

62-13

肆、生活照顧篇

肆、生活照顧篇

接受在家教育的學生基本上的學習方式和大部份學生沒有差別，只是需要老師多花些心力去設計與執行教學方案來幫助他們學習和成長。這些學生通常被稱為特殊兒童，而針對特殊兒童所發展的教育理論即是特殊教育。本文試就特殊兒童的需求，特殊兒童的課程設計教學，特殊兒童的居家生活照顧及家庭輔導等方面去探討，期望對在家教育的巡迴教師有所助益。

一、特殊兒童的需求

每一個人，包括特殊兒童，都有學習的需求，社會和情緒的需求，以及身體和健康的需求。只有滿足這三項需求時，個人才能健康愉快的生活。學習的需求又可細分為思考、合理化能力，判斷及應用新知識。社會和情緒的需求則包含感覺、情緒、自我發展和人際關係。至於身體和健康的需要則可分為身體的生長和成熟，大小肌肉能力的獲得及各種感官的發展。特殊兒童由於他們不同的學習特徵和障礙程度，可能會暫時或終其一生無法滿足前述三大需求。但如能給予適當的幫助，他們仍然可有認知、感情及身體發展的潛能。表一列出不同類型特殊兒童的學習特徵及最主要被影響的能力和最需要協助的需求，巡迴教師可從本表中獲得一個完整概念，而擬出一個介入方案的基本架構。

在擬訂介入方案時，可依據表中各類特殊兒童的障礙部份及主要被影響的生存技能、最迫切的需要三方面來決定如何幫助其父母或照顧者來指導他們學習。不過有些孩子他們



被影響的生存技能是無法完全恢復的，因此教師應忽略其被影響的技能，而儘量發展其未受影響的潛能。

二、特殊兒童的課程設計與教學

安置在家教育的特殊兒童，大部份是重度發展障礙的兒童，他們在肢體、智能及行為上都受到很大的限制，他們的成長和學習都非常遲緩，即使對一般人而言非常容易的事，如吃飯、上廁所，他們都必須花很長的時間來學習。在過去，我們常忽視這群兒童，都認為以他們的能力是無法學習任何技能的，事實上不管這些兒童的障礙程度有多嚴重，他們仍然可以學習一些特殊的技能。巡迴教師擬定課程時，應以訓練發展特殊技能為主要學習重點，亦即基本技能，如基本溝通、控制大小便、自己進食等。而非智力或學業的課程。巡迴教師應先評估兒童的學習特徵和障礙程度和兒童的需要訂定教學目標設計教學（介入方案）。

（一）個別化教學設計（基本的、共通的原則）

- a. 注重功能性：功能性的技能是指該兒童在目前與未來的自然生活環境中所會用到的技能。
- b. 教材活動必須適合學生的生理年齡而非智力發展的年齡。
- c. 多與無障礙的人來往、交流。
- d. 長期訓練目標是希望他們能在社區中生活、工作，儘可能不需依賴他人。

（二）教學原則：

- a. 先清楚瞭解學生目前所具備的技能，即兒童現在已經會的技能。
- b. 對於所要教的技能必須具體的界定、描述。

- c. 把要教的技能分析成一些更小的技能，並且按照所需學習的順序安排好。
- d. 巡迴教師必須將所要教的技能讓學生及家長或照顧者知道和瞭解，並且提供清楚的教學程序。
- e. 巡迴教師必須讓學生知道他做的對不對（對家長亦然），如果正確應立即給予增強，如鼓勵。若不正確，必須再次提供正確的方法再教一次，而避免使用懲罰的方式。
- f. 多給兒童自己練習的機會。
- g. 時時注意兒童的反應，是否進步了？以瞭解是否要改變方法教學。

