

身心障礙兒童動作教育

吳 純 純

一、遊戲與體能活動的重要性

多數學者都認為遊戲對情緒及行爲異常兒童很重要，大部分都利用遊戲做爲診斷兒童發展狀況或治療的手段。並有很多學者專家都覺得透過遊戲的學習，可以很自然的獲得一些日常生活中必備之技能。假若兒童的遊戲能力提高了，即可參與有高層次遊戲規則之競賽活動。例如從發展的過程來看，兒童從個人遊戲到並行遊戲、小組遊戲、球隊對抗等各種遊戲型態的轉形中，就很自然的獲得學習社會技能的機會。正常的兒童不需要特別的指導，就很自然的學會了遊戲方法。但在這裡所提的情緒—行爲障礙兒童就不一定有這種情形，不過若能對多數的兒童在組合配對遊戲中能夠給予特別的指導，兒童即能玩得更好。雖僅是自由的遊戲可能沒有終始，但對遊戲發展的側面卻是非常瞭解，因此進行遊戲活動時必須有計畫的設計課程。

一般來說，情緒—行爲障礙兒童常有不喜歡參與身體活動的傾向，但是我們不要認爲兒童參與體能活動即可直接消除其情緒—行爲障礙的問題，那是不可能的，不過減輕其障礙現象是有可能的。尤其在很多體能活動方面，需要與同伴共同活動或學習社會性行爲，是可減輕情緒—行爲障礙兒童的問題行爲，因此可善加利用。遊戲的教育治療理論學說甚多，現就以佛洛依德學派的精神醫學觀點來說，利用遊戲指導時應注意那些事項：

1. 可利用競賽、運動或遊戲來消除兒童的攻擊性及活動的需求，達成社會的接納性行爲。
2. 團體性的體能活動及運動遊戲，可使退縮自閉的兒童參與同伴的活動，不會有躊躇表現之功能。
3. 遊戲或體能活動不僅在認知學習時利用，日常生活中也具有相當多的樂趣。因此不是只限於兒童們的活動，大人的參與可能會獲得意想不到的效果
4. 體能活動可培育兒童正確的身體意識及自我概念。
5. 參與遊戲活動可能獲得新的技能及成功的經驗，對提高兒童的自信心及自我評價有很大的作用。
6. 體能活動是促進社會性、情緒—行爲的發展最適當之學習基礎。若有優良的

指導者，即可將情緒—行為障礙兒童的問題行為轉移為社會接納性行為。

7. 兒童參與體能活動較能控制其注意力。讓兒童專心於活動，即不易受無意義的刺激所誘惑，注意力比較容易集中。
8. 體能活動是讓兒童嚐試實現生活最好的場所。

二、身體·運動能力的表現特質

有關身體、運動動作影響情緒障礙雖有很多論說，但到目前為止尚缺乏實證性的研究。也有很多的研究，針對感情、行為及智能運用身體·運動機能的各種要素，以很嚴密而獨立的要因來處理，但未見成功。同時在各研究者中，也有人將情緒障礙做為智能不足兒童的一種特徵。概括的說兒童既使有情緒障礙，但在同一年齡的兒童其身體·運動的能力也會顯現出多樣性。很多的研究中指出，每個情緒障礙兒童的基本能力差異都很大，而在團體中其身體的成熟度都顯示比正常兒童低下。例如 Fait (1972) 及 Sherrill (1976) 指出智能不足者的身體適應程度非常的低。

不過 Webb (1972) 則主張情緒障礙兒童的身體·運動沒有遲緩的現象。在身體的協調性方面 Dewey (1972) 指出，自閉症兒童對此能力的發揮顯現多樣性。Poindexter (1969) 的研究發現情緒障礙者其肌力、敏捷性、速度、協調性、以及平衡能力的成績都比正常者來的低落。

臨床的觀察研究也指出情緒障礙兒童的知覺—運動能力低於正常兒童。Moran, Kalakian (1974) 報告中指出情緒障礙兒童常在空間或時間的知覺上有問題。Poindexter (1969) 用 Kephart 的普度知覺—動作調查的結果，明確的顯示出情緒障礙兒童的成績比同年齡的正常兒童低。

問題行為的兒童，其身體·運動動作的成績顯現低下，可能與其問題行為所引起的二次性原因有關係。我們可看到身體·運動能力受到影響情緒障礙兒童其一般特徵常有非合作的、而有攻擊性行為。這些兒童的攻擊行為可能是在與同伴、或老師之間的關係上發生問題。事實上兒童也很想遵守團體中的規則，但是無論如何都無法做好，最後就常一個人單獨在玩。其攻擊性行為常會在與同伴共同進行活動的小隊對抗或團體活動中發生。這種傾向若成慢性化時，可能會妨礙教師的教學活動。

