

國小兒童退縮、孤立行為之診斷 與社會技巧訓練之應用

蔡順良

壹、前言

當兒童的行為表現跟他所屬團體的大多數人不同且妨礙其生活適應時，我們稱這個兒童有適應不良的行為。關於適應不良行為之分類，有幾種不同的分類系統，如就行為本身是否容易被察覺這個角度來看，我們可將適應不良行為概分為兩類，即外顯（向）性行為和內隱性（或稱內向性）行為。外顯性適應不良行為，即通稱的違規犯過或反社會的行為；這類行為包括逃學、打架、偷竊、搗亂、破壞、傷害、粗語辱罵等等。這類行為的發生，因為很容易被師長察覺，因此，比較能及時予以處理。另一類內隱性行為，顯名思義是把問題隱藏，從外表師長不易發現這類學生有問題或困擾；因此，也常被師長所忽視。這類行為，即通稱的情緒困擾或非社會行為，在學校中常見的有：退縮、羞怯、孤立、消極、做白日夢等。

基於內隱性適應不良行為不易引起注意，而且常被師長所忽略，所以，本文擬就內隱性適應不良行為中較具典型的退縮與孤立行為做為研究主題，並參照學者之研究結果，針對上述這兩種行為之評量與輔導方面，試做進一步探討，最後，並介紹適合國小兒童之社會技巧訓練內容與實施步驟，以供參考。

貳、問題行為界定與描述

一、退縮行為 (Social withdrawal)

所謂退縮行為係指導致個體逃避或避免社會接觸的一組群 (cluster) 行為。引起個體產生退縮行為的原因並不單純，因為有時可能是由於

有意的，例如選擇性的緘默（故意不和某些對象說話）；或者是因為個體缺乏社會技巧所致。這類行為，在心智遲滯者、精神病患、自閉症的兒童、成人身上尤其常見 (Millman et al., 1980)。在學校中，羞怯的學童也有逃避社會接觸的傾向，因此羞怯在本質上也是一種退縮的表現。這種退縮現象，使兒童在交友、學習、自我概念的發展以及心理適應等均受到很大的干擾。

在很多情況下，退縮行為可能會受到負增強而繼續維持下去，某些特定型式的退縮行為，它能使個體逃避或避免不愉快的社會接觸；而另有些情況，如自我刺激 (self-stimulation) 行為，因受到自我產生的增強而能持續。由此可見，個體所表現的退縮現象，它所涵蓋的問題非常複雜。正如前言所述，長久以來，在特殊教育和有關於訓練中，退縮行為並不認為是個嚴重的問題，即使在今日，一個非常安靜、無法與友伴保持積極關係的兒童，因為無外顯的問題，在教室中也不吵鬧，所以常被教師忽視。但是根據學者的研究結論，對於這類行為如不善加處理，很可能會導致極嚴重的後果。例如，可能導致日後的青少年犯罪以及成人的心理健康問題等等。

二、社會孤立行為 (Social isolation)

另一種常見於學齡兒童以及少年的社會孤立行為，則係指由於缺乏社會技巧或源於與社會情境有關的不愉快、挫折的經驗（如被拒絕、懲罰），而導致個體很少甚至不與他們的友伴或成人接觸的行為表現。基本上，社會孤立也是一種逃避或避免與社會接觸的行為表現，因此，很多時候，當我們提及某學童的行為有退縮傾向時，我們也常可發現這個學童有被友伴孤立的現象。

一般而言，學童有退縮傾向，意謂著有不良適應之療候，其行為的意義都是屬於負向的。但是社會孤立的現象，除了有消極性的意義外，在個體的發展過程中，某階段適度的社會孤立，却有其積極的意義。幾乎每一個兒童在發展的過程中，都有過與他們的友伴隔離的孤獨經驗。這種孤獨的經驗，不只是無法避免的，而且它在兒童的發展過程中也具有建設性的意義。孤獨的時刻，使得個體擁有完全屬於自己的機會去追尋興趣，增進其人格的獨特性與智慧，探索主觀的自我並追求自己的價值與目標。這種忍受孤獨的能力，在工作的訓練發展上，尤顯得重要。在某些情況下，兒童隔離友伴團體壓力的能力，對於個體的自信、價值觀以及生理健康的保護是非常重要的。因此，無論是友伴團體或是個別的兒童，都可能選擇性的隔離某些環境。如果個體毫無選擇的與他的友伴團體隔離，很明顯地將自己孤立於團體之外，則其行為所顯示的意義，應屬適應欠佳之療候。