(三)教學步驟：

巡迴教師在決定教學內容時，應依循以下五個步驟。

- a. 把課程內容分類於以下四個領域中：
 - ①家庭生活。②休閒娛樂。③社區生活。④職業技能。
- b. 確定兒童所需學習的技能，目前或未來會在什麼樣的環境中操作。
- c. 把以上之環境再細分為許多小環境。
- d. 在各小環境中決定相關之活動。
- e. 決定各種所需之技能使其能參與各個活動（相關活動）。

以下就「祖母的家」為例說明：

1. 臥室：

(1)準備睡覺：

- ①找到臥室。②進入臥室。③脫衣。④把衣服放在應放置的地方。⑤找到睡衣。⑥穿上睡衣。⑦找到床。⑧拉開被子。⑨上床。⑩蓋上被子。

(2)起床／穿衣

- ①下床。②找到及選擇要穿的衣服。③脫下睡衣。④把睡衣放好。⑤換上衣服穿好。⑥整理床。⑦離

開臥室。

2. 浴室

(1) 刷牙／洗臉：

①找到浴室。②進入浴室。③找到洗臉槽。④拿取牙膏牙刷。⑤刷牙。⑥把牙刷牙膏歸位。⑦找到洗臉毛巾、洗面皂。⑧洗臉洗手。⑨把毛巾、洗面皂歸位。⑩離開浴室。

(2) 梳頭：

①找到浴室。②進入浴室。③找到梳子。④照鏡子梳頭。⑤把梳子歸位。⑥離開浴室。

(3) 上廁所：

①找到廁所。②走向馬桶。③掀開馬桶蓋。④拉下褲子。⑤坐上馬桶且儘量靠背坐。⑥排便（大便或小便）。⑦用衛生紙擦淨屁股。⑧按水沖淨馬桶。⑨拉上褲子。⑩洗手。⑪離開廁所。

三、居家生活照顧

特殊兒童由於發展障礙的影響，使他們比一般兒童需要更多的引導來發展一些自我照顧的技巧。有些重度發展障礙的孩子，因長期臥躺床榻，自我照顧的技巧可能需仰賴他人的協助（部份或全部），因此照顧者需具備豐富的看護常識，細心、耐心的教養殘障兒，使他們快樂的、健康的學習和生活。

(一) 居住環境：

A. 臥房需光線充足，通風良好，且溫度與室溫適宜。

B. 盡量避免樓上的房間，可避免照顧者上下樓的辛勞，同時遇到必須移動兒童到樓下時也很不方便。

- C.臥房布置應注意到兒童的需求與舒適，兼顧看護者的方便，更應保持清潔，避免滋生蚊蟲。
- D.床鋪應選擇大小合適、高度恰當，且注意安全，必要時加護欄。
- E.被子宜輕軟、吸汗、及易於清洗的棉織品。
- F.多準備些軟硬、形狀、大小不同的枕頭，以供支持身體各部位使用。最好採用較易清洗的。
- G.床上支架：為使臥床或可坐起的兒童在床上活動，或促進姿勢的舒適及血液循環良好，可利用家中廢棄的紙箱做成各種支架；如靠背架，床上桌等。
- H.床頭或易於操作的位置最好裝一個按鈴，兒童需要幫助時可按鈴通知照顧者。

(二)個人衛生：

發展障礙兒童的衛生習慣培養與正常兒童一樣不可忽視，有良好的衛生習慣，可增進身體的健康。長期臥躺的兒童更應細心、耐心的照料，使兒童看起來像常兒一般，更討人喜愛。因此漱洗更衣、沐浴、洗頭、修剪頭髮和指甲……等是日常生活中的重要課題。

A.口腔衛生重點在於刷牙和飲食管理。

- a.刷牙：在何處操作及採取何種姿勢，應依兒童的能力及障礙限制之範圍而定，只要輕鬆愉快的進行即可。良好的操作位置應該能夠穩定兒童頭部和身體。

- ①可用撐口器幫兒童張開嘴。（撐口器可利用幾根冰棒棍或壓舌板，套上紗布或橡皮圈製做即成）。
- ②為了操作上方便可改變一般牙刷的把柄。許多家庭中的小東西都可用來改變牙刷把柄，使兒童方便握拿，刷起來更有效。如兒童的手活動範圍有缺陷，則應加長牙刷的刷柄予以彌補。達到清潔口腔目的

