

教導身心障礙的學生自我決策技能

陳麗如

長庚大學早期療育研究所副教授

摘要

自我決策是身心障礙學生成為獨立個體的重要技能。但此技能的表現目前在我國較少積極鼓勵，其概念亦普遍模糊。本文主要在探討身心障礙學生的自我決策技能議題，文章共分三個部分，分別為自我決策的意義、自我決策技能的教導向度以及自我決策技能的教導應用。本文期望藉由對身心障礙學生自我決策能力養成的探討，引發相關人員在提供身心障礙者教育時，同時重視此一重要的課題—身心障礙學生自我決策技能的表現。

關鍵詞：自我決策、特殊教育、身心障礙學生

Self-Determination Skills For Students with Disabilities

Li-Ju Chen

Associate Professor, Graduate Institute of Early Intervention,
Chang Gung University

Abstract

Self-determination skills were important for students with disabilities to lead successful adult lives. Developing these skills, however, demanded extensive instruction time and effort by teachers and parents. In this article the author first explored the meaning of self-determination, and then went on to discuss the instruction of self-determination skills for students with disabilities. At last, the author raised recommendations to special educators.

Keywords: self-determination, special education, students with disabilities

許多學者強調自我決策(self-determination)對一般人而言是一項基本的技能,對身心障礙者成功轉銜,成為成人生活中具獨立自主的個體,更是相當重要的關鍵(Field, 1996; Field, Martin, Miller, Ward, & Wehmeyer, 1998; Wehmeyer, 1997)。1997年美國在《身心障礙者教育法案》(Individual Disabilities Education Acts)中強調身心障礙學生積極主動參與教育的原則。有學者也指出自我決策是教育的最終目標,且為廿一世紀中最重要的特殊教育議題(Palmer, Wehmeyer, Gipson, & Agran, 2004; Wehmeyer, Agran, & Hughes, 2000)。在學生的教育過程中賦予學生自我決策的能力及權益,將可以訓練學生具獨立性及自主性,為特殊需求學生接受教育的重點。

壹、自我決策的意義

一般學者均力主自我決策為學生成為獨立自主個體的重要能力。但對其內涵如何定義,並未一致。有的學者從強調選擇事件的能力進行定義,如Nevin, Malian,和Williams (2002)引用Brotherson, Cook, Conconan-Lahr和Wehmeyer在1995年資料,指出自我決策為「對於個人生活事件有選擇及決定的機會和能力」。Leggett和Bates (1996)定義自我決策為「個人思考其居住生活、工作及休閒生活相關事件並做適當選擇的能力。」有的學者則強調整體的認知及行為的表現,如Wehmeyer (1997)定義「自我決策是個人技能、知識和信念的結合,使個體得以具有目標導向、自我規範與獨立自主的行為能力」。劉佩嘉(民93)則指出自我決策係一種由了解與認識自我,進而為自己做決定,並且願意為自己負責,以達成自我目標的內在心理歷程。而Malian和Nevin (2002)則綜合指出Field及Hoffman (1994)認為自我決策有六個成分:認識自我、評估自我、計畫、行動、經驗結果及學習。自我決策至少可以

包括獨立決策與行動的層面,它可能是一項知能或表現,促使障礙者有機會也有能力掌握他們自己的生活權利。

Palmer等人(2004)另以功能模式指出自我決策具有四個特徵:行動具自主性、行為能適當地自我調節、個人的行為表現具有心理層面的權利意義以及個體的行為表現是在他自己了解的狀態下進行。個體自我決策表現是基於行動的目的及功能表現。Test等人(2004)指出增加個人的自我決策技能對於學生在增進生活品質、自我信心及在成人時具有自尊的生活表現上有很大的幫助。可知自我決策是一個能力也是一個機會,至少包括選擇事件、知識表現、行動能力、獨立自主、自我表現和計畫決策的能力(見表1),它將表現於個人生活中的各個層面,對於提升其生活品質有重要的意義。