以往的研究結果顯示：容易被友伴接納的兒童比不易被接納的兒童，擁有較多的社會知識，更複雜的推理能力以及與友伴交往時表現更多的積極性的社會行為。進一步調查發現：有些兒童長期的與他的友伴團體隔離，而且也不被團體所接納，這類的兒童很可能會使其與友伴之間的交往以及積極、友善的關係，變得愈來愈少、愈淡。因此，會喪失很多重要的社會學習機會，最後，會由於聲望因素以及社會能力的限制，使得兒童與友伴的關係侷限於被友伴拒絕或孤立的循環型態。已有研究發現：孩提時代的社會孤立或有問題的友伴關係，能預測青少年時期社會的和情緒的適應問題。另外，也有研究顯示：在青少年時期低程度的友伴接納很可能在其九歲或十歲時就已經開始了。由此可知，國小學童的社會孤立問題應及早予以重視和處理，以免貽害日後，造成更嚴重的問題。

綜合以上的描述可知：兒童過度的羞怯、退縮以及長期的與社會隔離或被友伴團體孤立，均意謂著個體可能有適應上的困擾，教師在教學的過程中應隨時細察，一旦發現，應及早處理。以

下，筆者擬綜合學者專家的研究結果，分別就問題行為之診斷及其實施步驟以及輔導策略，加以說明：

叁、問題行為之診斷

一、退縮行為之評量

教師或輔導人員運用各種不同的方法來評量兒童的退縮行為，而這些評量的方法包括：運用各種標準化的測驗，使用直接觀察以及社會計量法。其中，教師提名或退縮兒童的轉介，被認為是在確認退縮行為上最有價值的方法之一（Hops & Greenwood, 1981）。在問題行為的診斷上，柯爾和尼爾森（Kerr & Nelson, 1983）認為當我們懷疑某個學生的行為可能有問題時，寧可假定他有問題，甚於假設只是偶爾出現這種行為；因為未被發現的問題，可能會導致學童長期的困擾。柯爾和尼爾森並指出對於退縮行為之評量，可依下列五個步驟進行。今分別說明如下：

步驟一：甄選

運用標準化測驗或有關的行為檢核表，交由學生的老師、父母以及學校輔導人員填寫，並參考學生之軼事記錄，綜合評析後，甄選出可能有退縮傾向之學生。

步驟二：問題界定與社會測量

運用社會測量的方法，能提供班級教師有關學生在友伴團體中相對地位的資料。要求班級中每一位學生自班級中選出自己最喜歡和他在一起工作或玩或做為好朋友的同學。在這種情況下，退縮的學生可能很少有人會選他做為好朋友。為了讓班級中每一位學生都能被考慮到，我們可以採用評量表型態的社會測量。這種評量表的實施方式是：提供每位學生每人一份包括全班同學的名單，並要求每位學生根據「願意和誰一起工作或遊玩」這個標準，就全班每位同學（自己除外），以第一，第二，第三之優先順序，逐一加以評量。對於較年幼之兒童可以個別方式約談學生，並提問以下三個問題：(1)那些人是你的朋友？

(2)你喜歡的同學有那些人？(3)那些人你不喜歡？
一直到名單上每位學生都被評到為止。

由社會測量法所蒐集到的資料，我們可以用社會關係圖表示個體在團體內被接納、拒絕或孤立的情形。當我們要分析社會關係圖時，應考慮下列之事項：

1. 有那些學生完全被摒除在評選之外，換言之，是否有學生完全沒有被選到？如果發現有這種現象，應考慮自己所使用的社會測量，是否容許這種完全的排除出現？如否，但確有這種情況發生，是否表示有學生未按規定評選？
2. 那些學生很明顯地得到其友伴負向的評選？
3. 那些學生普受歡迎，可做為好的友伴模範？

