

# 突破生命的困境 學做自己的主人

## 淺談身心障礙學生運用自我決策參與個別化教育計畫會議

魏燕河

台中教育大學特殊教育研究所  
研究生

蔡芸芸

台中縣文雅國小  
教師

張靖宜

台中教育大學特殊教育研究所  
研究生



### 壹、前言

教育的目的在於使每個人經由教育的過程，學會如何運用個人所學、所知的知識和技能順利應對未來生活的需要。特殊教育的最終目標是幫助身心障礙者成功地轉銜到成人階段，使他們能夠過著獨立而滿意的生活（鈕文英、陳靜江，民87）。王明泉（民89）認為自我決策能力的學習是很重要的，但卻是件不易達成的事。作選擇、表達喜好、自我知覺和信念是終其一生的經驗與學習。

以往大家都習慣於將身心障礙者的行為或學習活動加以安排與限制，他們終其一生鮮少甚至完全沒有為自己做選擇與作自我決策來面對自己的人生，生活的一切由父母或老師來做決定與安排。但是任何人不可能一輩子都依靠他人來做選擇與決定，終究需要學會如何自己管理自己，最後走進社會人群之中各個場域裡學會做自己的主人，過著自我決策的生活。

近年來「自我擁護」（self-advocacy）與「自我決策」（self-determination）對身心障礙者的重要性日受到重視與呼籲（林宏熾，民88），美國在1997年的「身心障礙者教育法案」（Individual Disability Education Acts 簡

稱IDEA）明確指出及要求所有特殊教育學生最晚在14歲或以上的年紀應參加自己的個別化教育計畫會議（IEP），因此藉由身心障礙學生主動參與自己IEP的過程，可以學習自我擁護、做決定、自我評估及目標達成等有關自我決策的技能（Wehmyer,1996；Field, Martin, Miller, Ward, & Wehmyer,1998），本文將試著針對此議題，綜合有關的理論策略與討論，以作為研究提昇身心障礙者在自我決策能力與方法的參考。

### 貳、自我擁護與自我決策的理念與涵義

自我決策的理念是一個複雜的概念，早期由Nirje於1972年首先提出「常態化」（normalization）的理念，正式奠定了自我擁護與自我決策的理論基礎。劉佩嘉（民94）指出自我決策是一個複雜的概念，並非一句簡單的話就能涵蓋其內容。整體而言，自我決策可包括選擇、作決定、控制、行動、目標的達成及個人有意義的成功等主要意涵在內。近年來由於以身心障礙者的觀點為出發點日漸受到社會大眾的重視與關心。再加上立法的善意維護與支持，以及專家學者發展有關的方案與課程來大力推廣，使得自我擁護與自我決策理念逐漸獲得重視

(Gardner,1980 ; Zirootli,1989)。

## 參、身心障礙學生運用自我擁護與自我決策策略參與 IEP 會議

### 一、運用自我擁護策略參與 IEP 會議

自我擁護策略是一個決定策略，讓學生準備參與個別化教育計畫會議或轉銜計畫會議，甚至可以延伸這個策略於生活中各個層面。國外學者 David 與 Melia (2004) 曾提出一項自我擁護策略，其策略包含五大策略步驟，這五大步驟的頭字語為

「**I PLAN**」以幫助學生記憶使用的策略，現在將其內容簡述如下：

#### 策略步驟一：目錄清單 (Inventory)

此策略步驟主要在於讓學生先列出自己的優勢、需要改進與學習的地方、教育與設定目標、適應需求、學習選擇，並且將這些項目由學生列表帶到 IEP 會議中。

#### 策略步驟二：提供目錄的資訊 (Provide Your Inventory Information)

教師應提供身心障礙學生有效的溝通資訊，使學生能夠運用於 IEP 會議中，其中包含五項行為步驟：1.身體坐挺直、2.有愉快的口語聲調、3.有活絡的思考方式包括告訴自己要提高注意力、試著去參與活動、溝通比較觀念、4.保持輕鬆的心境包括不焦躁不安、保持鎮定、5.從事眼神方面的溝通方式。

