

# 人際發展介入方案運用於自閉症者 人際互動訓練之探討

林幸慧

新竹縣立忠孝國民中學資源班教師

陳淑貞

新竹縣立山崎國小特教資源中心輔導員

## 摘要

由於自閉症者有社會互動困難的特徵，整理相關文獻發現人際發展介入方案（Relationship Development Intervention，以下簡稱 RDI）為一新興的人際互動介入法。本介入法是由 Dr. Gutstein 針對自閉症者所提出的社交技巧訓練法，屬於心理發展理論介入策略的一種，這套方法是依據一般兒童習得建立情感關係能力的方式作為基礎，並結合結構性教學及行為改變技術等方法，發展出來一系列的活動。目前國內相關文獻指出其對於自閉症及其他社交技巧低落的孩童訓練有正面的成效，且可間接提升學生的自我效能及情緒穩定度。文中簡介介入法的理論並列舉相關的教學活動供讀者參考。

中文關鍵詞：人際發展介入方案、自閉症

英文關鍵詞：relationship development intervention, autism

## 壹、前言

根據 DSM-IV-TR (2000)中指出自閉症者無法發展出與年齡相符的同儕關係、自我協助技能及適應行為，導致其難以改變行為去因應環境需求，可知社會互動困難是自閉症者主要的困難。因應融合教育的實施，發展相關的人際互動訓練也應運而生。但多數的社交技巧訓練類化效果不佳或無法解決多變的互動情境。因社交環境為多變的情境，RDI 特別強調教導社交

技巧中的「人際關係技巧」，並依據「動態智能」及「引導式參與」為基礎，以遊戲活動帶動學生的社交與情緒成長，讓學生的行為更生動自然，並且在提升社交技巧後，交到懂得欣賞他的朋友。

## 貳、發展沿革

Gutstein (2002) 設計 RDI 的起源是因為一般的社交技巧訓練的效果較無法持續，也無法類化到其他情境。他認為社交技巧要有長期的效果，自閉症者必須要能

享受在互動的經驗中，故主張對於自閉症在社會互動的介入不能只是照本宣科的教導社交生存技巧，而是要幫助他們能和友伴建立關係，和友伴能在動作、感覺和想法上有協調的能力。故開始針對此議題進行長期的研究，並以一般兒童應付感情關係世界的方法為模式，以家長為中心的臨床治療方法。

於 2001 年 Dr. Steven Gutstein 提出 RDI。RDI 是依據「經驗分享互動」(Experience Sharing Interaction) 模式為基礎，經過許多臨床實證研究所發展出來的人際互動發展介入策略。其中介入的理論包含：心智理論、執行功能與情緒障礙三大理論。其治療方式包含：結構性教學、行為改變技術等特徵，所改編的一系列訓練活動。於 2001 年、2002 年、2005 年、2007 年及 2010 年間皆有提出改編的方案。從 2005 年出版的三級十二階段，提供 138 項活動，到目前最新的版本 2010 年的六級二十四階段的介入方案。對象自兩歲擴及青少年階段皆可使用，每項活動均詳列執行步驟以及相關的檢核工具。可見得 RDI 的策略是一項仍在使用及進化中的介入方案。

## 參、內涵

RDI 是依據「動態智商」以及「引導式參與」兩大基礎所設計的活動。「動態智商」是由 Dr. Daniel Siegel 所提出。動態智商是指腦神經接收到新環境或挑戰時，會發展並且改變神經的構造來適應新的環

境，而影響認知、自我、溝通及社交能力，讓我們能快速處理適應環境中各種變化並同時處理大量訊息。而自閉症者因神經損傷或大腦神經連結不足，故無法適應這複雜的環境，因無法處理而產生壓力及焦慮反應。故訓練者藉由各種巧妙的設計，以特定型態的經驗來重新連結神經迴路 (Connection Center, 2010)。當自閉症者的記憶中有挑戰且克服障礙的經驗後，自閉症者便可自行推理假設、計畫、因應環境的變化。而「引導式參與」則是由 Dr. Barbara Rogoff 依據正常孩童發展過程，及 Vygotsky 的「近側發展區」理論所延伸的理論。Rogoff (1993) 認為引導式參與可以幫助學生在已知和未知之間建立橋樑，也就是 Vygotsky 所提出的鷹架，並給予支持，引發學生努力發展能力或技巧，進而逐漸可以擔負起解決問題的責任。因社交環境為多變的情境，RDI 特別強調教導社交技巧中的「人際關係技巧」，此概念則是人際關係的場合充滿新的情境與變化，因此教導人際互動課題時需要不斷的評估與調整。