除了上述的考慮以外，使用者更應明白：社會測量法未必能提供非常可靠的資料。已有研究指出：以社會測量法得到的反應資料和在教室中實際觀察到的友伴間的交互作用情形，未必有相關存在（Gottman, 1977）。儘管如此，對於那些對班級團體有關資料知道不多的教師，社會測量的評量法仍能提供有用的訊息。

步驟三：直接觀察精確目標

在教室中評量社會行為最好的方法，就是蒐集直接觀察的資料。這種資料在實際處理學生退縮行為之前，可以幫忙解答許多重要的問題，諸如：

1. 該學生的退縮行為之蔓延性如何？
2. 這個兒童是否有偏好的活動、教材或遊戲設備，可藉以建立輔導方案？
3. 這個兒童是否較喜歡和某位同學在一起？
4. 這個學生的退縮表現是否和班級活動有任何關連？
5. 這個學生是否具備與別人交往的技巧，或者是需要教導一些基本的社會技巧？
6. 在自己的班級中是否有許多學生可以用來協助發展他們的社會交互作用？
7. 關於為了增進學生的社會關係所做的校外活動計畫方面，對於學生的家長，可做那些建議？

直接觀察之資料蒐集，不但有助於解答上述之問題，尤其是在瞭解學生與別人交往的頻繁情形、交往的對象與活動方面，亦能提供很好的訊息供教師作有關之決策或修正、改變輔導對策之參考。

經由直接觀察的結果，如果發現學生的問題是由於技巧的缺乏，則老師的任務在於決定這個學生缺乏什麼技巧，並有系統地將技巧教給他。許多表現退縮和在社會情境中表現欠當的學童，多被認為是由於缺乏基本的社會技巧的結果。因為沒有這些基本的技巧，無論你或其友伴對他的問題有多瞭解，該學生在社會情境中也不可能有太多的成功經驗。另外，也有些學生似乎並不缺乏這些基本技巧，但和別人的關係也不見得很好。在這種情況下，老師對問題的分析，應進一步考慮以下幾點：

首先，確定是否有某些障礙，妨礙了社會交互作用。例如，教室環境的配合是否限於獨立的工作。一旦發現障礙，應即設法排除，並製造利於社會交互作用的機會，給予適當的增強。

其次，進一步的觀察和分析是否學生想與他人交往的意圖受到懲罰。例如，這個學生的鄰座同學喜歡欺凌弱小，戲弄別人或整個班級對這個學生有消極性的反應。另外，我們也知道有些情況是成人對於兒童社會化的笨拙意圖，以批評或耻笑的方式加以懲罰。例如，我們常可聽到「那麼笨」、「那是不對的」或「你怎麼那樣說呢？」，諸如此類的批判、責怪，其後果抑制了兒童進一步的社會化企圖。如果是這種情況，那麼懲罰的策略應該更換了。

再其次，有一種可能是學生的社會孤立行為受到增強。這種情形有幾種可能性。第一種可能是孤立的行為如果能避免不愉快的經驗，則這種孤立行為將得以持續，這種情況可以說是以另一種形式來說明社會交互作用的行為也可能會受到懲罰。第二種可能是人們無心地增強了孤立的行為。第三種可能是學生可能從事比社會接觸更具增強作用的自我刺激行為（self-stimulatory behavior）。這個問題常見於嚴重殘障的學生身上。除了上述三種可能的情形以外，對於學童的

退縮表現，還有一種可能，那就是個體所表現的與社會接觸不相容的行為得到增強。學生可能會有某種舉動，而這種舉動減少了與別人接觸的可能。例如班級中喜歡欺負弱小、戲弄別人的學生常是不被友伴歡迎。但是這類行為却因導致別人強烈的反應，而受到了增強。不幸的是，這類學生却因此而喪失很多學習以更適應的方式與別人交往的機會；惡性循環的結果，終將造成學童的逃避社會接觸。