Malian和Nevin (2002)認為自我決策具有五個意義:一、自我決策是個體發展上的重要事件;二、自我決策是個體在生態環境中生活的表現,他在個人與環境產生交互作用後可以形成新的反應,因此自我決策是可以訓練的;三、自我決策是可測量的,並且與成人成功生活具有相關性;四、自我決策是一個心理層面的特質,被視為是自主性與自我調節的特質;五、自我決策被視為是成功轉銜至成人生活的預測指標,當自我決策列入IEP或ITP中的目標,成為學校課程的一部分時,學生未來較能夠成功;六、障礙者的自我決策需要由其他人來協助增進,因此教師、家人等身邊的人必須給予機會去做選擇、鼓勵他們表達興趣與需求、協助他們面對選擇及引導他們在課程上做評估。

一般而言,學者對於自我決策的定義內涵雖然不完全相同,但是其終極目標乃為一致—在促進身心障礙者成為不依賴他人的獨立個體。

表1 各學者對自我決策的定義

	Brotherson et al. (1995) ^a	Leggett & Bates (1996)	Wehmeyer (1997)	Field & Hoffman (1994) ^b	Palmer et al. (2004)
1.選擇事件	對個人生活事件 有選擇及決定的 能力與機會	在居住生活、工 作及休閒生活方 面做適當選擇的 能力			在生活品質相關 事件上避免受到 不當的外在影響 而能做適當的選 擇
2.知識表現			個人技能、知識 和信念的結合		
3.行動能力			目標導向行為 能力	行動能力、經驗 結果、學習	
4.獨立自主			獨立自主的行 為能力		行動具自主性
5.自我表現			自我規範的行為 能力	認識自我、評估 自我	行為能適當地自 我調節、個人的 行為表現具有心 理層面的權利意 義、行為表現是 在他了解的狀態 下進行
6.計劃/ 決策能力				計劃能力	

^a摘自 Nevin et al. (2002) ; ^b摘自 Malian和Nevin (2002)

貳、自我決策技能的教導向度

儘管自我決策已被認為是重要的技能，許多研究在探討身心障礙者運用自我決策技能時，發現的結果卻令人失望。這些研究指出：一、身心障礙者經常不能自主地選擇他們的住處、他們的生涯事業、甚至是個人運用金錢的方式；二、身心障礙學生為自己行為負責的表現機會遠不如他們的一般同儕；三、身心障礙者缺乏選擇以及做決定的機會 (Jaskulski, Metzler, & Zierman, 1990; Murtaugh & Zetlin, 1990; Sands & Kozleski, 1994; Wehmeyer & Kelchner, 1995; Wehmeyer & Metzler, 1995)。劉佩嘉 (民93) 也指出重度障礙者常常有許多限制阻礙他們自我決策的表現，包括一、缺乏機會去選擇及控制；二、出現所做的選擇是否為最佳選擇的衝突；三、缺乏個別化彈性的支

持，使得需求及喜好的表現不適當；四、缺乏穩定的障礙者與支持者的關係；五、父母未表現適當的態度。於是如何提升身心障礙者自我決策技能，便成為近來探討自我決策主題的研究的一個重要層面。

1989年美國教育部特殊教育署發展各種模式方案，以提升障礙者的自我決策能力 (Malian & Nevin, 2002)。一般學者均認同自我決策能力係一項教育的結果，藉由教育訓練可以使身心障礙者於日常生活與學校學習當中，充分地表現自我，成為自我的主人 (林宏熾, 民88; Heller, Miller, Hsieh, & Sterns, 2000; Palmer et al., 2004)。自我決策為一項與獨立個體日常生活息息相關的能力，這項能力有待教育予以培養，被探討的訓練方向至少可以分為三個向度，六個重要內涵 (見表 2)。

