

02



栽星星活動

屏東科技大學景觀暨遊憩管理研究所、
佳峰實業社

陳捷予、南靜思、何佳樺



栽星星活動

何佳樺、陳捷予、南靜思

· 方案目標：

利用大自然的媒材進行活動以增進自閉症兒童之社交技巧。

· 參與者條件、資格及人數：

由醫療院所確診之國小自閉症孩童，依低、中、高年級及輕、中、重之障礙程度分組進行，團體總人數為 8 人以下。

· 摘要：

自閉症譜系的兒童通常有社會互動及溝通上的困難，因此有許多自閉症兒童在與同儕互動時會感受到壓力、不知所措。本方案利用大自然的材料為活動媒介，協助自閉症兒童學習(練習)社交技巧中的情緒辨識、情緒歸類與表達、遵從指示及詢問他人想法或意見，以增進自閉症譜系兒童的社交技能。

· 活動時間與長度：

由於自閉症孩子專注度有限，每週活動時間約為 60-80 分鐘，共計 8 週。

· 活動地點與設備：

國小或星星兒之家。

· 評估方式或方法：

方案前後可使用自閉症行為評估表作為整體效益評估，每次活動則使用觀察評估紀錄表。

· 材料與工具：

緒圖卡、繪本、畫筆、畫紙、花材、樹材、白膠、空瓶及專用油等。

· 方案內容說明與實施程序

1. 將社交技巧中的情緒辨識、情緒歸類與表達、遵從指示及詢問他人想法或意見，四種能力訓練分別設計對應於下列 8 週活動中，每種能力分別有 2 週的活動予以加強熟悉度。
2. 實施程序，為帶領者自我介紹同時說明活動內容，並透過不同的方式引起大家的興趣，如誇張戲劇的表情語調、展示漂亮的成品等，接著開始執行活動，當活動告一段落後會預留一些時間複習活動內容或成果展示頒獎，為整個活動劃下句點。



栽星星活動各週方案總表

週次	活動主題	活動目標	活動內容概述
1	臉譜遊戲	情緒辨識	情緒辨識是成功社交的要件。自閉症兒童通常對於他人情緒的辨識能力不佳，因此影響社交互動的能力。活動透過圖片練習辨識臉部情緒特徵，藉由植物媒材完成情緒表情特徵，增進趣味及深化對情緒辨識的記憶。
2	情緒小精靈	情緒辨識	透過圖片練習辨識臉部情緒特徵及相應色彩，並藉由畫筆及植物媒材完成不同情緒表情之色彩搭配，增進趣味及深化對情緒辨識的記憶。
3	情緒浮游花	情緒歸類與表達	自閉孩童很難表達自己的感受，活動利用視覺線索歸類情緒，幫助他們表達情緒。
4	情緒分類帽	情緒歸類與表達	自閉孩童很難表達自己的感受，活動運用不同色彩的乾燥花材，幫助他們表達歸類情緒並完成一頂巫師帽。
5	拼貼遊戲	遵從指示	自閉症兒童常出現遵從指示的問題，因而影響社交功能。透過活動協助自閉症兒童利用聽到的話語(非視覺線索)，來練習理解話語涵義並執行。
6	主題拼貼	遵從指示	自閉症兒童常出現遵從指示的問題，因而影響社交功能。透過活動協助自閉症兒童利用聽到的話語(非視覺線索)，來練習理解話語涵義並執行。
7	領結裝飾	詢問他人想法或意見	自閉症兒童廣泛存在著無法詢問或聽取別人想法或意見的問題。活動透過練習詢問對方意見的方式，製作一個領結送給對方，增進與他人的互動。
8	相框製作	詢問他人想法或意見	自閉症兒童廣泛存在著無法詢問或聽取別人想法或意見的問題。活動透過練習詢問對方意見的方式，製作一個相框送給對方，增進與他人的互動。

裁星星活動方案 (第 1 週方案表)