#### 策略步驟三：聽與回答 (Listen and Respond)

主要是要讓身心障礙學生能夠傾聽他人陳述，並且能夠對於別人的陳述與問題中作出合適的反應及回答。

#### 策略步驟四：提出適當的問題 (Ask Questions)

這個階段在於讓身心障礙學生練習問適當的問題，並且從問合適的問題當中歸納出本身需求的資訊加以運用。

#### 策略步驟五：你的目標命名 (Name your Goals)

最後的步驟在於讓身心障礙學生與他人溝通其個人的目標和意見，歸納總結出未來學校或其他生活的目標，以運用於即將採取的自我決定的行動。

### 二、運用自我決策之策略參與 IEP 會議

個別教育計畫是為每一個身心障礙學生量身打造的教育計畫。它不是單打獨鬥自己寫的一份資料，而是一件合作的方式包括多專業與父母及學生會議 (Clark,2000)。因此，這個合作過程的形式在於幫助學生能有效利用自我決策的能力。學生在這樣的自我決策訓練之後，能達到更高的自主能力，以後每年的 IEP 會議，他們能居於領導地位，而且能更容易傳達他們的優勢能力、需要、目標和以後如何更有發展 (Battle et al.,1998)。Van Reusen 和 Bos (1994) 曾提出一份有效的自我決策訓練，這訓練的目的與訓練過程如下：

#### (一)關於訓練程序方面

此訓練強調障礙者的自我決策原則，教師應訓練學生使用自我主導的技巧，以完成學生的自我決策。這個訓練的形式一共包括四個階段，如表一所示：

表一 自我決策策略訓練課程

階段	培養訓練課程的內容	時間 (分)
一	介紹/ 基本原理/它是我的生活輔助練習冊	50
二	看一個錄影帶10步指南，自我指導的IEPs	50
三	社會技能/ 配對練習	50
四	錄影/ 討論	50

(資料來源：Bates, P.E., Miner, C., Heckenkamp, D., & Walter, S., 2001)

### 第一階段訓練

#### (一)課程介紹

訓練者告知學生為何他們要練習自我主導的會議，並收集訊息作為筆記。

#### (二)基本原理

從開始即摘要出一些基本原理作為學生與 IEP 發展關聯的重要性。學生被詢問他們以前是否已經參加 IEP 會議的情況，訓練者應該鼓勵學生表達他們對於這些會議的感覺。將學生參加自己 IEP 會議的重要性告知

學生。

#### (三)學生工作手冊

在基本原理被確定之後，學生填寫他們的輔助練習冊。Bates, Miner, Heckenkamp, & Walter(2001) 命名輔助練習冊為「**這是我的生活**」如表二所示，並且藉由手冊讓學生練習考慮他們的優勢能力、需要以及優先權利。訓練者鼓勵參與學生檢查他們的輔助練習冊，並將意見增加於下次會議。

表二 學生工作手冊：這是我的生活

(討論) 哪些事情適合我  
 哪些事情不適合我  
 當我完成中學時，我想要做的  
 今年在學校我想要。 . .  
 今年在學校我想要完成這些目標  
 我更要在我需要的學校上獲得成功。 . .  
 我想要這些人參加我的 IEP/轉銜計畫會議

(資料來源：Bates, P.E., Miner, C., Heckenkamp, D., & Walter, S., 2001.)

