人說明
- 破窗效應

謝謝



Created by Parallel Digital Studio  
from Noun Project