最後，還要分析學童的退縮表現是否因這類行為能幫助個體逃避或避免社會接觸而繼續維持。長期退縮的學童很少有機會學習適當的社會技巧，而這些社會技巧兒童通常可在與別人的接觸中學得各種不同的表現方式。長期的退縮會造成進一步的社會孤立，這種後果，教師應有心理準備，並早做防範。

步驟四：經由社會測量與直接觀察監視問題的進展

霍伯斯和格林渥（Hops & Greenwood, 1981）認為單以社會測量法測量學生在社會化行為方面改善的進步情形，其所得到的資料並不十分可靠。但若將社會測量與直接觀察兩種方法併用時，社會測量技術對於輔導方案之評鑑則能提供有用的資料。雖然經由這兩種方法所得到的資料，並沒有很高的相關，但却被認為是在測量社會狀態中的不同層面。社會測量提供相對社會地位的資料，而直接觀察關心的是個體與別人交互作用的型態和比率的資料。直接觀察的好處，除了較便於運用外，同時也提供連續性資料，作為每日決策之用。我們希望老師在擬定個別學生之輔導目標以及策略時，能將上述這兩種方法納入其中。

二、社會孤立行為之評量

如上面所提到的，長期的退縮會導致社會孤立。同時也提到：個體有選擇的與社會中某些團體隔離，這種社會孤立有時具有積極的意義，但這並非本文之討論重點，因此，以下僅就具消極性意義的社會孤立行為提出討論與說明。

（一）瞭解社會孤立現象之起源：

柯爾和尼爾森認為社會孤立行為源於個體缺乏社會技巧或因與社會情境有關的不愉快的挫折經驗累積，造成個體不敢與友伴或成人接觸的結果。歐登（Oden, 1980）也認為個體的社會孤立和社會接納之起源，似乎是始於兒童早期與其友伴和家人的關係之經驗。而關於家庭方面的研究並不多，大部分的研究都集中在兒童與其友伴環境的關係。研究結果指出：個人的身分特徵（personal status characteristics）和社會應對能力（social competence）是個體在友伴團體中是否被接納的兩個決定因素（Oden, 1980）。今分別說明如下：

1 社會技巧和友伴環境

關於社會技巧的界定，說法不一。康姆斯和史拉比（Combs & Slaby, 1977）對社會技巧所下的定義是：「在某一社會環境中，以一種能被社會所接納的行為方式與別人交往的能力，而且這種表現能使個體獲益，人已互相獲益或只益於他人」。由上述之定義可知，社會技巧是個體處理社會應對之能力，這種能力能促進個體與他人之間積極的人際關係。至於兒童的社會技巧，我們可以根據兒童對於各種不同情境、環境背景以及關係中，什麼是適當、有效的行為表現方面所具備的知識以及應用這些知識的熟練程度來加以評量。正如前面所提到的，社會技巧缺乏是不易被友伴接納的重要因素之一。已有研究指出（Ladd & Oden, 1979）：較不被友伴接納的兒童，對於其友伴的價值觀以及行為規範，似乎也比較不瞭解；而且他們所提供的意見，也比較不受到友伴的重視。同樣地，我們也可以從兒童在學校或班級中與另一個人之間的關係來檢驗其社會能力，至於兒童在友伴團體中的地位，我們可以從到底有多少兒童接受他或和他一起參與活動並考慮這些關係的持續性以及品質（例如，積極的趨近、友善以及互惠等等）來加以評量。