表2 各學者對自我決策教導之內容探討

	Palmer et al. (2004)	Sands & Doll (1996)	Field & Hoffman (1994) ^a	Durlak et al. (1994)	Agran et al. (2000)	Wehmeyer et al. (2000)	Mason et al. (2004)	Johnson & Sharpe (2000) ^b
1.目標設定能力	目標設定		想像可能選擇、什麼對我重要的、建立選擇、目標設定、達目標的步驟、步驟規劃、計畫活動、採取第一步、從這裡到那裡			目標設定、自我規劃行程	目標設定	
2.問題解決能力	問題解決訓練	社會問題解決能力訓練	尋找問題的解決方法、請求朋友幫忙		指出問題、思考問題的解決方法、找出解決問題的阻礙、思考每一個解答		完成事件、進行省思	
3.自我認識／調節		自我知覺訓練	認識自己、評估自己	描述自己的障礙問題	調整為自己的狀況。	自我評估	自我覺察	
4.認知／後設認知	教導學生如何學、自我行為調整、自我監控、自我管理	後設認知、自我決策訓練	自我決策的角色式示範	訓練自我決策技能	我學到了什麼？	監控方案，自我增強、自我教導	決策的活動、自我決策能力提升重要性的認知	
5.溝通	訓練溝通技能		正向溝通、協商、衝突解決				正向溝通、協商	
6.參與教育						學生建構教學環境、在學校情境外的教學活動、參與IEP會議	學生介入IEP、學生參與IEP會議	與學生討論教育目標、學生參與IEP會議、參與IEP會議討論、提出自我決策的教學目標

^a摘自Malian和Nevin (2002) ; ^b摘自Mason et al., (2004)

一、目標設定及計劃技能的訓練

Palmer等人(2004)以問題解決能力及自我決策的報告，計劃學生自我決策的學習內容，以提升學生目標設定及計畫的技能。Sands和Doll (1996)認為一個人需要發展四個能力以提升其計畫而後達成目標的自我決策技能，即後設認知(metacognition)、自我決策能力、自我知覺(self-perception)、及社會問題解決能力(social problem solving)。

Malian和Nevin (2002)指出Field及Hoffman (1994)描述自我決策課程的十六個教學單元，包括想像可能選擇(dreaming to open possibilities)、什麼對我是重要的(what is important to me)、建立選擇(creating options)、目標設定(setting goals)、達目標的步驟(steps to goals)、步驟規劃(planning steps)、計劃活動(planning activities)、採取第一步(taking the first steps)、建立問題的解決方法(creative barrier breaking)、請求朋友幫忙(support from friends)、自我決策的角色示範(self-determination role models)、正向溝通一及二(assertive communication 1 and 2)、協商(negotiation)、衝突解決(conflict resolution)、從這裡到那裡(where do we go from here)。目標設定及計劃技能訓練的形式，主要是訓練學生能夠訂定適當的目標並且逐步達成目標的能力。

二、以問題思考為中心的訓練

Durlak, Rose,及Bursuck (1994)指導障礙者透過描述自己的障礙問題，訓練其自我決策技能(摘自Malian & Nevin, 2002)。而Agran, Blanchard,和Wehmeyer (2000)發展一個自我決策學習的教學模式(Self-Determination Learning Model of Instruction, SDLMI)，教導學生自我導向的學習，以問題訓練各種能力，包括如何設定教育目標、思考發展行動計畫及評估達成這些目標的必要能力。在每一個階段被問到四個系列的問題以訓練學生解決問

題，包括：所學的內容、調整為適合自己狀況的方法(modify to make their own)及應用到自我選擇的目標中。學生必須指出問題、思考問題的解決方法、找出解決該問題的阻礙及每一個問題的解答等(Palmer et al., 2004)。問題解決為中心的訓練主要在以問題解決訓練學生選擇、決策及達成目標，並且理解自己的優勢技能，使學生面對問題時不依賴他人而能自己做選擇，並解決問題或做適當的計畫。

