



# 自閉症類群障礙大專學生的 人際適應挑戰與因應

呂冠儒 慈濟學校財團法人慈濟科技大學資源教室輔導員

## 壹、ASD 大專學生的人際適應挑戰

依據教育部特殊教育通報網大專校院身心障礙類學生統計概況顯示，110 學年下學期在學之自閉症大專學生共 3,398 位，占有大專特殊教育學生的 22%，僅次於學習障礙。自閉症類群障礙症（Autism Spectrum Disorder，以下簡稱 ASD）具有兩大特徵，包含社交溝通與互動的缺損及侷限或重複的行為、興趣或活動模式。在大專資源教室服務過程中，可觀察到 ASD 症狀使其在校適應面臨諸多困難，應更加關注 ASD 學生在校適應之議題。

相較於高中階段，大專環境自由度較高、結構性較低，ASD 學生可能因其堅持同一性或其他 ASD 症狀，而較偏好固定、規則性、結構性高的環境，故較難適應大專高變動的環境。在新生入學

時，ASD 學生便須面臨外在環境適應的挑戰，如大專須自行選課，且課程的教室與同學可能不同，ASD 學生除了要適應物理環境的改變，亦須適應人際環境的持續變化。

因 ASD 普遍的社交溝通與互動功能缺損，人際適應的困難可能是 ASD 學生較大的挑戰，且影響層面廣泛。在大專課堂中，常須與同儕分組討論及完成報告，不論是主動邀約同組或與同儕進行討論，皆可能因 ASD 學生的社交與溝通功能缺損而有所困難，不但影響課業表現，亦因溝通互動品質不佳、缺乏彈性的特質，容易引起同儕的忽略或拒絕，可能導致 ASD 學生社交互動經驗減少，使其社交互動能力無法提升，進而形成能力向下的循環，故提升社交技巧為輔導重點之一。



## 貳、ASD 社交技巧介入之參考教材

在規劃社交技巧介入時，可參考相關實證的社交技巧訓練與特教教案。

PEERS 青年社交技巧訓練為具研究實證的 ASD 青年社交介入方式，該訓練模式具結構性，使 ASD 青年可以在固定架構中學習不同的社交主題，且以具體的原則與步驟，帶領 ASD 青年了解社交規範並練習相關技巧，簡明步驟利於輔導員準備相關內容，亦能符合 ASD 學生偏好高結構之特質。另一實證的社交技巧訓練為 Social Skills Training for Schizophrenia: A Step-by-Step Guide，提供各社交技巧的簡易原則、步驟、使用情境與注意事項，其步驟更較簡易，較利於認知及語文理解與表達能力較不佳的學生練習。然目前應尚無台灣版本，僅能參考原文書，須自行翻譯應用，亦須留意文化適用性。

在教育部國民及學前教育屬優質特教平台中，有許多關於社會技巧的教案可以參考，主題涵蓋範圍廣，可針對學生目前狀況挑選，而其中較有系統性的教案為「高職階段工作社會技能課程」，含情緒處理、自我決策、人際溝通篇。教案中有註明教學目標與步驟，亦提供相關教學素材，使輔導員能直接應用。教案設計情境是針對高職階段實習或工作場合，然經過修改應亦能用於大專校園與實習場合，尤其情緒處理篇與自我

決策篇之內容是上述社交技巧訓練未強調的部分。

## 參、ASD 社交技巧介入之實行與困難

從實務經驗中，可將社交技巧介入的原因歸納為兩種情境，一為學生自己有交友需求，想要提升人際技巧。二為學生發生人際相關事件，師長希望學生加強社交技巧，改善不適應的社交行為。前者的學生動機通常較高，較願意投入練習，可安排長期性的社交技巧訓練。後者的學生動機則較低，須先與學生釐清人際事件發生的經過，並引導學生認識自己社交能力的狀況，以及其社交能力與人際事件的關聯，嘗試引起學生練習社交技巧的意願。而對於意願與動機不高的學生，可以針對該人際事件，進行次數較少的社會技巧教導。

若學生發生人際相關議題，出現較不合適的社交行為時，會直接從以上教材中挑選相關的主題，向學生說明合適與不合適的社交行為的差異之處，教導學生如何使用較合適的社交行為，並以多個假設情境，請學生反覆練習。短期教導能及時地針對人際議題給予介入，嘗試降低不合適行為再次發生的機會。然長期而言，短期教學的效果通常有限，學生可能因記憶力不佳等原因，較容易忘記所學內容，可以定期邀請學生來談，提醒學生過去所教的內容。實務上也會



遇到行為難以改變的狀況，這時可以利用行為契約（Behavioral Contract）的方式，與學生討論可做與不可做的行為，並制定達到約定的獎勵，或未達到約定的負懲罰。

若學生交友動機高，則較適合安排長期社交技巧教學，主要可參考 PEERS 之內容規劃教學，然因學生人數較少，多以個別教導為主，未能如原 PEERS 的架構，使學生有機會與同儕練習，增加實際應用的機會。而針對情緒覺察較不佳的學生，可先在正式教導社交技巧前，利用相關教案帶領學生認識情緒，教導如何辨別自己與他人情緒，因後續社交技巧多須用到情緒相關能力。

在教導社交技巧時，亦須考量學生認知與語文溝通能力，實務上會遇到學生無法完全了解講解內容，則可參考其他社交技巧訓練，精簡教學步驟，並自行簡化用語，使學生更容易理解與吸收。而針對記憶力不佳的學生，則可在一次教學中，針對重點反覆練習，並重複提到關鍵字。或在後續幾次的課程開頭時，先與學生複習先前主題的社交步驟，藉由持續練習來加強記憶。

#### 肆、ASD 社交技巧介入之成效與展望

儘管實務應用上有些困難處，仍可觀察到社交技巧教學的成效，如 ASD 學生與同儕互動時，能逐漸以較符合社交

情境與規範的方式溝通，減少因溝通方式帶來的誤會，進而緩和在班級中的人際關係，且使課業交流能夠更加順利，增進同儕間課業與生活協助的機會。而考量 ASD 的社交溝通與互動能力缺損可能為長期性，難以完全治癒，且在各發展階段所面臨的人際情境亦有所差異，故若能持續提供社交訓練與相關協助，應有利於 ASD 學生未來的就學、就業與獨立生活等。

