

淺談學校使用桌遊輔導身心障礙學生 提升人際適應能力

曾玟瑾

嘉義大學輔導與諮商學系碩士生

一、前言

學校是人際互動頻繁的小型社會，但由於身心障礙學生擁有與眾不同的身心特質，使得他們在社交場合、人際適應方面有不同於一般人的困擾。有時學校為了輔導身心障礙學生的適應問題，會進一步設計許多活動來幫助他們建立良好的社交互動能力。

二、桌遊的盛行與應用

臺灣坊間有越來越多桌遊主題餐廳興起，店家標榜桌遊有助益智潛能開發以及休閒的功能，事實上大部分的桌遊可歸類為規則性遊戲，規則性遊戲對參與者的社會化發展有其助益，王芯婷（2012）在其研究中曾提到桌上遊戲中的規則性具有社會性意義，包括輪流等待、共同制定與遵守的規則、符合團體規則下的競爭或合作，以及能力展現。也因為桌遊具有方便性及彈性，不少家長會購買桌遊當作娛樂，許多教師也選擇將它應用在課堂中，Crews（2011）提到遊戲可以促進批判性思維和問題處理，而桌上遊戲提供機會讓學生可以應用他們學習到的概念，透過與課程搭配的遊戲，教師有機會在讓學生玩遊戲的同時培養學生的各項能力。

三、身心障礙學生人際適應困擾

現行臺灣推行融合教育，融合教育結合不同類型、不同障礙程度的兒童，進入普通班教育環境中，所有學生以相同標準安置（張如杏，2018）。也因為與普通生同儕有大量的接觸機會，擁有特殊身分者更容易在社交上多一份膽怯，根據身心障礙及資賦優異學生鑑定辦法（2013），身體病弱（health impairment）的孩子罹患疾病、體能衰弱、需要長期療養，他們的身心狀況也會影響學習活動，而除了因疾病影響學習活動的特殊生外，部分學生是因自身障礙而限制其發展社會技能，例如智能障礙（intellectual disabilities）為個人之智能發展較同年齡者明顯遲緩，且在學習及生活適應能力表現上有嚴重困難者；自閉症（autism）是因神經心裡功能異常而顯現出溝通、社會互動、行為及興趣表現上有嚴重問題，致在學習及生活適應上有顯著困難者。這些孩子都需要有更多促進互動的機會。

另外，情緒行為障礙（emotional and behavioral impairment）的學生，長期情

緒或行為表現顯著異常，嚴重影響學校適應，此類學生包含注意力不足過動症（ADHD），因其擁有與眾不同的身心特質，使得一般人大多不會主動與其接觸，也因此他們的在校生活相對較封閉，人際方面的碰壁也較一般生多，是故教導社會技巧對他們來說十分重要。

一個人的人際適應好壞與其是否能妥善運用社會技巧息息相關，此種在人際情境中與他人交往的能力，即是社交技巧（social skill）（Argyle, 1983），對個人的生活、適應與學業發展有重大之影響。同儕接納的觀點認為，社會技巧是指可以讓他人接納或歡迎的行為；行為的觀點則由行為習得的原理，解釋社會技巧是指可以增進個人獲得社會增強及減少受懲機會的行為；由社會效度所定義的社會技巧則為可以改善個人與他人關係的行為（洪麗瑜，2002）。而關於學生參與社交活動及人際適應的情況，林寶貴(1997)提到當人面臨新環境時總是會有新的適應考驗，而身心障礙學生可能因為障礙的原因，使得適應問題更為明顯。

四、學校使用桌遊輔導學生的實例

許多學校老師會將桌遊設計成團體或個人的遊戲，藉此與學生培養感情，進一步達到教學或諮商的目的，桌遊若是運用得當，可幫助參與者學習課程知識或社會技巧，且有助於生理、心理及社會的全面發展。

在教學現場案例中，鄭蕙萱（2022）將桌遊融入於團體輔導的方案，在桌遊的挑選上，根據學生的認知能力挑選、適時簡化較困難的規則以利進行，從開始期建立安全感與信任關係，到結束期時成員能給予彼此回饋與肯定，嘗試把在團體中的學習與收穫帶入生活中。由上述可知，桌遊能依據學生特質、程度不同來改編玩法，或是做多種用途，桌遊進行時，會與同儕產生大量的互動以達成遊戲目標，且比起傳統的學習方式，桌遊更能引起學生的興趣，尤其是易在學習上感到挫敗或是專注力不足的特殊生。

而關於運用桌遊教導或輔導特殊生的實例，許珮芸（2008）在其研究中設計一套適用於國小 ADHD 兒童的紙盤遊戲，探討紙盤遊戲團體方案對國小 ADHD 兒童不適應行為的輔導效果，發現對降低國小 ADHD 兒童的過動程度具有顯著的輔導效果。辜詩婷與洪榮照（2016）自製及改編市售的桌遊，融入高職選擇性緘默症學生的社會技巧課程，盼提升其溝通能力，研究結果顯示該生眼神接觸比率有明顯提升，也開始嘗試肢體回應與表達，顯示桌上遊戲對其表現有正向的影響力，可以提升其與人互動的意願。鄭慶俞（2022）以桌遊帶領學生了解合宜的團體人際互動，用具體、淺顯易懂、舉例的方法教導智能障礙學生，幫助其了解何謂職場性騷擾。桌遊能夠如此盛行並廣泛被使用在學校、家庭之中，代表其有一定的效果。

五、結語

綜合上述，運用桌遊來配合課程的進行或是諮商、輔導有需要的個案是常見的做法，而桌遊的種類眾多，同一種遊戲也能夠彈性地制定不同的規則、使用不一樣的玩法，因此桌遊不受限的特性能促進不同的輔導效果，針對各類個案進行一對一或一對多的教學、輔導。身心障礙學生普遍存在社交困難情形以及人際適應問題，本文希望能達到呼籲、關心的效果，為學校教師將來運用桌遊作為輔導諮商之媒介時提供參考及建議，能透過本文來了解桌遊的實用性，及其運用在教學、輔導諮商領域的作法及現況。

參考文獻

- 王芯婷（2012）。桌上遊戲運用於兒童培力團體之初探。社區發展季刊，140，94-106。
- 身心障礙及資賦優異學生鑑定辦法（2013年9月2日）。
- 林寶貴（1997）。大專院校設立資源教室的歷史背景與哲學理念。大專院校資源教室輔導手冊－邁向公元2011年。臺北市：國立臺灣師範大學特殊教育中心。
- 洪儷瑜（2002）。社會技巧訓練的理念與實施。臺北市：臺灣師範大學特殊教育學系。
- 張如杏（2018）。特殊教育概論。臺北市：紅葉文化。
- 許珮芸（2008）。紙盤遊戲團體方案對 ADHD 兒童輔導效果之研究（碩士論文）。取自<https://hdl.handle.net/11296/hgdh3u>
- 辜詩婷、洪榮照（2016）。桌上遊戲融入社會技巧課程在提升高職選擇性緘默症學生溝通能力之成效研究。障礙者理解半年刊，15(2)，41-64。
- 鄭蕙萱（2022）。桌遊媒材應用於兒童團體輔導－實務經驗分享與省思。教育研究與實踐學刊，69(1)，39-46。
- 鄭慶俞（2022）。高職部智能障礙學生職場性騷擾防治的重要與實踐。性別平等教育季刊，97，124-128。
- Argyle, M. (1983). The psychology of interpersonal behavior.

Harmondsworth:Penguin.

- Crews, A. (2011). Getting Teachers on “Board”, Knowledge Quest , 40(1) ,10-13.