三、以多向度形式的訓練

大部分的學者則從多個向度予以探討，例如Mason, Field,和Sawilowsky (2004)協助學生發展自我決策相關知識和技能，包括自我覺察、決策、目標設定、完成事件(attainment)、正向溝通、協商、衝突解決及進行省思(reflection)等等。而Palmer等人(2004)實驗認為教導自我決策應該包括：教導學生如何學、自我溝通技能的提升、問題解決、目標設定、自我行為調整、自我監控及自我管理。Test等人(2004)整理文獻指出對障礙學生自我決策的教導可以從五個向度著手，一為做選擇，二為目標設定／達成，三為問題解決，四為自我調節，五為自我覺察(self-awareness)。例如在學生參與IEP前以該五個向度事先予以訓練，以便學生參與的活動具有功能(Test, et al., 2004)。

為了使身心障礙學生學得並應用自我決策技能，學生及其教師、親人需要做一定的努力，以教育提高身心障礙學生的自我決策技能(Field et al., 1998；Zhang, 2000, 2001)。IDEA法案指出障礙學生在年滿14歲時，即應該參與個別化教育計畫(IEP)會議。在參與IEP會議或相關目標上，便應包括發展這項重要技能(Mason et al., 2004)。也就是自我決策技能已成為美國特殊教育下的重要內容之一，其發展是一個長期的過程，在障礙者的成長時期應予以有計畫地教導。

參、自我決策技能的教導應用

研究發現雖然教師覺察到自我決策的重要性，不過常不能也不知如何提升障礙者自我決策能力(Palmer et al., 2004; Test et al., 2004; Wehmeyer et al., 2000)。因此，發現存在的迷思及體認自我決策的應用實例就更加重要。

一、自我決策技能的教導迷思

對身心障礙學生自我決策技能的教導常在我國受到相當的質疑，使自我決策技能的教導躊躇不前，經常出現的包括：

(一)推托於國情的不行

認為歐美國家具有開放的風俗民情，適合對身心障礙學生教導與應用自我決策的技能；而我國民性保守，未能提供身心障礙者適當的自我決策機會，更毋須對障礙者教導。如果推託於國情的不行而阻絕障礙者自我決策能力的培養，則何須努力於特殊教育之任何工作？

(二)省麻煩的心態

在特殊教育中常聽到一句話「學生的父母保護過多，因為心疼、不信任或怕麻煩，什麼都幫孩子做，導致孩子變得更依賴，什麼都不會」。這種情形在教學情境中也常發生，而使得學生即使有能力表現自我決策，也沒有機會表現。自我決策的養成雖然要花許多的時間精力，但一旦養成，將可養成障礙學生的獨立生活能力，才是真正為父母及教師省麻煩的方法。

(三)認為教導對象有所限制

各種障礙類別及各種障礙程度的學生經過訓練之後自我決策能力均有不錯的改變，即使是重度智能障礙者也有權利及能力去做自我決策，只要配合適當的了解、教導、支持及提供機會，他們也能表現出某種程度的自我決策能力（劉佩嘉，民93；Malian, & Nevin,

2002）。因此不同障礙程度的自我決策之意義、內容等將有所不同，而非能或不能。

(四)認為自我決策技能不需教導

曾有學者認為身心障礙者自我決策的表現是決定於他人對待障礙者的態度和應對行為，而不是「教導」。事實上，自我決策技能的表現不應只有機會的提供，空有機會沒有能力，也無法達成自我決策的事件。唯有提升學生自我決策的能力，障礙者才能有機會為自己的決策做適時適當的表現。

(五)誤會 IEP 會議的參與意義

國內在特殊教育中學生參與IEP之情形相當少；即使有，其意義形式也常被扭曲。許多教師認為參與IEP即達成維護身心障礙學生的權益。事實上參與IEP的功能之一，不只在維護權益的形式，更在於藉由IEP的會議過程培養學生自我決策的態度與能力。

二、自我決策技能的教導實例

自我決策具有多元的內涵，只要教師家長把握適當的原則，則可以發現在正式及非正式的教育情境中，均有培養學生自我決策的機會。茲從定義及教導角度舉幾個範例如下，可使讀者更體會其中真義：

(一)就定義層面

1.選擇事件：障礙者為自己的生活大小事件做選擇，是自我決策最常見的做法。如為自己的婚姻、升學表達意願，或早餐食用內容形式等。藉由討論或表達能力的訓練將可以提升學生的自我決策能力。