- 單元名稱：臉譜遊戲
- 活動次數 / 時間長度：第 1 次 / 70 分鐘
- 活動目標：情緒辨識
- 活動評估：觀察並記錄參與的兒童是否能正確辨識 4 種 (喜怒哀樂) 以上的情緒表情特徵

活動內容與時間	實施程序	設備與材料	備註
自我介紹 5 分鐘	活動帶領者自我介紹，說明活動內容。		
引起動機及活動引導 5 分鐘	活動帶領者先戴上 1 個 (有趣的小動物) 情緒表情面具，說明今天的活動，引起動機。	情緒動物面具	





<p>活動執行 50 分鐘</p>	<ul style="list-style-type: none"> ◆情緒圖卡辨識 5 分鐘 拿出情緒圖卡 4-8 張，給兒童們辨識。 ◆情緒情境練習 10 分鐘 提供每人 1 份情緒圖卡及情境，讓兒童指認自己可能出現的情緒圖卡並說出情緒名稱。 ◆情緒名稱對應練習 35 分鐘 提供 1 張沒有臉部特徵的臉，例如缺少嘴巴或眉毛。 給出情緒名稱及表現出對應的肢體情緒狀態，接著讓孩子把缺少的特徵用葉材或花材補上，製作獨特的情緒特徵 (如無法直接用葉材或花材黏上畫紙，可先用畫筆畫上遺漏的表情)。 重複前面兩個步驟，製作不同的情緒特徵臉譜，至少 2 種 (喜、怒、哀、樂)。 	<p>情緒圖卡 (每人 1 份)、缺少部分五官且沒有情緒特徵的臉部圖片 (每人數張)、畫筆、挑選過的葉材或花材、白膠</p>	<p>活動內容如情緒種類數量，須依參加兒童的年齡及障礙程度進行難易度調整</p>
<p>活動結束與回饋 10 分鐘</p>	<ul style="list-style-type: none"> ◆複習與回饋 複習情緒表情特徵。 請參加活動的兒童試著感覺一下自己現在的心情，拿出相對應的臉譜放在自己的臉上。 感謝參與並預告下次活動時間與內容。 		

栽星星活動方案 (第 2 週方案表)

- 單元名稱：情緒小精靈
- 活動次數 / 時間長度：第 2 次 / 70 分鐘
- 活動目標：情緒辨識
- 活動評估：觀察並記錄參與的兒童是否能正確辨識 4 種 (喜怒哀樂) 以上的情緒表情特徵

活動內容與時間	實施程序	設備與材料	備註
自我介紹 5 分鐘	活動帶領者自我介紹，說明活動內容。		
引起動機及活動引導 5 分鐘	活動帶領者先戴上 1 個 (有趣的小動物) 情緒表情面具，說明今天的活動，引起動機。	情緒動物面具	





<p>活動執行 50 分鐘</p>	<p>◆情緒圖卡辨識 5 分鐘 拿出情緒圖卡 4-8 張，給兒童們辨識。</p> <p>◆情緒情境練習 10 分鐘 提供每人 1 份情緒圖卡及情境，讓兒童指認自己可能出現的情緒圖卡並說出情緒名稱。</p> <p>◆情緒名稱對應練習 35 分鐘 提供 1 張只有頭部輪廓但沒有任何臉部特徵的圖紙。 根據紙上的表情情緒文字(如:快樂)，讓孩子先用畫筆畫上遺漏的表情再加上頭部葉片裝飾。 重複前面步驟，製作不同的情緒小精靈，至少 4 種(喜、怒、哀、樂)以上。</p>	<p>情緒圖卡 (每人 1 份)、缺少部分五官且沒有情緒特徵的臉部圖片 (每人數張)、畫筆、挑選過的葉材或花材、白膠</p>	<p>活動內容依參加兒童的年齡及障礙程度進行難度調整</p>
<p>活動結束與回饋 10 分鐘</p>	<p>◆複習與回饋 複習情緒表情特徵。 請參加活動的兒童試著感受一下自己現在的心情，拿出相對應的臉譜放在自己的臉上。 感謝參與並預告下次活動時間與內容。</p>		