引導式參與主要就是由教練角色者提出特定任務，在日常生活中提供必要的機會，利用經驗傳承的方式，引導學生更具體、靈活的連結各種社交訊息。教練角色者要提供問題，而學生則藉由不斷嘗試來修復。教練安排問題後要提供學生思考的機會，盡量減少視覺接觸的提示，直到學生快要放棄時，才給予部分提示，讓學生感受到成功經驗後，再逐漸退除，提供學生安全、成功的社交經驗，並增加學生的

自我效能感、發現社交的樂趣。

根據上述理論 RDI 藉由「社會參照」、  
「共同調控」、「功能運用優先於方法」

等原則來設計活動，訓練過程可分為六級

二十四個階段，詳見表一。

表一 人際發展介入方案-階段及目標

級數	階段	目標
第一級 新手	第一階段 專心	減少新手分心的舉動
	第二階段 參照能力	建立參照他人的能力
	第三階段 調控能力	新手與教練間建立調控性的關係
	第四階段 協調合作	接續協調動作的基礎層面
第二級 學徒	第五階段 變化	體驗人際關係的改變
	第六階段 轉化	學習享受新奇或不可預測的事物
	第七階段 同步化	學習調控自己與他人的互動
	第八階段 雙人遊戲	引進同儕配對
第三級 挑戰者	第九階段 協力合作	依據同伴的反應來調控自己的行為
	第十階段 共同創作	和同伴合作創作事物
	第十一階段 即興創作	體會團體互動與對話的多變性
	第十二階段 最佳拍檔	觀察自己的人際關係尋求解決方法
第四級 旅行者	第十三階段 觀點	體認相對的關係
	第十四階段 想像力	分享個人內在世界的感受
	第十五階段 團體基礎	學習珍惜團體價值並為團體利益而努力
	第十六階段 情緒調控	察覺內在情緒，利用調控情緒反應的能力
第五級 探險家	第十七階段 點子	透過不同做法與他人分享內心世界
	第十八階段 裡面有什麼	體驗欺騙與假裝
	第十九階段 對話	探討對話的理由及使對方獲得滿足的目的
	第二十階段 同盟	學習維繫友誼及處理衝突
第六級 夥伴	第二十一階段 分享自我	學習自我揭露
	第二十二階段 家庭根源	探討身為家庭成員所代表的意義
	第二十三階段 團隊連結	學習決定自己在團體中可發揮的功能
	第二十四階段 親密關係	學習真心接納發展成熟友誼

引自「人際發展活動手冊」，Gutstein & Sheely(2002/2010)，台北市：智園。

## 一、階段一-新手

教導學生學習人際互動的必要條件，做好開始學習人際關係和情感的準備。這個階段學生必須學會將注意力中心放在成人身上，訓練者的臉孔與手勢成爲學生的注意中心，並發展「社會參照」的技巧，也就是利用他人作爲其重要的參照點。

## 二、階段二-學徒

這階段學生要利用訓練者的非語言資訊，並將它們作爲關鍵的參照點來引導自己的行爲，並讓學生學習關於「分攤調控」和「溝通修復」的責任以及學習享受變化和快速變遷。這階段可以開始將學生配對成「雙人組」一起活動。

## 三、階段三-挑戰者

要讓學生體會即興及共同創造的樂趣，讓學生體會到「團體意識」，這是一種以群體爲中心的意識，讓人們有辦法完成一個人無法做到的事。學生會開始練習在小團體中的人際關係技巧。

## 四、階段四-旅行者

這階段的訓練會將重心轉移到對於世界的洞察力及主觀經驗，學生將學習使用不同的觀點及想像力，與同伴一起強化他們在世界上的旅行。學生將會理解這個世界必非絕對的，你的觀點與你所見的一切都是同等的重要。

## 五、階段五-探險家

在這階段重心會轉移到個人的內心世界，包含：意見、興趣、信念、情感反應等。並且學習分享彼此的內心世界，讓互動更豐富及有深度。讓學生可以探索自己與他人的過去和未來，而有能力以他人的

觀點思考，進而發展出同理心。

## 六、階段六-夥伴

此階段著重在發展夥伴關係，以培養終身的人際關係，同伴們會以一種更精密複雜的觀點重新檢視他們與家人和團體的人際關係。進而發展出一種協調的個人身分感，並且利用信任感尋求更成熟的友誼關係。

