

## 校本支援小組 電子通訊社交技巧訓練

楊潔瑜 (教育心理學家/計劃顧問)，韓欣庭 (社會工作者/計劃統籌及首席導師)，潘家瑩(訓練導師)，劉亦羲(訓練導師)

參與學校: 9間中學  
參與人數: 43位學生  
時間: 每節1.5小時  
節數: 三節

### 小組目標:

1. 認識在不同社交平台上要注意的事項
2. 認識及學習解讀電子通訊的社交提示

### 小組流程及內容:

以認知行為治療情·理·行·實況社交能力訓練(CBT-CSCA) (Chan, Leung, Ng & Yau, 2018) 訓練模式為訓練基礎，以四個單元: 社交情景、行為、情緒及認知，去教導學生使用電子通訊時的社交技巧及給予機會實踐

#### 行為



- 明白每個網上社交平台的主要用途和注意事項
- 學會如何保障自己個人資料及其重要性
- 能分析網上資訊和言論的可信性
- 學會網上發言的禁區(不合適的說話)
- 明白電子通訊社交潛規則，例如不連續發超過三次非緊急的訊息

#### 情緒



- 學習如何應對在網上社交平台可能會接觸的負面評論或網路欺凌
- 學習分辨於網上社交平台遇到的問題的嚴重程度，並了解如何恰當處理

#### 認知



- 電子通訊讀心法(二人): 從觀察訊息的內容、標點符號、助語詞、表情符號及訊息頻密程度，分析出別人的想法及情緒，做出恰當的回應
- 電子通訊讀心法(群組): 1) 發訊息前，先思考一下群組裡的人對自己的話題有沒有興趣； 2) 避免在群組中二人來回不斷地對話，而其他人士沒有興趣參與； 3) 明白退出群組的社交潛規則

#### 社交情景



- 實踐活動-模擬情景考考你: 學生使用手機/平板電腦設立一個網上群組，實踐如何在群組中分享及回應別人的訊息，導師在旁作出介入及解說



### 小組成效

- 收回43份 A6問卷(賽馬會喜伴同行計劃個別學習目標進程記錄)，由校內協作人員於小組開始前和結束後評核學生對小組目標技能的掌握程度
- 43位學生於小組目標「認識在不同社交平台上要注意的事項」的平均分 (0-5) 由小組前的2.2分提升到小組後的2.8分。在「認識及學習解讀電子通訊的社交提示」一項中，平均分由2.1分提升到2.7分

#### 參考文獻

Chan, R. W. S., Leung, C. N. W., Ng, D. C. Y., & Yau, S. S. W. (2018). Validating a Culturally-sensitive Social Competence Training Programme for Adolescents with ASD in a Chinese Context: An Investigation. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 48(2), 450-460.