到目前，關於社會能力與友伴接納之研究結果，在社會能力應具備到什麼程度及具備那些社會能力才能被友伴接納方面，並不十分明確。因

為有研究指出：很多時候，個體之所以缺乏社會能力是由於個人身份特徵的因素而不被接納所導致的結果（Singleton & Asher, 1977）。這些個人特徵例如聽起來怪異的名字或外表不吸引人等等。像這些不被接納的兒童，有的是因為缺乏社會技巧，但有的却只是缺乏參與的機會。有的兒童在與友伴建立積極關係方面缺乏社會技巧，但有的只是在某些社會情境中缺乏社會技巧。因此，當我們要瞭解個體被友伴接納與孤立的來源時，應該注意社會情境與社會行為之間的關係。

2 個人身分特徵與友伴接納：

正如上面所提到的，兒童缺乏社會技巧，有時是因為個人特殊屬性的特徵，限制了兒童參與友伴活動的機會而導致的。這些個人的身分特徵包括：日常使用的方言或語言、性別、學習能力、心智遲滯、肢體殘障、外表以及姓名（包括諧音）等等。有些兒童因個人特徵因素在班級中並不受同伴歡迎，其實他們並不缺乏社會技巧。雖然在某些友伴團體中被孤立了，但仍有許多環境（如鄰居、家庭中或特殊的團體中），足以促進他們的社會技巧之發展，所以這些兒童並不缺乏重要的社會技巧，但是他們的社會發展機會，仍然受到限制。

國外有個研究的結論，很值得我們作為警惕，他們發現：教室的活動能促進不同種族的男女生之間在積極的友伴關係方面的交互作用；但是有些個人身分特徵（如文化背景、成見等）却是排斥的基礎，一旦受到這些因素的影響，即使有心想改善，效果也是有限的（De Vries & Edwards, 1974）。換句話說，當社會環境並未應行為而改變時，即使教兒童社會技巧，它的長期效果，也是很有限的。所以單只是提供普通的領域和活動，並不能自動地使兒童相互接納，然而訴諸兒童的善意，提供陳腐的意見，也是短視的。雖然在國內並無種族歧視之問題，但是不同的家庭環境背景、社經地位或一些家長的特殊成見，是否也會影響到兒童之間的和諧，教師在設計社會技巧訓練時，是否已事先考慮或警覺到有那些因素可能會影響到社會技巧訓練的效果，

應如何控制或處理？以上這些問題是很值得我們深思的。

綜合以上兒童社會技巧和個人身分特徵與友伴接納之關係的說明可知：兒童是否被友伴接納，友誼的建立以及彼此的交互作用並不直接與兒童所具有的社會知識和技巧有關。兒童在友伴團體中相對的接納和孤立，很顯然地與個體所具備的社會知識（例如：如何與別人交朋友，如何引起別人的注意等）、應用社會知識的技巧以及個人的身分特徵等三個因素有關。

(二) 友伴關係的評量：

歐登（Oden, 1980）認為要想對兒童的友伴關係做一適切的評量，應該以友伴關係發生的環境背景做為評量之焦點，而且可從以下三種主要觀點，即友伴的觀點、成人的觀點以及兒童本身的觀點，蒐集有關兒童之社會技巧及友伴關係的資料，提供給教師、父母及學校輔導人員做為輔導學生之參考。研究者通常係以社會測量法、觀察法以及個別晤談等三種方法獲得上述三種主要觀點的有關資料。這三種方法與前面所提關於退縮行為之評量實施步驟內容相近，在此僅做一些補充：

1 社會測量法之運用

關於社會測量法之運用，有兩種基本形式：一為限制選擇或提名，另一為將選擇對象列成名單，並根據某一問題或向度，逐一加以判斷之評量問卷。

當我們想瞭解某一個兒童在班級中誰是他最好的朋友以及澄清那一個不是朋友時，我們可以用提名方式的社交測量。另外，也可以用這種方法讓兒童標明在全班中，對那一個同學感到興趣，想和他做進一步之認識，老師並可藉此給予適當的安排活動的指導。採用提名的方法，可以得到下列兩種資料：(1) 某一個兒童在不同的友伴團體中提名別人以及被其他同學提名的總數。由這個資料可約略看出：不同的友伴團體對這個兒童的看法如何。(2) 由同學間彼此互選的情形，瞭解班級中有那些小團體存在。有了這些資料，老師

