

## 「走進自閉特色的世界」網上學習平台

### 單元二 情緒摩天輪 —— 情緒理解調控訓練 【家長課程】學習內容大綱

本單元主要分為理論篇和實踐篇，共有十個章節。學習時間共約 3 小時。各章節涵蓋的題目簡介如下：

#### 第一章：情緒你我他

##### 第一部分：情緒與我們

- 認識情緒是什麼
- 認識一般學童的情緒發展
- 明白情緒在生活中的功用

##### 第二部分：情緒與自閉特色

- 認識有自閉特色的學童在情緒理解、表達及調控上的困難
- 明白自閉特色對情緒調控的影響

#### 第二章：情緒崩潰時的處理方法

- 認識情緒行為曲線的六個階段
- 了解預防自閉特色學童情緒崩潰的原則和技巧
- 掌握自閉特色學童情緒崩潰時的支援原則和技巧

#### 第三章：情緒教育，從何開始？

- 認識情緒訓練的三個主要部分：理解情緒、表達情緒和調控情緒
- 明白自閉特色學童在情緒訓練的需要
- 按自閉特色學童的需要設計訓練目標
- 認識情緒訓練時常用的「實證為本」策略

#### 第四章：小結

#### 第五章：實踐篇

#### 第六章：認識及理解別人的情緒

- 按常見情境分析自閉特色學童在認識及理解別人情緒方面的需要
- 按自閉特色學童的需要訂定學習目標
- 認識教授自閉特色學童理解別人基本及進階情緒的訓練策略
- 了解協助自閉特色學童類化技巧至日常生活的方法

# 「賽馬會喜伴同行計劃—— 走進自閉特色的世界」網上學習平台

## 單元二 情緒摩天輪 —— 情緒理解及調控 【家長課程】

### 學習內容大綱

#### 第七章：理解自己的情緒

- 按常見情境分析自閉特色學童在理解自己情緒方面的需要
- 按自閉特色學童的需要訂定學習目標
- 認識教授自閉特色學童理解自己的情緒及其情緒程度的訓練策略
- 了解協助自閉特色學童類化技巧至日常生活的方法

#### 第八章：表達情緒

- 按常見情境分析自閉特色學童在表達情緒方面的需要
- 按自閉特色學童的需要訂定學習目標
- 認識教授自閉特色學童運用非語言表達自己情緒的訓練策略
- 了解協助自閉特色學童類化技巧至日常生活的方法

#### 第九章：情緒調控

- 按常見情境分析自閉特色學童在調控情緒方面的需要
- 按自閉特色學童的需要訂定學習目標
- 認識教授自閉特色學童情緒調控訓練的有效策略
- 了解協助自閉特色學童類化技巧至日常生活的方法

#### 第十章：總結