

從衝突到共融-情障生之案例 分享與危機處理

林姿慧

打工人生

☆學歷證照

- 國小教師證95
- 諮商心理師證100
- 國小教師證加註英語專長104
- 保母技術士證106
- SEL初階教師115

★工作經歷

- 桃園縣開南大學99
- 新竹市康乃爾雙語中小學100
- 新竹市生命線101
- 新竹市竹光國中(代理)101
- 台中市明道普霖斯頓雙語小學102
- 新北市五股國小103-105
- 彰化縣忠孝國小106-110
- 台中市松竹國小111

從衝突到共融-情障生之案例分享與危機處理

一、情緒行為障礙分類與 DSM V

二、情障的發現與溝通 -以SEL融入親師溝通

三、風險行為的危機處理

四、聽懂，說得出來，做得出來

五、走到最後的贏家？ 親師生三贏？三輸？

家庭投射歷程與代間傳遞的壓力
一代不如一代？ 翻轉世代？

難搞的到底是家長？還是小孩？

學生真煩轉

從衝突到共融-情障生之案例分享與危機處理

一、情緒行為障礙分類與 DSM V

(家長的分類)

二、情障的發現與溝通 -以SEL融入親師溝通

(家長的溝通策略)

三、風險行為的危機處理

(家長的風險管理)

