



談到社交思考能力的訓練，在研究及文獻的臨床例子中，都是集中處理高智能的自閉症及亞氏保加症人士。但在筆者的臨床經驗中，除了以上的對象外，對一般社交技巧及情緒控制較弱的孩子都見其果效。

很多時候，有些孩子無論甚麼事情，都會大發脾氣，表現出不恰當的情緒行為。這是因為他們並未能分析問題的嚴重程度，解難能力弱，最重要是未能理解自己及別人的感受，做出損人又不利己的行為。當然很多家長會嘗試跟他們分析及教導他們處理方法，但往往未能達致果效。言語治療師會為有需要的孩子進行系統性的想法解讀訓練，同時治療師會把引入的思考過程、步驟視覺化，讓孩子能容易掌握所學。

有系統及循序漸進地學習思考

- 1) 在孩子生活中，先找出常見的處境問題。
- 2) 孩子需學習分析問題的嚴重程度——是大件事或是小問題。孩子在1-10的嚴重程度量化尺子中，把目標的事件與其他的事件作比較。透過訓練，孩子慢慢學會適當地辨識事件的嚴重程度。

- 3) 孩子需了解事情如何影響自己及別人的情緒。
- 4) 訓練孩子配對情緒及事件的嚴重程度。如小問題應該表現出小小的情緒行為反應。孩子更須從動作、表情、聲量、語氣及說話內容等項目，具體地調適自己的小情緒、大反應。
- 5) 學習冷靜情緒的方法。
- 6) 想出及討論不同的解決方法，分析哪個辦法對自己及別人能帶來正面的情緒反應。

運用不同的處境問題、類化思考模式及步驟，透過角色扮演，強化所學。



問題發生了

1. 停一停
2. 冷靜
3. 想一想
4. 分析問題大小
5. 想出辦法
6. 給予適當的情緒反應
7. 實行解決方法
8. 向家人/老師分享事件及心情