才能考慮如何打破這些隔閡，並讓他們彼此間能做朋友。由以上可知：要想瞭解兒童的整個友誼關係，我們須從三方面加以探察即(1)相互提名的情形，(2)提名別人的情形，(3)被其他同學提名的情形。

關於評量表形式的社會測量法，有以下幾種特色：(1)可以計算某一兒童對其他同伴評選分數的平均以及這個兒童被其他同伴評選分數的平均；(2)計算班級內各小團體的平均分數；(3)計算全班的總平均，並據以選擇那些與平均數差距太大的學生，做為進一步觀察的對象。但在應用上有一點需要注意：有些兒童從大部分的同儕處得到很低的分數，但卻從一些同儕處得到高分，因此提高了他的平均數。像這類評選的學生，可能具有特殊意義，但老師却不易從平均數的差距上發現這類學生；(4)被每一個同儕評低分的兒童，在社交評量上很容易發現；(5)可看出班級中學生評選分數的分佈情形；(6)可以得到互選的分數。不論是限制選擇的提名方式或評量表形式的社會測量方法，在使用上都要很小心，對於結果要保密，以免兒童受到責難或蒙上污名。

2 觀察法的應用

關於觀察法的應用，在前面已有詳細之評述，其有關之重點與應考慮之事項，仍適用於社會孤立行為之評量，故在此不另贅述。

3 個別晤談方法之應用

應用前述之社交測量法，我們可以得到有關兒童在友伴團體中相對地位的資料；經由對兒童的直接觀察，我們可以瞭解兒童在友伴團體中的實際行為表現以及互動過程的有關資料；而應用個別晤談之方法，我們可以瞭解兒童對其所處情境的主觀知覺、意見和問題以及用以表達概念所使用的語言種類。個別晤談的方式有很多種，教師應視其與兒童之關係與所扮演之角色選用適當之方式。一般而言，以會話方式或非正式的形式為宜。

綜合以上的說明可知：要想評量與診斷兒童的社會孤立行為，首先要對兒童之所以會發生社

會孤立現象之起源有所瞭解，其次，才是學習有效地運用社交測量技術、觀察法以及個別晤談等方法，深入地瞭解兒童之友伴關係，做為進一步擬定輔導策略之準備。

肆、社會技巧訓練之應用

綜括以上對兒童退縮行為與社會孤立行為之討論與分析，似乎可發現這兩種行為表現在本質上都是逃避或避免社會接觸，但兒童被友伴孤立，似乎是兒童長期的退縮演變而成的結果。很多學者認為導致兒童退縮或被孤立的主要因素之一，乃是由於個體缺乏社會技巧。因此，社會技巧訓練常被運用做為幫助具有這類型問題之兒童的主要策略之一。因為兒童未必在他所處的所有社會情境中，都會有適應上的困擾，也不一定完全缺乏社會技巧，因此，在設計社會技巧訓練之內容和結構時，應根據兒童發生問題的特殊情境以及所缺乏的社會技巧種類等，研擬適合兒童需要的訓練方案。以下將分兩部分來說明社會技巧訓練之應用。

一、關於社會技巧之說明

兒童早期社會知識和技巧的學習，主要來自於其父母和其他成人對於其參加社會活動時所提供的行為示範，語文方面的教導、鼓勵以及回饋等。兒童缺乏社會技巧的原因很多，也許是社會技巧的教導不夠，也許是不能充分運用資料，缺乏機會嘗試新的行為，也有可能是因為遊戲中別人的回饋不充分的結果。根據歐登和艾席爾(Oden & Asher, 1977)的研究發現：運用社會技巧訓練教導三、四年級被孤立的兒童，在增進其社會知識、技巧以及獲得友伴接納和友誼方面，很有幫助。在歐登和艾席爾的訓練方案中，共有五次的訓練活動，而每次活動都由三個主要部分組成：