## 七、各階段訓練者的角色

第一階段時，訓練者角色爲「教練」，是一個具有高度控制力、有趣的引導者，引發學生對於周遭感到好奇，不可有強迫性的動作，而是以邀請、吸引、引導的方式，引起學生動機。例如：可發出驚奇的聲音或告訴他哪裡有有趣的事物引起他的注意，但不可強迫他觀看，因爲強迫的行爲會引起學生的反感。

在第二階段時，訓練者角色爲「活動夥伴」，是一個陪伴學生進行活動的朋友。到了第三階段，訓練者轉變爲「幫助者」的角色，在學生需要協助時才介入幫忙。第四階段以後訓練者就可退除角色任務讓學生與同儕互動，因爲這階段學生已經可以靠自己能力去維持互動關係，對於訓練者的依賴也已經不強烈了。

過程中，訓練者有一重要任務是要審慎決定活動的速度，包含：增加新活動的速度、修改目前活動的速度及將活動連貫起來的速度。成功的調整速度，即可替學生創造的一個安全、可預測的經驗，即使在互動中加入新的要素，過程仍會保持平穩。

## 八、活動特色

- (一) 著重能力：挑選稍低於學生能力的活動開始進行，讓學生有勝任的感覺，讓他們知道自己與同伴的關係是平等的，參與的動機就會急遽上升。
- (二) 焦點：每次訓練只專注於一項目標。
- (三) 為人際發展介入創造空間：保留時間的空間，每項訓練的時間依學生的特性做調整，每次約以十分鐘為原則，注意不可過度練習。可以跳過或重複練習各項活動。
- (四) 強調學生的參與：若無法共同調控，就不能共同創造。在過程中以優勢能力引導，提供成功經驗藉以提升自我效能。

## 肆、優點與限制

本介入法依據其設計理論共有以下五項優點及一項限制。

- 一、RDI 不僅是治療方案，還是一套有系統的評估架構。RDI 核可人員會運用評估來確定兒童的需求程度，然後運用 Gutstein 所發展的特定課程進行教學，教學後可配合檢核表檢核。
- 二、以引導式參與為原則，能夠循序漸進的引導學生完成訓練，且能使學生的潛能獲得發揮，提升學生的自我效能。
- 三、除人際互動目標以外，RDI 課程還含蓋許多非社交範圍，包括靈活思考、注意力快速轉移、反省、規劃、預先計劃、準備、感情調節、即席創作、創造力、錯誤管理及解決問題。

四、可間接改善學生的行為問題以及情緒穩定度。例如：謝玉英（2003）指出 ADHD 幼兒在融合教育中的人際關係行為表現，經過人際互動方案的介入處遇後，其不適當行為問題獲得改善，在班級社會地位的評量上也得到越來越受歡迎。

五、人際互動介入法因採用同儕介入策略、環境改變策略、隨機教學策略等方法，可將練習分散於自然情境中，是較易在融合班中實施的策略，並且讓同儕與家長參與訓練，使得訓練效果更能類化及維持（鄒啓蓉，2004）。

六、根據筆者搜尋文獻資料認為本教學法較缺乏實證研究的證明。目前本介入法主要由發明者 Gutstein 博士透過書籍、研討會和訓練課程等方式推廣。但缺乏其他學者系統性的研究或在專業評審刊物中發表相關的實證研究。故建議教師或家長不應偏廢獨行此法，而是將其視作一種可供參考的介入方法或將其融入其他教學法中，並依據個案需求做調整使用，較為合宜。

## 伍、相關文獻分析

搜尋「全國博碩士論文資訊網」及「全國特殊教育資訊網」，共找到七篇 RDI 相關的文獻，國外方面則以 Gutstein 所進行的研究為主，對象除自閉症者外也被運用於弱勢兒童上，成效頗佳。研究對象年齡則以學齡階段國小或國中個案為主，多數研究都對 RDI 有正面的評價，詳見表二。