2.知識表現：學生對於所學的內容能夠實際應用在日常生活當中，成為個人本身的生活技能。因此功能性課程是自我決策的必要訓練方向。

3.行動能力：重度障礙者自我決策的過程中，往往需要他人的協助。若在這整個過程當中，重度障礙者的行為表現具有其方向性，而

非盲目跟隨，亦即仍保有控制權，且以最大的程度參與，對自己生活上某些事情能具有影響及主導權，較不依賴他人，即是具有自我決策能力的個體（劉佩嘉，民93）。

4. 獨立自主：障礙者因為有了知識和技能，而能夠有獨立自主的表現，最明顯的是他在生活中提問題的次數明顯減少，如「老師這個怎麼做？」「媽媽，這個鹽巴要加多少？」那麼其自我決策的能力便已提升。

5. 自我表現：對於重度障礙者自我決策表現並不是在要求個人為自己的每一件事做決定，而是要他去關心自己的日常事件（Wehmeyer et al., 2000）。又如要學生參與IEP會議，如果在會議中學生很少表達意見，教師應盡可能引導學生表達，讓學生有關心自己教育的知覺或習慣，這也是自我決策的另一層意義。

6. 計劃／能力：例如引導學生對課程內容安排與討論：「下個禮拜我們要在教室前面種花，你們想種什麼？」以問題引導學生分析其中意義，表達自己的想法，則是培養學生計畫的自我決策之能力所在。

(二)就教導向度層面

1. 目標設定能力：就參與IEP而言，教師可以引導學生表達自己覺得那些問題是他的困擾，進而討論訂定目標。如：「同學都喜歡笑我！」這是覺察的課題，是自我決策的意義之一，可以依此討論訂定該生的教育目標，可能是：「處理同學嘲笑的行為」，而列入社會適應課的學期目標。

2. 問題解決能力：一個重度智能障礙者可能因為他會自己決定到7-11選擇買一粒包子，而不需要請正在上班中的母親回來為他料理。此即學生解決問題的技能，促使學生獨立生活能力的養成。

3. 自我認識／調節：例如與學生檢討為什麼他人不喜歡與自己交談。經由學生察

覺後，可能是「講話聲音太小了」，而能於未來放大音量與他人互動，即是自我決策的表現。

4. 認知／後設認知：障礙者覺察自己的任何表現狀態，如自己穿著的美醜、自己的身體健康狀態、飲食的品質等等，這些動作與習慣均是障礙者之自我決策的適當表現。例如引導學生對自己的作品做評價：學生煮了一個荷包蛋，教師引導他去批判會否太鹹，而於下次實作時做調整等等，這是管控與調整行動的能力。

5. 溝通：訓練障礙者溝通表達的能力，包括自己的想法、感覺或提出要求等，均是自我決策的表現。例如障礙學生與他人衝突時，訓練學生進行溝通，進而解決衝突問題。

6. 參與教育：例如參與IEP的過程可以提供幾個有關學生自我決策的表現，包括協助進行目標設定、自我擁護、自我調整及自我監控。Johnson和Sharpe (2000)指出教師引導學生參與IEP的可行方法，包括：與學生討論其目標、邀請學生參與IEP會議、引導在IEP會議中參與討論等等（摘自Mason et al., 2004）。

肆、結語

身心障礙者自我決策的「權利」是不可剝奪的，自我決策的真正意義在於提升學生獨立自主的能力，其意義匪淺。難怪自我決策的教導成為美國在功能性課題後一個新興的教學主軸。此能力正需要相關人員的觀點正確，只要教師家長的態度一致，共同努力，則障礙者自我決策的能力將可以真正發揮，其獨立自主的機會才能大大提高。

參考文獻

- 林宏熾（民88）：身心障礙者自我擁護與自我決策之探討。《特殊教育季刊》，73，1-13。
劉佩嘉（民93）：誰才是真正的作決定者：自我決策對重度障礙者之重要性。《特殊教育季刊》，