本方案繪製



完成作品之示意圖

栽星星活動方案 (第3週方案表)

- 單元名稱：情緒浮游花
- 活動次數 / 時間長度：第3次 / 70分鐘
- 活動目標：情緒歸類與表達
- 活動評估：觀察並記錄兒童是否能利用視覺線索將情緒歸類，並利用活動媒材正確表達出自己當下的情緒感受

活動內容與時間	實施程序	設備與材料	備註
自我介紹 5分鐘	活動帶領者自我介紹，說明活動內容。		
引起動機及活動引導 5分鐘	活動帶領者展示自己的情緒浮游花瓶，並簡介今天要進行的活動。		





<p>活動執行 40 分鐘</p>	<p>◆情緒色彩辨認及記錄 10 分鐘 讓孩子指定不同顏色的花材來代表不同的情緒感受，例如黃色小花代表開心、藍色花代表難過，並在 1 張白紙上黏貼紀錄自己不同情緒代表的花材。</p> <p>◆製作情緒浮游花 25 分鐘 讓孩子試著說出自己的情緒，並將相對應顏色的花材放入瓶中。 提供不同情境讓孩子感受不同的情緒，並將代表該情緒顏色的花材放入瓶中。 當瓶中花材約佔一半時倒入適當的油，將其填滿成浮游花藝術品。</p> <p>◆欣賞接納情緒 5 分鐘 完成浮游花藝術品的同時向兒童說明，同時有著不同的情緒都是正常的，就像大自然裡也包含各式各樣的顏色。 透過兒童瓶中的色彩了解瓶子裡的情緒更偏向於正向或負向，假如瓶中正向情緒居多，就可以告訴孩子有緊張難過的感覺不用太擔心；相反的假如瓶中負面情緒過多，就要及時的給予孩子關心與幫助。</p>	<p>不同顏色的 乾燥花材、 圖紙、空瓶 子、專用油</p>	<p>活動內容依 參加兒童的 年齡及障礙 程度進行難 易度調整</p>
<p>活動結束與 回饋 10 分鐘</p>	<p>◆分享與情緒表達 共同欣賞每個人製作的情緒浮游花瓶。 請參加活動的兒童，試著感覺活動結束此時此刻的情緒，用活動媒材表達出來。</p> <p>依白紙上黏貼記錄不同情緒代表的花材，與兒童確認當下情緒的表達是否正確。</p> <p>感謝參與並預告下次活動時間與內容</p>	 <p>情緒浮游花成品示意圖</p>	

栽星星活動方案 (第 4 週方案表)

- 單元名稱：情緒分類帽
- 活動次數 / 時間長度：第 4 次 / 70 分鐘
- 活動目標：情緒歸類與表達
- 活動評估：觀察並記錄兒童是否能利用視覺線索將情緒歸類，並利用活動媒材正確表達出自己當下的情緒感受

活動內容與時間	實施程序	設備與材料	備註
自我介紹 5 分鐘	活動帶領者自我介紹，說明活動內容。		
引起動機及活動引導 5 分鐘	活動帶領者展示自己的情緒分類帽，並簡介今天要進行的活動。		
活動執行 40 分鐘	<p>◆情緒色彩辨認及記錄 10 分鐘 讓孩子指定不同顏色的花材來代表不同的情緒感受，例如黃色小花代表開心、藍色花代表難過，並在一張白紙上黏貼紀錄自己不同情緒代表的的花材。</p> <p>◆製作情緒分類帽 25 分鐘 提供素面巫師帽。 提供情境讓孩子試著說出該情境下自己的情緒，並將相對應顏色的花材粘貼在巫師帽上。 教導孩子持續感受不同 (情境下) 的情緒，並將代表該情緒之顏色的花材陸續粘貼於圖紙上，直至將巫師帽完成。</p>	不同顏色的花材、素面巫師帽、白膠	活動內容依參加兒童的年齡及障礙程度進行難易度調整