表二 國內外 RDI 相關文獻

研究者	研究對象	研究方法	研究結果
Gutstein S.E. (2005)	31 名 2-10 歲 智能正常 自閉症光譜兒童	實驗設計 共進行 18 周追 蹤研究	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 僅 RDI 組兒童有進步。</li> <li>2. RDI 組兒童安置可接受普通教育提升為 82%</li> <li>3. RDI 組兒童社會互動及溝通能力顯著提升。</li> </ol>
Gutstein S.E. (2007)	16 名 3-6 歲 智能正常 自閉症光譜兒童	量化實驗設計 質性訪談	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 社會互動能力持續獲得顯著提升。</li> <li>2. 經驗分享成長。</li> <li>3. 彈性適應行為提升(非預期日常事件改變)</li> <li>4. 教育安置十位中有九位由特教班回歸普通班，且不需特教支持。</li> </ol>
陳麗英 (2008)	12 名 國小 自閉症光譜兒童	單組前後測 準實驗設計 質性分析	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 量化分析：(1)主要照顧者指出個案情緒穩定性增加，行為問題減少，社會化適應程度增加(2)教師表示無顯著差異</li> <li>2. 質性分析：人際互動上有具體行為變化，不適當行為頻率減少。</li> </ol>
莊珏欣 (2009)	高雄市各國民小 學資源班教師	問卷調查	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 資源班教師對自閉症學生最常運用的第四項策略為人際關係發展介入。</li> <li>2. 資源班教師對自閉症學生教學策略的教學成效均達「有一些效果」的程度。</li> </ol>
陳如凡 (2011)	1 名亞斯伯格症 及 2 名同儕 國中階段	行動研究	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能增進共同調控能力，並引發學生動機、類化效果佳。</li> <li>2. 教師可以去除僵化教學模式，與學生共同成長。</li> </ol>
王麗貞 (2011)	1 名低功能自閉 症及 1 名中度智 障同儕 國一青少年	行動研究 量化資料檢核 質性觀察 追蹤 1 年	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 有效提升個案的社會參照能力、調控能力及社交互動技巧。</li> <li>2. 間接提升個案的口語溝通能力，以口語表達主動性增加最明顯。</li> <li>3. 行為問題減少並增進情緒穩定度。</li> </ol>
林怡君 (2012)	25 名 國小四到六年級 弱勢家庭兒童	不等組前後測 準實驗設計	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 在人際發展自我評分方面，顯著優於控制組，特別在「團體基礎」、「情緒控制」及「點子」階段。</li> <li>2. 實驗組在同儕互動關係正向態度顯著優於控制組。</li> </ol>

國小資源班的研究中可知 RDI 為資源班教師對自閉症學生運用的策略之一。自 98 年開始陸續有相關的個案研究，例如：由臺師大張正芬教授所指導的論文以及由彰師大林宏熾教授所指導的論文，可知在臺灣已有不少教師注意到這項教學策略，RDI 也漸漸的被臺灣的教師或民間團體所使用。

## 陸、活動操作

本介入法共包含：六個層級共有二十四的階段，本文挑選第一階段及第二階段中較易於自然情境中執行的活動做為運用說明：

### 一、第一級-第一階段-活動三「突如其來的聲音、預料之外的舉動」

(一) 活動目標：讓學生對說話者保持注意力、互動時將專注焦點保持在同伴身上。

(二) 適用對象：注意力不易維持的學生

(三) 活動內容：活動的假設學生無法維持注意力是因為他們失去興趣，或被周遭更新奇的事物所吸引，而導致學生忽略目前活動或說話者。

這個練習時機是在於學生維持注意力有困難的時候。首先說話者要先當一個良好的觀察者，仔細觀察學生是否出現任何注意力下降的徵兆。這時要停止說話、馬上做「意料之外的舉動」，並觀察學生的反應及動作的效果。意料之外的舉動應該要很戲劇化，目的在於讓學生感到驚訝，而引起注意、變化溝通的節奏。

預料之外的舉動包括：突然離學生很靠近、做出很驚訝誇張的表情、突然跌倒、說話的聲音先變小再變大、拿手帕擋在兩人中間等，教師可以依據學生的反應再做調整。

### (四) 注意事項

1. 意料之外的舉動不可讓學生產生害怕或感到威脅。
2. 溝通時，若希望學生能更注意你的話，說話者本身要重視自己所說的每句話，學生才會重視。說話者要學會使用較少的話語來說，並且加強說話語氣，從容不迫地將話說出效果較佳。

### 二、第二級-第五階段-活動六十「行走變速遊戲」

(一) 活動目標：學生能夠與他人共同調控、並肩走路，享受協調行動逐漸改變的過程。

(二) 適用對象：無法察覺自己與他人是否步調相同的學生

(三) 活動內容：使用時機為學生因為無法察覺到自己的行為與團體不同步，而導致無法融入活動。準備工作是要先在地板上用膠帶貼出開始線、結束線以及兩條平行線。參與者包含：學生以及教練，活動可分為三個步驟：