- 1 個別指導與說明：每位兒童均由一位成人個別地就有關社會技巧內容給予口頭說明與指導。
- 2 提供練習的機會：當兒童接受個別指導以後，緊接著讓兒童與另一位選自班級

中具有能獲得適度接納的同學一起玩遊戲，使兒童有機會運用他所學到的社會知識和技巧。

3. 個別的複習：在遊戲之後，每位兒童再由同一個的成人就指導的內容給予複習，並就剛才與另一個同學在一起玩遊戲的表現，給予回饋。

歐登認為社會技巧訓練的內容應由社會技巧的概念和行為範例所組成。他認為應包括下列四個重要的社會技巧概念和範例：

概念一：參與 (participation)

範例：對活動的投入與專注、盡力而為的表現。

概念二：合作 (cooperation)

範例：輪流玩遊戲、能與他人共同使用遊戲器材、對遊戲有問題時能提出建議、對遊戲規則不同意時能提出變通辦法。

概念三：溝通 (communication)

範例：能與另一個人談話、自我介紹、談論與遊戲有關事項、詢問有關遊戲的問題、當別人在講話時能傾聽、能注視別人看他在做什麼。

概念四：友善、有趣和親切 (friendly-fun-nice)

範例：給與別人一些關注、當別人有好的表現時能給予讚美、能對別人微笑、必要時能提供建議或協助、能適時鼓勵別人。

二、社會孤立行為之評量

社會技巧訓練之實施，包括以下三個主要步驟：(1)說明社會技巧的概念及有關規則。(2)提供練習或行為演練的機會。(3)對於新學習的表現給予回饋。

社會技巧訓練除了能給予兒童認知上的教導外，最重要的還是在於它能提供練習或行為演練的機會，讓兒童在無潛在威脅的情況下，將他(她)所聽到和看到的有關行為上的指導和建議，實際付諸行動表現出來，驗證行為建議的可行性

和有效性，並藉另一個人的反應及有經驗的教師之回饋，重新修正自己的行為。關於社會技巧訓練之準備與實施，歐登 (Oden, 1980) 提出了六項實施指南，今分別說明如下：

1. 選擇一項主要內容：

根據上述的一、兩種行為評量的技術，選出兒童所欠缺或急需具備的社會技巧，做為主要的目標行為 (target behavior)，例如合作的行為。

2. 組織所選定的行為內容：

內容的組織要前後一致，而且所使用的語言要配合兒童的發展水準。對較小的兒童宜使用較簡單的語言以及較具體的例子，並借助一些較生動的道具 (如木偶、卡通畫像)。

3. 準備訓練活動：

(1)在每次活動之前，訓練者 (老師) 都要複習一下這次活動要對兒童說些什麼，即要教導他們那些概念。如果能事先準備活動脚本可能會有幫助，但最好將它記起來，以便能在現場以自然流利的方式呈現。

(2)事先準備一份有關社會技巧的行為範例，以便在活動時參考。這些行為範例還可擴及包括在活動中兒童所提出的適當例子。

(3)每次活動只要集中注意一、兩項社會技巧的概念就很夠了。

4. 基本的訓練技巧準備：

這些基本的訓練和教導的技巧包括：知道如何以積極的方式維持兒童的注意和興趣，對兒童的行為表現加以積極的反應以及行為管理的基本技巧 (例如越軌行為之限制)。

5. 選擇活動與參加者：

社會技巧訓練可以在班級的正常活動中實施，也可以在一種被家長或老師認為很可能具有積極意義的新活動或遊戲中實施，此外，社會技巧訓練也可以與有關之課程活動配合實施。至於參加者之選擇也應加以考慮，如果將兩個長期敵對的兒童配對在一起學習新行為，那是很不智的安排。

6. 準備遊戲後的回饋與複習：

(1)教師的回饋應該是積極的、有建設性的，

其目標在於幫助兒童在社會技巧的語言概念和行為制定之間形成聯結。

(2)對於兒童所提該概念之積極的例子以及關於社會技巧的推理和應用，應該給予肯定。例如說：「對，就是這樣」；而對於不適當、消極的例子應該給予再指導。例如說：「不是那樣，那不是“合作”的例子，你覺得“輪流”如何？它是合作的例子嗎？」