即可。

③臥躺的兒童需要照顧者幫他刷牙、步驟如下：

△要求兒童把嘴張開（或用撐口器）。

△持續張開嘴五秒鐘。

△照顧者刷其左上半牙齒。

△讓兒童合上嘴休息一下。

△再張開嘴、重覆上列動作，直到牙齒全刷乾淨。

△漱口杯靠近兒童的嘴，讓他低頭或側一邊躺漱口，幫他擦淨嘴。

b. 飲食管理：減少攝取易造成蛀牙之食物。

c. 必要時可向牙醫請教口腔衛生問題。

B. 洗頭：可利用床上洗頭槽操做（長期臥躺者）。

C. 沐浴：床上擦拭或利用輔具操作（如沐浴椅、止滑墊、浴室扶手把等）方便而省力。

D. 如廁：如一般馬桶無法使用者，可用馬桶椅、馬桶墊、馬桶加高器；臥躺者可用小便壺、尿袋、便盆等。現在市面上也有坐輪椅使用的便盆，坐在輪椅上即可操作、很方便，可免抱兒童上下之累。

E. 移動：移動對重度肢障的兒童最非常重要的工作之一。重度肢障者經常需要搬動他，移動他，及把他固定坐於或臥於一處以完成其他課題。家中的擺設必需注意。以下是移動兒童的簡單程序。如此兒童知道大人要做什麼，並在此程序中教導兒童放鬆肌肉，以免肌肉畸型惡化。

a. 接觸：碰觸兒童，告訴他你要移動他。

b. 溝通：用適當的語言或手勢告訴他，你要帶他上那兒去。

c. 預備：要求兒童放鬆肌肉，這樣你才好搬動他。

- d. 搬起：若他此時躺著，先把他移動成坐姿，且儘量靠近床沿，然後把你的手臂繞著他的背，另一隻手放在他的膝下，再搬起他。
- e. 移動：當移動他時，將他的臉部面朝向外側而非朝向搬動者，如此他可看到他要去的地點。
- f. 重新安置：將他放下，重新安排他的姿勢，然後進行下一活動，並告訴他下一活動要做什麼。這裡應特別安置的方法，擺位要對稱、較穩定、且儘量像正常人的姿勢，這樣不但好看、且討人喜歡。
- g. 一個姿勢不要持續太久，以免因不舒適而造成肌肉緊張、疲勞。

日常生活中各種姿勢都要注意擺位，不可忽略，重度肢障者的肌肉原本就畸型，如加上長期臥躺及不正確的姿勢，他們的肢體問題可能會更嚴重。因此家長或巡迴老師應配合專業物理治療師找出最適合這個兒童的運動方式、及挑選適合這些兒童的輔助器材如助行器、輪椅、三角椅、站立架、矯正鞋、矯正鞋墊、身體支架……等。且儘可能及早設計出一些教導程序以教導這些兒童，以期他日後可能獨立完成一些基本技能，如自己吃飯、上廁所……。

四、特殊兒童的家庭輔導

家庭是在家教育兒童的學習場所（教室）。巡迴教師對特殊兒童的家庭瞭解，有助於輔導對象介入方案的達成。瞭解特殊兒童的家庭，可考慮下列幾個層面。

(一)家庭結構：瞭解家庭成員的多寡，各個成員的特質、文化背景、價值觀和信仰對殘障兒的影響。例如一個成員多的家庭，殘障兒可能沒有一個固定的場所可以做為父母親或照顧者指導學習的地方。一個終日在外忙於家計的父親，照顧教養殘障兒的責任可能全落在母親的身上。