四、聽懂，說得出來，做得出來

五、走到最後的贏家？ 親師生三贏？ 三輸？



情緒行為障礙（EBD）的專業定義與鑑定

鑑定需排除智能與感官因素，強調「長期異常」及「教育輔導成效有限」之事實。



核心特徵：長期與異常

鑑定需符合長期情緒或行為異常。
表現需顯著異於同儕，且在多種情境（如學校與家庭）皆出現適應困難。

排除性準則

非由智能、感官（視覺、聽覺）或健康因素直接導致。
此準則確保資源精準投放於心理與行為層面之輔導。



法律與醫療依據

依據《特殊教育學生及幼兒鑑定辦法》。
強調經過教育輔導後成效有限者。
鑑定程序通常需專業醫療評估建議。

情緒行為障礙與 DSM-5 的臨床關聯

從法律分類回歸臨床診斷：DSM-5 提供更精確的行為界定與介入依據。



DSM-5 常見對應類別

● 神經發展障礙症：

注意力不足/過多動症 (ADHD)：衝動控制困難。

自閉症類群障礙 (ASD)：社交溝通與侷限行為。

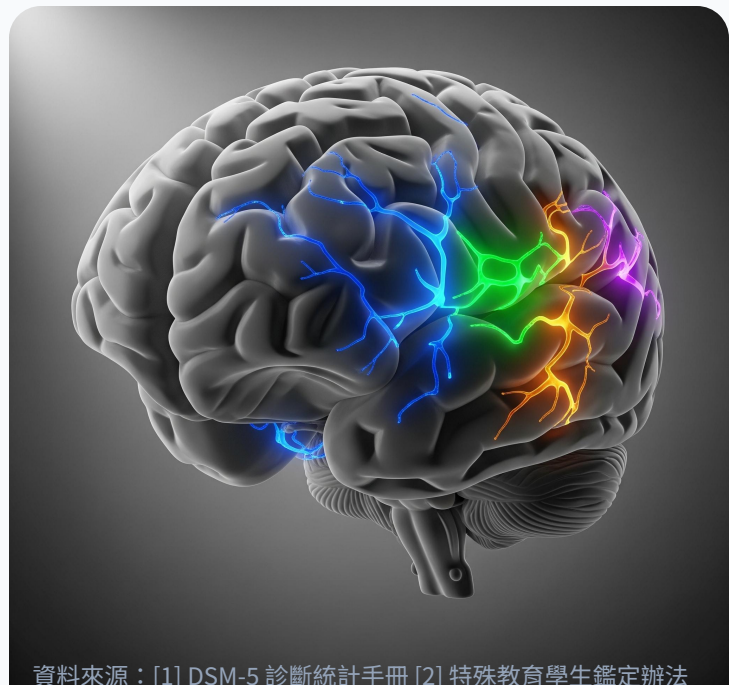
● 破壞性、衝動控制及行為障礙症：

對立反抗症 (ODD)：對權威者的敵對與違抗行為。

品行障礙 (CD)：侵犯他人權利或社會規範。

● 情緒障礙相關：

焦慮症、憂鬱症：表現為萎縮、過度退縮反應。



資料來源：[1] DSM-5 診斷統計手冊 [2] 特殊教育學生鑑定辦法

間歇性暴怒障礙症 (IED) 臨床特徵

核心特徵：突發性的攻擊衝動與行為失控，通常與誘發因素不成比例。



診斷要件解析

- **行為特徵**：多次衝動性攻擊發作（如言語攻擊、身體破壞或肢體攻擊）。
- **嚴重程度**：發作的攻擊強度遠超過誘發因素的刺激程度。
- **非計畫性**：攻擊行為並非事先策劃，也不具備特定目的（如獲得利益）。
- **苦惱與功能損害**：發作導致患者顯著的痛苦，或損及職業與人際功能。
- **排除條件**：初次診斷需排除反社會人格、邊緣人格或藥物影響。



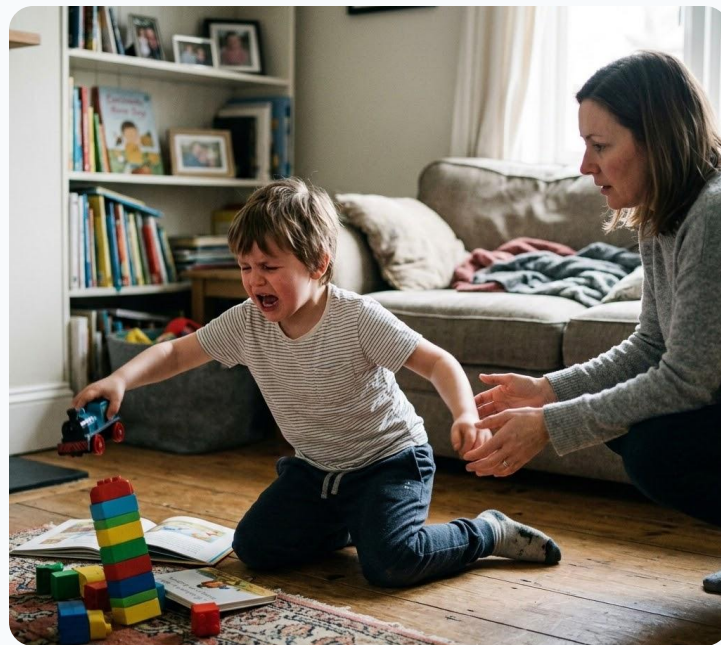
破壞性情緒失調疾患 (DMDD) 臨床特徵

核心特徵：持續性的激動情緒與頻繁且嚴重的行為爆發，好發於學齡兒童。



診斷要件解析

- **嚴重言語或行為發作**：發作強度與誘發情境不符，平均每週發作 3 次以上。
- **持續性的易怒情緒**：在發作間期，幾乎每天的大部分時間情緒皆處於易怒或憤怒中。
- **跨情境表現**：上述症狀至少出現在兩個以上的場合（如家裡、學校或同儕間）。
- **年齡限制**：初次診斷必須在 6 至 18 歲之間，且症狀需於 10 歲前出現。
- **症狀時程**：症狀持續時間達 12 個月以上，且無連續 3 個月以上的緩解期。



DMDD 與 IED 之臨床鑑別比較

核心差異：DMDD 為持續性的情緒易怒（情緒疾患）；IED 為陣發性的行為失控（衝動控制）。



DMDD (情緒失調)

- **持續情緒**：發作間期幾乎每天皆處於易怒或憤怒中。
- **爆發頻率**：平均每週發作 3 次以上，持續 12 個月。
- **年齡特徵**：初診 6-18 歲，且症狀需於 10 歲前出現。
- **分類歸屬**：DSM-5 歸類於「憂鬱疾患」。



IED (間歇性暴怒)

- **陣發情緒**：發作間期情緒可能完全正常，不具持續性。
- **爆發性質**：突然、無計畫的攻擊衝動，與誘因不成比例。
- **年齡特徵**：通常在青少年後期至成年早期診斷。
- **分類歸屬**：歸類於「破壞性、衝動控制及行為障礙」。

DMDD 與 ODD 之臨床比較分析

核心差異：DMDD 側重「情緒失調」與持續易怒；ODD 側重「對立反抗」與權威衝突。



DMDD (破壞性情緒失調)