爲了讓讀者對於國小實施社會技巧訓練之程序有更明確的認識，以下筆者所要介紹的，乃是根據Oden & Asher (1977)的訓練方案中所採用的實施程序，希望對有心想嘗試實施社會技巧訓練之教師提供具體的活動架構。

Oden & Asher (1977)的社會技巧訓練共有五次訓練活動，在前一、兩次或三次的活動中，對於四個社會技巧概念（即參與、合作、溝通和友善有趣親切）均依序分別加以說明。而在每次的活動中，對於每一概念的說明均依下列九個步驟進行：

- 步驟一：提出概念（例如合作）
- 步驟二：探察兒童對這個概念的知識並請兒童舉例說明。
- 步驟三：重複和演練兒童所舉出有關該概念的適當例子，並糾正那些不適當的例子。
- 步驟四：探察兒童對相反的概念及例子的瞭解。
- 步驟五：重複並演練兒童所列舉的例子，並澄清那些不是與所提概念相反的例子。
- 步驟六：就兒童的觀點，探察其所提之概念的例子及反例子之社會後果的瞭解及推理。
- 步驟七：檢查兒童是否記得每一個概念的一、二個例子，複習每一個概念並建議那些未被提及或記得的例子。
- 步驟八：建議或指導兒童在緊接的遊戲活動中將所教導的一些意念嘗試著把它表現出來。
- 步驟九：告訴兒童在遊戲後的複習階段將要做些什麼並說明所教導的意念將做討論以決定這些意念對兒童是否有幫助。

至於第三次到第五次的活動重點是只針對那些兒童無法瞭解或無法記憶的概念再加以訓練和複習。當兒童對於所有的概念都很熟練時，訓練者將集中焦點於運用上述的主要步驟實施班級遊戲活動的說明與指導，例如訓練者問：「在班級中有那些遊戲或活動，你可以跟別人一起玩？」以及「在你與別的同學一起參加的遊戲活動中，那些行為是合作的例子？」等等。

在社會技巧訓練之應用方面，歐登提醒訓練者不要對兒童過分的注意，否則，兒童不但未能受到訓練的好處，可能反而受害。另外，歐登也提到：當兒童參加完社會技巧訓練後，應有機會讓他們與成人（老師）做一些討論，這也可以視爲兒童對老師或這個訓練活動的回饋。在學校中實施社會技巧訓練，如果能有助理老師、助理，輔導人員或父母的協助，那麼訓練的效果可能會更理想。

伍、結論

本文撰述之主要用意，乃是希望我們國小的教育同仁能秉著教育愛之熱忱，重視班級中那些外表文靜、不善言辭表達、內向、羞怯、退縮和常被友伴孤立的學生。用心去瞭解他們的需要與問題，給他們應有的關懷和幫助。國小兒童的社會發展良好與否關係著其日後的社會生活適應，而且受友伴之影響也很大；幾乎每個兒童都很有意是否能被友伴接納。雖然兒童在社會發展的過程中，多少會有孤立的經驗，但是有些兒童因缺乏社會技巧或因個人身分特徵的因素，無法被友伴接納，因而導致兒童想逃避或避免與他人接觸的退縮傾向，長期的退縮，很容易演變成兒童的社會孤立。像這類的學生，在班級中從表面上，老師如果不細察，是不容易被發現的，但他們正是老師應予協助的對象。無論是退縮或社會孤立的兒童，我們可以藉著社交測量、直接觀察或個別晤談等方法自班級中，將這類型之兒童甄選出來，並對其問題行為加以評量，蒐集有關資料，做爲研擬輔導策略之參考。許多學者認爲無論是退縮行為或社會孤立的行為，大多是由於兒童缺乏適當的社會技巧所致，因此，在預防與治療策

下轉（35）頁