(二)家庭成員的互動作用：評量家庭成員的互動作用可分下列三點來說明。即凝聚力、變通力和良好的溝通力。

A.凝聚力：指家庭成員間的親疏關係。

B.變通力：是指家庭的穩定性和應變緊急情況的反應。

C.溝通力：是指家庭成員間的開放程度。

一個功能健全的家庭，是一個能夠保持家庭成員間在凝聚力、變通力和溝通力三個層面上取得平衡的家庭。表二就凝聚力、變通力及溝通力各舉一例說明其影響殘障兒教學輔導成效的因素，以為巡迴教師教學之參考。

(三)家庭的功能：家庭要能提供各個成員的需求，以表三說明家庭所需具備的功能。瞭解兒童家庭後，巡迴教師在擬定課程教學設計之初，就應先評估①兒童家庭作息及住家環境設施。②瞭解父母對兒童的期望及需要幫助的地方（經濟的、社會的、子女間的、殘障兒等的需求）。③介入方案儘量生活化。④不要增加家庭功能的過多負擔。⑤可讓家庭所有成員參與輔導殘障兒學習。⑥協助

家庭去滿足發揮家庭功能的需求。

(四)家庭壓力源：家中有一個發展障礙的成員，對家庭產生的壓力，包括（她）他的父母、兄弟姊妹以及整個家庭的整合，對父母的影響，不只是他們每天照顧上的身、心問題，還有來自他們與人互動上所帶來的社會與情緒上的負擔，還有額外的醫療負擔等。巡迴教師了解家庭壓力來源後，教學過程中，也應列入排解壓力源的輔導。

巡迴教師對特殊兒童需求、課程教學設計、居家生活照顧及家庭輔導有了初步的概念，對其在家自行教育工作的執行，應有所助益，且勝任愉快。



表一

特殊類別	障礙部份	主要被影響的生存技巧					最主要的需求		
		溝通	自我生活能力	移動能力	人際關係	思考和學習	學習	社會—情緒	身體—保健
智能不足	認知障礙	×	×		×	×	×	×	
學習障礙	認知障礙	×			×	×	×	×	
溝通障礙	認知或生理	×			×	×	×	×	
情緒障礙	感情障礙				×	×	×	×	
聽覺障礙	感官障礙	×				×	×	×	
視覺障礙	感官障礙		×	×		×	×		
身體和健康障礙	生理障礙		×	×					×
嚴重多重障礙	多重障礙	×	×	×	×	×	×	×	×

表二 家庭成員互動作用的評量

凝聚力	母親以發展障礙兒童為中心，全力關懷照顧，久之忽略家中其他成員，導致成員間關係疏遠。
變通力	一個低變通力的家庭，可能無法接受其已長大成人的發展障礙成員離開家庭到另一個團體家中。而一個高變通力的家庭，可能因沒有負責做決定的人而產生混亂的情況（因人人都可以改變）。
溝通力	一個開放而誠實的溝通，有助於解決家庭的衝突和解決問題。

表三 家庭需具備的功能

家 庭 功 能		
經 濟	身 體	休息和恢復體力
有收入	買食物和準備食物	個人和家庭的娛樂傾向
付帳單和存錢	買衣服和準備衣服	暫時放下工作
處理投資	保持健康	發展和享受嗜好
保險	安全和保護	
獲得零用錢	交通	
花費	房屋的維修	
社 會 化	自 我 定 義	感 情
與人的關係	建立自我認同和自我形象	養育之愛
發展社會技巧	認清優勢和弱勢	同伴關係
	歸屬感	親密關係
		表達感情
引 導	教 育	職 業
解決問題	父母親的成人教育	職業選擇
建議與回饋	學校功課	職業道德和發展
形成基本信仰和價值	家庭功課	職業興趣和問題的支持
傳遞宗教信仰	文化的了解	