◆欣賞接納情緒 5 分鐘

巫師帽完成的同時向兒童說明同時有著不同的情緒都是正常的，就像是裝飾過的帽子一樣漂亮。

透過兒童巫師帽上的色彩觀察孩子的情緒更偏向於正向或負向，假如巫師帽上正向情緒居多，就可以告訴孩子有緊張難過的感覺不用太擔心；相反的假如巫師帽上負面情緒過多，就要及時的給予孩子關心和幫助。



素面巫師帽



用花材裝飾

活動結束與
回饋
10 分鐘

◆分享與情緒表達

共同欣賞每個人製作的情緒分類帽。請參加活動的兒童，試著感覺活動結束此時此刻的情緒，用活動媒材表達出來。

依白紙上黏貼記錄不同情緒代表的花材，與兒童確認當下情緒的表達是否正確。

感謝參與並預告下次活動時間與內容。

栽星星活動方案 (第 5 週方案表)

- 單元名稱：拼貼遊戲
- 活動次數 / 時間長度：第 5 次 / 70 分鐘
- 活動目標：遵從指示
- 活動評估：觀察並記錄兒童是否能正確遵從指令完成任務次數達 50% 以上

活動內容與時間	實施程序	設備與材料	備註
自我介紹 5 分鐘	活動帶領者自我介紹，說明活動內容。		
引起動機及活動引導 5 分鐘	活動帶領者簡介今天要進行的遊戲活動，並說明展示遊戲正確率達一半以上或努力參加活動的小朋友可獲得的獎品，以促進動機。		





<p>活動執行 35 分鐘</p>	<p>◆遵從指示練習 15 分鐘 當活動帶領者在口述指示時，要求兒童們看著活動帶領者。 說出某個顏色或者形狀讓孩子們尋找出並黏在畫紙上的特定位置上 (圖畫紙有不同號碼，依此調整活動難易度)。</p> <p>◆輪流指示 20 分鐘 請兒童們輪流發號指令 (如小明說同儕式發言遊戲)。完成者請舉手，若正確無誤即可獲得 1 分。 待所有 (或至少多數) 兒童正確率達 50% 以上時，或依時間考量停止活動。</p> <div data-bbox="535 916 780 1190" style="text-align: center;"> </div>	<p>各式顏色花材、畫紙、白膠、獎品</p>	<p>依智能狀況分類團體參與者，內容依參加兒童年齡及障礙程度進行難易度調整</p>
<p>活動結束與回饋 10 分鐘</p>	<p>頒獎，並感謝參與活動並說明下次活動時間與內容。</p>		

栽星星活動方案 (第 6 週方案表)

- 單元名稱：主題拼貼
- 活動次數 / 時間長度：第 6 次 / 70 分鐘
- 活動目標：遵從指示
- 活動評估：觀察並記錄兒童是否能正確遵從指令完成任務次數達 70% 以上

活動內容與時間	實施程序	設備與材料	備註
自我介紹 5 分鐘	活動帶領者自我介紹，說明活動內容。		
引起動機及活動引導 5 分鐘	活動帶領者簡介今天要進行的遊戲活動，並說明展示遊戲正確率高或努力參加活動的小朋友可獲得的獎品，以促進動機。		





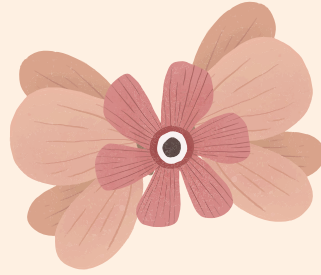
<p>活動執行 35 分鐘</p>	<p>◆遵從指示練習 15 分鐘 當活動帶領者在口述指示時，要求兒童們看著活動帶領者。 說出某個顏色或者形狀的花材讓孩子們尋找出並黏在畫紙上的相對應位置上(圖畫紙有不同型狀的底圖，依此調整活動難易度)。</p> <p>◆輪流指示 20 分鐘 請兒童們輪流發號指令(如小明說同儕式發言遊戲)。完成者請舉手，若正確無誤即可獲得 1 分。 待所有(或至少多數)兒童正確率達 50% 以上時，或依時間考量停止活動。</p>	<p>各式顏色花材、畫紙、白膠、獎品</p>	<p>依智能狀況分類團體參與者，內容依參加兒童年齡及障礙程度進行難易度調整</p>
<p>活動結束與回饋 10 分鐘</p>	<p>頒獎，並感謝參與活動並說明下次活動時間與內容。</p>		