第一步驟：「愈走愈快、愈走愈慢」教練和學生先一起數數字然後開始走路，教練要確認學生有參照教練的動作來行走，並且調整自己的步伐以保持在教練的身旁。教練確認學生了解調控速度後，再漸漸的放慢速度或加快速度直到終點。

第二步驟：「加速」一開始先清楚告

訴學生這次的任務是要緩慢地來回行走一趟。然後每次重新開始時亦要清楚說明，這次要使用比上一次稍快的速度行走，繼續練習直到學生可以在任何速度下與你保持並肩行走，然後將練習的地點移至沒有地面標示的其他場所。

第三步驟：「變換速度」一開始要清楚告訴學生你會在來回行走的過程中變換你的速度。而在變化速度時要給學生清楚的指令，漸漸地加快速度直到終點線，再分次減慢速度回到開始線。繼續練習直到能夠流暢進行整個活動，不需在行走過程中停留，然後將練習的地點移至沒有地面標示的其他場所。

(四) 注意事項：

1. 練習時，要時常確認學生是否有配合教練的步伐，而非教練配合學生的步伐。
2. 本活動不侷限於情境，且建議可以在自然情境中練習，例如在逛大賣場、接送上學的途中。
3. 此活動亦可搭配節拍明確且漸快的音樂來執行可以增加其趣味性。

## 柒、結論

人際互動為學生學校適應重要的課題，更關係著融合教育的成敗，可見人際互動的訓練實為重要。而目前新興的「人際發展介入法」雖無強勁的實證研究，但多數的研究都發現其運用於自閉症或其他社交技巧障礙的學生訓練皆有正面的成效，且其理論依據十分完備，活動設計系統化，活動準備也很簡便，可作為教師們

日常訓練自閉症學生人際互動的輔助方法之一。

## 參考文獻

- 鄒啓蓉（2004）。建構接納與支持的班級文化：學前融合班教師促進普通與發展遲緩幼兒互動與人際關係之研究。《特殊教育研究學刊》，27，19-38。
- 莊珏欣（2009）。高雄市國小資源班教師對自閉症學生教學策略運用之研究。（未出版的碩士論文）國立屏東教育大學。屏東縣。
- 謝玉英（2003）。學前發展遲緩幼兒在融合教育中人際關係之研究—一位「注意力缺失過動症」幼兒教育處遇的過程。（未出版的碩士論文）靜宜大學青少年兒童福利研究所，臺中縣。
- 陳麗英（2008）。亞斯伯格與高功能自閉症兒童人際互動團體諮商方案之研究（未出版的碩士論文）。國立臺灣師範大學教育心理與輔導學系，臺北市。
- 陳如凡（2011）。人際發展介入方案對亞斯伯格症學生共同調控能力的影響（未出版的碩士論文）。國立臺灣師範大學特殊教育學系，臺北市。
- 王麗貞（2011）。低功能自閉症青少年人際發展介入方案之行動研究（未出版的碩士論文）。國立臺灣師範大學特殊教育學系，臺北市。
- Gutstein, S. E. (2005)。解開人際關係之謎：啟動社交與情緒成長的革命性療法（歐陽佩婷、何修瑜，合譯）。臺北

- 市：久周。
- Gutstein, S. E. (2007)。兒童人際發展活動手冊：以遊戲帶動亞斯伯格症、自閉症、PDD 及 NLD 孩童的社交與情緒成長(林嘉倫歐，譯)。臺北市：久周。
- Gutstein, S. E. (2007)。人際發展活動手冊：少年、青少年與成人版(黃嫻琚，譯)。臺北市：久周。
- Gutstein, S. E. (2005). Preliminary evaluation of the relationship development intervention program. *Journal of Autism & Developmental Disorders*. Retrieved from <http://www.wesd.org/journals/Files/Research/Preliminary>
- Gutstein, S. E. (2009). Relationship development intervention: Developing a treatment program to address the unique social and emotional deficits in Autism Spectrum Disorders. *Autism Spectrum Quarterly*. Winter, 8-12
- Gutstein, S. E., Gutstein, H. R., & Baird, C. (2007). *Relationship development intervention (RDI) program and education*. Huston, TX: Connections Center.