## 第二階段訓練

播放一個類似學生主導的 IEP 會議的錄影帶，此階段開始時讓學生觀看訓練會議。錄影帶讓訓練者幫助身心障礙學生一步接著一步完成他們的自我指導的 IEP(Bates, Miner, Heckenkamp ,and Walter ,2001)。

## 第三階段訓練

此階段訓練者開始一個適當的社會技能的討論於一個 IEP 會議中。教師要學生進入自我選擇的配對練習，以及在口頭上實踐這些技能於每個階段。

### (一)社會技能訓練：

在 IEP 會議開始之前，學生被要求的社會技能及行為訓練包括如下：

- 1.眼神接觸(例如：抬頭，眼睛對眼睛的接觸，不讀文稿)
- 2.聲音質量和力量(例如：大聲說，滿懷信心分享個人需求)
- 3.身體姿勢(例如：坐直，腳貼地板上，不要懶懶散散地站著，不要倚靠在肘上)
- 4.衣服(例如：穿代表自己是什麼角色衣服，提供適合和不良選擇的例子)
- 5.語言表示想法(例如：陳述，不要使用褻瀆式的語言)
- 6.合適的反應(例如：不要不自主地笑，不要使用防禦或者忿怒的反應)

### (二)學生角色配對練習：

學生調整好他們的座位面對彼此分別扮演為 IEP 裡的各種角色。此外，每個學生依照指示什麼時候完成或者扮演角色。訓練者讓學生依步驟練習。每個學生將口頭分享的對於自己的 IEP 興趣與需要。在這個時候訓

練者觀察學生是否很樂意講話和是否與其他參與者做適當的溝通。如果學生積極參與整個過程，他們將學會適當的社會技能。並且與其他學生在想法或建議上的討論，這個練習將幫助學生準備領導他們的會議。

## 第四階段訓練

在這個訓練階段是一項錄影帶活動。這個活動給予學生對照修正練習，使他們角色扮演更加熟練。

### (一)錄影帶活動

錄影部分訓練，把學生分成幾組，每個學生扮演不同角色。那些角色包含在一個 IEP 會議裡的參與者—學生、父母、特殊教育教師、普通教育教師、校長和專家。每個人都是很好傾聽者，使用合適的眼神接觸和身體姿勢。當錄影開始，第一個學生可能需要更多提示，才能使過程更完整。

## 肆、促進身心障礙學生參與 IEP 會議之建議

要鼓勵培養身心障礙學生成為一位有自主能力的個體，成為生命中的主人發展與實施自我決策課程已是一件刻不容緩的重要課題，以下提出幾項促進身心障礙學生主動參與和主導 IEP 的建議：

### 一、教師自我決策教學專業的提昇

根據許多研究顯示，仍然有許多教師對於自我決策的意涵與課程概念不清，造成在指導身心障礙學生自我決策時產生許多的困境，建議於特殊教育教師的師資培育過程納入自我決策教學之相關訓練，以提昇教師之專業知能與素養。

### 二、自我決策教課程之研發與推廣

推行自我決策雖然是一項重要的理念，但是，所謂「巧婦難為無米之炊」，完整的教材是提升教師教學成效的一大利器，藉由完整易懂的教材將有助於教師提昇學生自我決策能力，自我研發與引進改良國外自我決策教學策略是推廣教學的一大助力。

### 三、教師與家長教育態度的轉變

家長與教師的教育態度對身心障礙者的自我決策能力有重大的影響，許多的家長與教師不認為或忽視身心障礙學生能夠表現出自我決策的能力，常常越俎代庖替學生做決定，造成學生喪失了許多培養自我決策能力的機會，建議身為家長或教師在平時的生活情境中多給予學生自我選擇與做決定的機會，以建立學生的自信心與自我決策能力。

### 四、配合角色扮演與示範

對身心障礙學生能力的培養，經由示範教學與角色扮演模仿常常會展現出特別的教學效果，經由錄影帶觀賞其他人參與 IEP 的示範過程讓學生有更能具體的概念加以仿效，再加上親身角色扮演練習讓身心障礙學生更能從中體會其中的樂趣與參與技能，經由不斷的練習與修正，將有助於學生培養出自信心與自我決策能力。

### 五、輔助科技的應用

身心障礙學生有時會有溝通方面的限制，藉由相關的輔助器材的使用如：圖片、助聽器、書寫輔具、溝通板等等工具有助於學生表達自我興趣、喜好與需求。此外，錄影與錄音設備更是在練習角色扮演時不可或缺的重要設備，建議相關主管單位列入輔具或設備加以添購，以利於教師教學之順利進

