

重度身障生 上下樓梯訓練

●生活自理教學策略 文／李明洋

開學第一天，老師發現小宏的小腿多出幾處瘀傷，與家長聯繫後才知道，是因搬家造成的。

原本舊家位在大樓內，小宏平常都是搭電梯上、下樓，新家是兩層樓透天厝，必須經由樓梯上、下樓，這對原本走路不穩，又鮮少爬樓梯的小宏來說，無疑是項嚴峻的考驗。每當上樓梯時，小宏總會伸手要求大人攙扶，不然就會躊躇不前，即使用手扶欄杆，步履也相當緩慢，一不留神還可能踩空跌倒；下樓梯情況比上樓梯更嚴重，非得大人全程攙扶，否則就會蹲在樓梯頂嚎啕大哭，不肯下樓。小宏的媽媽感到非常困擾，希望老師能夠協助訓練小宏獨力上、下樓。

實地觀察與分析問題

綜合小宏媽媽提供的訊息，以及實地觀察的結果，我們認為，小宏不敢上、下樓可能有以下幾個原因：

- 1.缺乏正確的技能，比如沒有專心看著階梯、沒有用兩手扶欄杆前進、沒有將重心往前等。
- 2.家長過度保護，長期的攙扶讓小宏過於依賴他人的協助，忽略自我的能力。
- 3.缺少成功爬樓梯的經驗，使小宏獨力爬樓梯的自信心尚未建立。

當然，生理上（如輕微扁平足）及心理上（如智能障礙、不專注）的限制，在小宏上、下樓梯時多少也會有諸多不良影響。為了建立小宏上、下樓的能力，筆者和老師擬定了訓練計畫。

訓練場地布置及訓練方式

為避免影響正常作息時間，訓練計畫以早自修或下課時間進行。訓練時，以一端裁成斜邊的梯形木板作為步行板，尺寸分為低（二點五公分）、中（五公分）、高（十公分）三種高度，以及窄、中、寬三種寬距。由於上下樓梯訓練著重於高度上的變化，因此將步行板的寬距固定，僅在高度上做不同升降幅度的組合。

訓練場所為鋪有大型塑膠軟墊的知動教室。每次訓練前，老師先依照進度，將步行板拼組成訓練階梯，然後在起點位置放一張椅子，終點放一個目標塑膠籃，內裝一顆塑膠球。

訓練時，老師以手勢要求坐在椅子上的小宏起身，接著引導他在訓練階梯上前進；到達終點時，要求他拿起籃子裡的球，轉身往回走；當他走回起點時，將球交給老師，就可以坐下，並可得到一個玩具以茲獎勵。三分鐘後重複相同的訓練，反覆五次即結束當次的訓練。當小宏在步行板的訓練到達某一目標後，即帶他到實際的樓梯進行訓練，直到最後都能確實完成目標為止。各階段的訓練目標如下：

階段一 相同落差幅度階梯訓練

- 1.可以獨力上、下十個低幅度升降的階梯。
- 2.可以獨力上、下十個中幅度升降的階梯。
- 3.可以獨力上、下十個高幅度升降的階梯。

階段二 不同落差幅度階梯訓練

- 1.可以獨力上、下十個由低、中幅度升降組成的階梯。
- 2.可以獨力上、下十個由中、高幅度升降組成的階梯。
- 3.可以獨力上、下十個由低、高幅度升降組成的階梯。

階段三 實際階梯訓練

- 1.可以扶著欄杆獨力上、下樓梯。
- 2.可以不扶欄杆獨力上、下樓梯。

在階段一和階段二，老師會根據小宏的反應及進步情形，適時微調步行板的高度。在階段三，則依照小宏的狀況給予肢體上適時的協助及引導，增強其獨力上、下樓梯的意願。在各階段的訓練過程中，老師全程跟在小宏身邊，除了給予必要的引導及預防跌倒外，儘量不出手牽引。

實施成效

經過一個學期的訓練，小宏已可扶著欄杆獨力下樓，甚至可以不扶欄杆獨自上樓。現在，小宏在家裡都可以自己上、下樓，不會再伸手向父母求助，更不會蹲在樓梯頂嚎啕大哭。

教師助理員的重要性

●教師手札 文／吳宣鋒

依據特殊教育設施及人員設置標準的規定，學校身心障礙學生人數，每二十人設置一名教師助理員（paraprofessional），未滿二十人以二十人計。由此可知，教師助理員對於特殊教育工作的重要性。但不少人對於教師助理員的工作內容及應負的責任不是很清楚，以至於在日常工作及任務分配上會有許多不同意見。

以下就教師助理員所應扮演的角色，提出幾點建議：

在教學現場方面：教師助理員屬於半專業人員，在教師進行日常教學活動時，可以在旁邊協助進行分組教學的指導，同時也可以協助教師進行形成性及總結性的評量。平日的教具製作與學生行為觀察，都可以協助或是提供建議，尤其是對於有需要正向支持的學生更形重要。在進行校外教學時，更可以協助教師講解內容，管理學生秩序與維護安全。

在日常照顧方面：身心障礙學生常因心智功能的發展遲緩或是生理功能的限制，造成生活自理上發生困難。此時教師助理員可以協助並指導其如廁、盥洗、穿衣、整理儀容、用餐、餵食等照護工作；下課時間更可以協助教師注意學生的互動情形與預防意外事件的發生。

在親職教育方面：教師助理員可以協助教師與家長做聯繫與溝通；在家庭訪問或是個別化教育計畫會議時，陪同教師與家長做深入的談話，了解學生平日在家的生活情形。藉由這樣的機會，了解學生平日照顧所需注意的事項，包括學生的身體狀況、特殊疾病、生活習慣，喜好或厭惡的增加物等，這些對學生的照顧都是有幫助的。

在學生輔導方面：教師助理員平日與學生極為親近，跟學生的關係亦師亦友。許多孩子願意將心事與教師助理員訴說，此時，教師助理員就可以從中了解學生的狀況。若遇有需幫助的情形，可告知教師，讓教師進行後續相關輔導，確

實做好三級預防工作。

在自我增能方面：教師助理員應積極參與研習，包括各類型學生的輔導策略、衛生安全、簡易急救、性別平等、法治教育等相關研習，因為這些都是平日從事教學時所必須面臨的問題。在認真工作的同時，也應該了解相關法律的規定。

我們期望教師助理員不局限於觀念的框架裡，積極從事對學生有幫助的活動，從而提升自己對於工作的認同感。