多數的情緒障礙兒童都會選擇環境的刺激，並與其相互作用而衍生問題。例如自閉傾向的兒童，若與環境接觸失敗，即不會有自發性的活動或與學習相串連，動作產生緩慢而不熟練。這些兒童也沒有積極與人類環境或物質環境相

牽連產生關係的傾向。他們有如生活在貝殼中，根本不需要與外界有瓜葛。同樣的情緒障礙兒童也有很多沈默寡言、退縮行爲的兒童、因此他們在體能的活動中幾乎自動自發的參與活動之意願也逐漸消失。其他也有因接受環境刺激過多，無法集中注意力，因此在體能活動時就增多困難的情形。

很多的兒童由於參與這種運動活動的失敗，即離開同伴，並對做活動產生厭惡感。由於他們對運動活動沒興趣，也不願參與活動，因此在技能的學習也無法產生動機，更無法感受到成功的喜悅感，動作教育的活動指導就陷入了惡循環的狀態。

三、動作教育的活動內容

情緒性行爲的問題常會受到運動力的表現程度所影響。有些兒童表現出參加運動活動的喜悅感，期待快樂的來臨。但有些則表現討厭或逃避的現象。一般情緒障礙兒童其身體運動能力都比普通兒童遲緩一、二年，因此在公共場所我們可看到他們與其年小的兒童在一起活動並玩得很快樂。還有對兒童因障礙而引起的種種問題或需要，指導時就必須特別的加以注意關照。例如對退縮、畏懼的兒童爲讓其能加入小團體，就需要有社會性的活動演出。對有重度情緒不安傾向的兒童，應儘量避免競爭性的活動及極端活潑的活動，必須由輕鬆的活動來緩和氣氛，使兒童精神能夠安定。所以對情緒性問題的兒童，必須依照每個兒童的能力設計合適的課程，並以吸引兒童的興趣之方法來進行指導。尤其以身體的協調性動作、平衡能力、及基本的運動技能等的活動爲主。更重要的是情緒障礙兒童常在知覺一動作上呈現出問題，因此特別強調這類活動的重要。具體的說，希望透過共同的競賽、運動、玩水、韻律運動、遊戲等活動來設計課程，除此以外以訓練爲主的治療體育也是有效的，不過一般兒童若有參與競賽或自己喜好的活動之動機，當會有好的成績表現，也就是不能忽視兒童的學習動機。

鬆弛活動及溫水游泳池中的水上活動，對過動、情緒不安以及攻擊性行爲的兒童都有效果。還有對自閉症兒童的閉鎖之性格，可利用游泳的活動給予更多的刺激，多數的兒童在游泳的活動中可以獲得成就感，結果使他更能確定信心，並且對其他活動也產生積極的參與配合之意願。除此以外要消除情緒障礙兒童的過多攻擊性行爲，就必須設計活潑並對其他兒童沒有危險性的活動，例如球棒打壘球、踢足球、用拳頭打吊袋、或推、拉、扭、投擲球等。這些活動的有效性是希望以動力的精神醫學理論爲基礎，利用社會性的接納方法來指導

兒童。

同樣的，為減少精力過多的活動，指導者經常都儘力的讓兒童使勁參與活動到身體感到疲憊為止，然後再使其平靜。這是從生理學的觀點來看，盡量讓兒童感受更多的刺激，呈現興奮狀態，不過要使其平靜好似無法達成。

情緒行為障礙兒童的動作教育計畫，特別強調促進社會性的活動。如退縮畏懼的兒童就應慢慢的誘導其擴大與他人的相互關係，感受與同伴共同合作的成就感，或在需要團隊合作的活動中，實際的將社會性適應能力能夠發揮作用。我們必須安排有男女共在一起的共同休閒活動，培育與異性之間應有正確的關係。由這些活動衍生的社會性發展雖然表現得並不顯著，但確實是讓兒童體驗。

現在我要特別強調遊戲與休閒活動的重要性，學前或小學低年級兒童應提供兒童學習基本能力，並能與同伴一起遊戲之機會。讓兒童在小團體的活動中獲得成功，逐漸培育其信心是很重要的。

透過動作教育的自我表現或由舞蹈、模仿、遊戲以及含有解決問題過程的創造經驗，不僅是促進身體運動的發展，同時對促進情緒的發展也是有效的。

有極度自閉傾向的兒童要參與同伴的團體活動或競賽運動是有困難。對這類兒童需要有競爭性的強烈活動或精細運動、協調性運動。不過勉強的去實施這些活動，可能兒童就會產生挫折感。所以培養兒童能夠自動自發的參與活動，需賴教師的介入。還有在指導的內容需要有結構性的設計，從自己為中心的遊戲開始到平行遊戲、小團體活動等遊戲方式逐漸進展。