92, 32-36。

- Agran, M., Blanchard, C., & Wehmeyer, M. L. (2000). Promoting transition goals and self-determination through student self-directed learning: The self-determined learning model of instruction. *Education and Training in Mental Retardation and Developmental Disabilities, 35*, 351-364.
- Field, S. (1996). Self-determination instructional strategies for youth with learning disabilities. *Journal of Learning Disabilities, 29*, 40-52.
- Field, S., & Hoffman, A. (1994). Development of a model for self-determination. *Career Development for Exceptional Individuals, 17*, 159-170.
- Field, S., Martin, J., Miller, R., Ward, M., & Wehmeyer, M. (1998). Self-determination for persons with disabilities: A position statement of the division on career development and transition. *Career Development for Exceptional Individuals, 21*, 113-128.
- Heller, T., Miller, A. B., Hsieh, K., & Sterns, H. (2000). Later-life planning: Promoting knowledge of options and choice-making. *Mental Retardation, 38*(5), 395-406.
- Jaskulski, T., Metzler, C., & Zierman, S. A. (1990). *Forging a new era: The 1990 reports on people with developmental disabilities*. Washington, DC: National Association of Developmental Disabilities Council.
- Leggett, N. M., & Bates, P. (1996). Recommendations for enabling and enhancing self-determination during the transition planning process. *Focus on Autism and Other Developmental Disabilities, 11*(4), 251-253.
- Malian, I., & Nevin, A. (2002). A review of self-determination literature: Implications for practitioners. *Remedial and Special Education, 23*(2), 68-74.
- Mason, C., Field, S., & Sawilowsky, S. (2004). Implementation of self-determination activities and student participation in IEPs. *Exceptional Children, 70*(4), 441-451.
- Murtaugh, M., & Zetlin, A. G. (1990). The development of autonomy among learning handicapped and nonhandicapped adolescents: A longitudinal perspective. *Journal of Youth and Adolescence, 19*, 245-255.
- Nevin, A., Malian, I., & Williams, L. (2002). Perspectives on self-determination across the curriculum. *Remedial and Special Education, 23*(2), 75-81.
- Palmer, S. B., Wehmeyer, M. L., Gipson, K., & Agran, M. (2004). Promoting access to the general curriculum by teaching self-determination skills. *Exceptional Children, 70*(4), 427-439.
- Sands, D. J., & Doll, B. (1996). Fostering self-determination is a developmental task. *Journal of Special Education, 30*, 58-76.
- Sands, D. J., & Kozleski, E. B. (1994). Quality of life differences between adults with and without disabilities. *Education and Training in Mental Retardation and Developmental Disabilities, 29*, 90-101.
- Test, D. W., Mason, C., Hughes, C., Konrad, M., Neale, M., & Wood, W. M. (2004). Student involvement in individualized education program meetings. *Exceptional Children, 70*(4), 391-412.
- Wehmeyer, M. L. (1997). Self-determination as an educational outcome: A definitional framework and implications for intervention. *Journal of Developmental and Physical Disabilities, 9*, 175-209.
- Wehmeyer, M. L., & Kelchner, K. (1995). *The Arc's Self-Determination Scale (adolescent version)*. Arlington, TX: The ARC National Headquarters.
- Wehmeyer, M. L., & Metzler, C. (1995). How self-determined are people with mental retardation? The national consumer survey. *Mental Retardation, 33*, 111-119.
- Wehmeyer, M. L., Agran, M., & Hughes, C. (2000). A national survey of teachers' promotion of self-determination and student-directed learning. *Journal of Special Education, 34*(2), 58-68.
- Zhang, D. (2000). The effect of self-determination instruction on high school students with mild disabilities. *Louisiana Education Research Journal, 25*, 29-54.
- Zhang, D. (2001). The effect of "Next S.T.E.P." instruction on the self-determination skills of high school students with learning disabilities. *Career Development for Exceptional Individuals, 25*, 121-132.

來稿日期：95.04.19
接受日期：97.10.02