栽星星活動方案 (第 7 週方案表)

- 單元名稱：領結裝飾
- 活動次數 / 時間長度：第 7 次 / 70 分鐘
- 活動目標：詢問他人想法或意見
- 活動評估：觀察並記錄兒童是否能主動 (不須提醒) 詢問同組夥伴的想法或意見至少 5 次以上

活動內容與時間	實施程序	設備與材料	備註
自我介紹 5 分鐘	活動帶領者自我介紹，說明活動內容。		
引起動機及活動引導 5 分鐘	活動帶領者示範說明活動進行方式並展示作品範例，以引起動機。		





<p>活動執行 35 分鐘</p>	<p>◆破冰 5 分鐘 兩兩一組，帶領並協助兒童向對方進行簡單的自我介紹(你好!我叫○○○,我最喜歡的顏色是○○)。</p> <p>◆詢問他人想法或意見裝飾領結 30 分鐘 接著進行為對方製作領結的活動，雙方都要透過詢問的方式來替對方挑選花材、葉材或樹枝等製作領結，例如詢問對方想要用甚麼花材裝飾領結，當對方給予答案後，由詢問者拿起物件確認並將其材料黏貼成領結(一人完成後再換另一人開始製作)。雙方將製作好的領結交換送給對方，並給予對方一句祝福的話語。</p>	<p>各式乾燥花材、葉材或大自然的材 料、白膠、素面領結</p>	<p>內容依參加兒童的年齡及障礙程度進行難易度調整</p>
<p>活動結束與回饋 10 分鐘</p>	<p>◆作品欣賞與感想 輪流展示與欣賞作品。 感謝參與並邀請參與者輪流講一句感想。 結束團體活動。</p>		

栽星星活動方案 (第 8 週方案表)

- 單元名稱：相框製作
- 活動次數 / 時間長度：第 8 次 / 70 分鐘
- 活動目標：詢問他人想法或意見
- 活動評估：觀察並記錄兒童是否能主動 (不須提醒) 詢問同組夥伴的想法或意見至少 3 次以上

活動內容與時間	實施程序	設備與材料	備註
自我介紹 5 分鐘	活動帶領者自我介紹，說明活動內容。		
引起動機及活動引導 5 分鐘	活動帶領者示範說明活動進行方式並展示作品範例，以引起動機。		



成品示意圖 (圖 / 臺中場)





<p>活動執行 40 分鐘</p>	<p>◆破冰 10 分鐘 預先請家長準備孩子清晰的照片。 活動帶領者事先分配，給參與的兒童一張他人的照片，參與者根據相片去尋找照片上的兒童。 找到對方後兩兩一組，帶領並協助兒童向對方進行簡單的自我介紹(你好！我叫○○○，我最喜歡的顏色是○○)。</p> <p>◆詢問他人想法或意見製作相框 30 分鐘 接著進行為對方製作相框的活動，雙方都要透過詢問的方式來替對方挑選花材、葉材或樹枝等製作相框，例如詢問對方想要用甚麼花材裝飾相框，當對方給予答案後，由詢問者拿起物件確認並將其材料黏貼成相框(一人完成後再換另一人開始製作)。 雙方將製作好的相框交換送給對方，並給予對方一句祝福的話語。</p>	<p>孩子照片、各式乾燥花材、葉材或大自然的材 料、白膠、素面相框</p>	<p>活動內容依參加兒童的年齡及障礙程度進行難易度調整</p>
<p>活動結束 與回饋 10 分鐘</p>	<p>◆作品欣賞與感想 輪流展示與欣賞作品。 感謝參與並邀請參與者輪流講一句感想。 結束團體活動。</p>		