四、動作教育的啓示

情緒障礙兒童的指導除了應有的指導課程外，應增加休閒活動、體能活動、尤其是給予動作經驗之課程對兒童的指導有效如前面所述。然而以往的指導多偏向臨床之治療，學校、或各治療教室也非常期待有好的效果。但在這種情況下，我們要知道所有的兒童都顯示不同的發展模樣，對某一兒童有效的方法不見得對另一兒童有效。因此教師必須會統合心理學、行為學派、發展學、教育學、以及生態學等學理來對應每一個兒童。以下就以賦予兒童動作經驗時應注意的事項歸納說明：

1. 兒童可獲得成功經驗的課題列舉出來並付逐實現。

一般指導情緒行為障礙兒童時，大多因為過去的失敗經驗致使很難與新的課

題相配合。所以儘可能的透過活動，由成功的經驗來提高適當的自我概念及自信心。

2. 指導內容應有系統的發展，有計畫的進行。

為使成功的經驗確實內面化，指導內容必須有計畫。因此內容應包含運動競賽、遊戲等要素，促其參與活動。

3. 學習環境儘量以能持續集中兒童的注意力為結構化來設定。

結構化的學習環境是自己比較容易預測掌握兒童行為，也是確保情緒—行為障礙兒童的安全所需要的。這種學習環境也隨著活動的型態變化而改變。

4. 有時也需要教師的統制。

兒童有無法控制自己的行為時，教師必須能夠透過指導抑制兒童的行為。某種教師主導型的方法對兒童可能是有效的，但極端的命令主義之方法可說根本是無效的。

5. 儘量強調正增強的鼓勵

有時會有負增強的效果情形，其行為的變化結果大多數為疑心、退縮、畏懼、敵對行為等產生非適應性行為效果。

6. 課程內容需要反復的再確認修正

大家都知道為使學習持久，利用反復再確認是有效果的。情緒障礙兒童的學習，不外是活動為長期性的、指導必需是持續性，所以必須要落實才有效果。

7. 將兒童喜好的活動做為報酬，適當的給予增強是有效的

假若兒童參加不甚喜歡的活動時，此時的報酬就以別的喜好活動作為交換的條件。

8. 不要忘記目光要瀏覽全體兒童之表現，不能只注意某些兒童的行為

指導的兒童人數愈少愈好，教師較能注意每個兒童，也能配合兒童的需要進行指導。兒童人數過多時，可徵求義工的協助。

9. 教師常保冷靜及穩定的態度

教師對兒童的行為產生恐慌、表示緊張不安情形，也容易招致兒童過度興奮、情緒不安定的現象。假若教師情緒穩定而冷靜，即能使兒童安心的在輕鬆的氣氛下快樂的活動。

- 10.有效的給予適當的刺激，減少不必要的注意，防止注意力散漫教師必須事先瞭解兒童對何種刺激能夠集中注意。過動的情緒障礙兒童，若環境刺激太強烈反而會增加其過動之行為，因此必須瞭解兒童適當的行為情形。
- 11.指導時採多樣化的感覺模式
學習時若能適當的應用視覺、聽覺、觸覺、肌肉感覺等多種感覺，效果將會提高。
- 12.兒童分組學習時，應顧慮其與同伴之關係
分組時應將彼此較好的、或同質的兒童放在同一組內。
- 13.實施動作教育活動時，可給予每個兒童一塊壘包，做為兒童活動的基地全體兒童都要實施動作教育活動時，為讓兒童有安全的感覺需要有自己的活動的場所。可在地板上用膠帶貼「X」，或在地面上畫圖，還可用椅墊等。壘包是開始上課、受課以及緊急事況的避難所、也是各種活動的基地。
- 14.讓兒童能夠實際表演技能，效果更佳
兒童在同伴的前面表演技能時，即可讓兒童知道注意如何接納社會性之規則及禮儀。
- 15.注意兒童活動的安全，應抑制身體的活動到最小限制
在這種情況下，比較積極好動的兒童就比較有正常的表現。但是這種身體活動的抑制與體罰不能相提並論。
- 16.兒童與教師共同在混亂中摸索解決問題
如小團體的休息時間或活動變更等，教師與兒童若沒有互相溝通，當會陷入單方向的指導。
- 17.活動前需要周全的準備
包含活動的準備事物、兒童行動障礙的瞭解。教師準備不充分時，常會疏忽兒童的安全，反遭兒童的不信任。
- 18.教師應冷靜的反省本身的職責
對情緒性的、行為障礙兒童能夠積極的給予兒童信心的教師，將會受到肯定與尊重。例如活動中無法將氣氛引出時，教師在兒童的面前說：「好好玩」，來刺激兒童的興趣，迎合兒童的需求。教師不但要扮演導演的角色，有時也要當演員。期待教師具備這種資質能力以滿足動作教育的需求。