行。

## 伍、結語

長久以來，身心障礙者都是處於被動的角色，生活上的一切由他人來替他作選擇與作決定，然而，隨著社會大眾觀念的改變與相關法令的要求，該是把掌控權交還給身心障礙者了。雖然一下子由被動者變成主動者可能會造成許多人的困惑與卻步，甚至包括身心障礙者本身在內都可能會因為學習與訓練的不足而感到手足無措；因此，自我決策的訓練過程倍感重要，身心障礙者藉由參與個別化教育計畫的學習過程與訓練，學習如何做依據自我的興趣、能力或喜好來為自己的生活與學習做決策。相信只要大家多給予身心障礙者適度的尊重、支持與訓練學習的機會，或許就可以使身心障礙者逐步朝自我決策之路邁進，使他們能成為獨立自主、自我管理與成為自己的主人。

## 參考文獻

### 一、中文部分

王明泉(民 89)。高職階段智能障礙學生自我決策能力相關影響因素及教學方案成效之研究。國立彰化師範大學特殊教育研究所未出版之博士論文。

林宏熾(民 88)。身心障礙者自我擁護與自我決策之探討。特殊教育季刊，73，1-13。

劉佩嘉(民 94)。自我決策是遙不可及的夢想嗎？促進智能障礙學生參與 IEP/ITP 之建議作法。特殊教育季刊，97，27-31。

鈕文英、陳靜江(民 87)。台灣地區智能障

礙青年『心理生活素質之研究』。行政院國家科學委員會專題研究計畫成果報告。

## 二、英文部分

- Battle, D., Dickens-Wright, L., & Murphy, S. (1998). How to empower adolescents: Guidelines for effective self-advocacy. *Teaching Exceptional Children, 30*(3), 28–33.
- Bates, P.E., Miner, C., Heckenkamp, D., & Walter, S. (2001). *The self-directed IEP: An interactive workshop format*. Springfield: Illinois State Board of Education.
- Clark, S. (2000). The IEP process as a tool for collaboration. *Teaching Exceptional Children, 33*(2), 56–66.
- David, W.T, & Melia, N (2004) .Using The Self-Advocacy Strategy to Increase Middle Graders'IEP Participation. *Journal of Behavioral Education, 13* (2) ,135-145
- Field, S., Martin, J., Miller, R., Ward, M., & Wehmyer, M. (1998) .*A Practical guide for teaching self-determination*. Reston, VA : Council for Exceptional Children Division on Career Development and Transition.
- Gardner (1980) .*The self-advocacy work book*. University of Kansas : Kansas Center for Mental Retardation and Human Development UAF.
- Kroeger, S., Leibold, C., & Ryan, B. (1999). Creating a sense of ownership in the IEP process. *Teaching Exceptional Children, 32*(1), 4–9.
- Martin, J.E., Huber Marshall, L., Maxson, L., & Jerman, P. (1998). *Self-directed IEP student workbook*. Longmont, CO: Sopris West.
- McGahee, M., Mason, C., Wallace, T., & Jones, B. (2001). *Student-led IEPs: A guide for student involvement*. Arlington, VA: Council for Exceptional Children.
- Van Reusen, A. K., & Bos, C. S. (1994). Facilitating student participation in individualized education programs through motivation strategy instruction. *Exceptional Children, 60*, 466–475.
- Wehmeyer, M.L. (1996). Self-determination as an educational outcome: Why is it important to children, youth, and adults with disabilities? In D. J. Sands & M. L. Wehmeyer (Eds.), *Self-determination across the life span: Independence and choice for people with disabilities* (pp. 17–36). Baltimore, Paul H. Brookes.
- Zirooli, T.J. (1989) .Partners in policymaking : *Empowering people. Journal of the Association for persons with Severe Handicaps, 14*, 163–167.