- **情緒底色**：發作間期呈現持續性的易怒或憤怒。
- **行為爆發**：嚴重的言語或行為爆發，與情境極度不符。
- **診斷年齡**：6-18歲，且症狀需在10歲前出現。
- **預後傾向**：成年後較常演變為憂鬱症或焦慮症。



ODD (對立反抗)

- **核心態度**：對權威人物具備爭辯、挑釁與不服從。
- **故意行為**：常故意激怒他人或將自己的錯誤歸咎他人。
- **負面特徵**：懷恨在心或有報復行為（至少兩次）。
- **預後傾向**：成年後可能發展為品行疾患 (CD) 或反社會人格。

兒童及青少年情緒行為疾患：臨床鑑別比較表

橫向對比分析：協助醫療與教育專業人員精確區分核心本質與臨床表現



DMDD (情緒失調)

主要章節

憂鬱疾患 (Depressive)

核心本質

持續且嚴重的易怒情緒

爆發間情緒

幾乎每天皆處於易怒或憤怒

典型行為

頻繁的言語或行為爆發，與情境極度不符



IED (間歇性暴怒)

主要章節

衝動控制及行為障礙

核心本質

突發、無計畫的衝動失控

爆發間情緒

情緒通常完全正常

典型行為

陣發性攻擊，強度與誘因不成比例



ODD (對立反抗)

主要章節

衝動控制及行為障礙

核心本質

對權威人物的反抗與挑釁

爆發間情緒

可能常態性地懷恨或易怒

典型行為

爭辯、故意激怒、報復心



CD (品行疾患)

主要章節

衝動控制及行為障礙

核心本質

侵犯他人基本權利與規範

爆發間情緒

缺乏同理心與悔意，情緒平淡

典型行為

霸凌、毀損公物、嚴重違規、偷竊

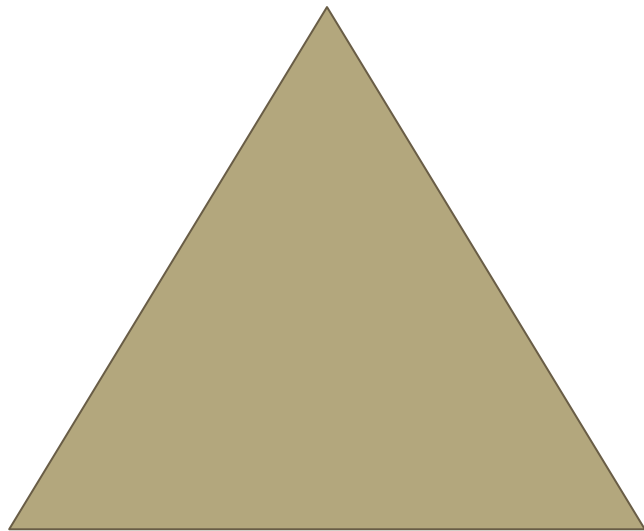
ADHD 容易與上述四類共病 (30-60%)

你要跟家長反應嗎？你要這麼專業嗎？

老師的專業～評估學生的困境～親師合作協助

生理

過動、亞斯、憂鬱、妥瑞、焦慮



心理

情緒障礙、人格發展→情緒困擾、焦慮

社會

創傷事件、離婚、家暴、教養、學校

人際溝通分析 (TA)：家長類型與心理地位解析

你好 (You+)

你好，我不好 (I- U+)

【焦慮依賴型】

過度仰賴老師指示，對家教缺乏信心。常感愧疚或把問題過度攬在自己身上。

我好，你也好 (I+ U+)

【健康合作型】

尊重老師專業，願意開放溝通。視老師為教育夥伴，共同為孩子的利益努力。

我不好
(I-)

你不好，我也不好 (I- U-)

【放棄習得無助型】

對孩子的改變不抱希望，拒絕參與親師合作。常表現出疏離或消極抵抗的態度。

我好
(I+)

我好，你不好 (I+ U-)

【防衛攻擊型】

質疑老師能力，常以投訴或指責代替溝通。將孩子的問題歸咎於學校與制度。

你不好 (You-)

SEL溝通策略：與「焦慮依賴型 (I- U+)」家長同行

你好，我不好 (I- U+)

【焦慮依賴型】

過度仰賴老師指示，對家教缺乏信心。常感愧疚或把問題過度攬在自己身上。



自我覺察

同理其焦慮，建立心理安全感

家長常感愧疚或能力不足，需先肯定其對孩子的關愛與付出。

關係技巧

結構化賦權，把球傳回給家長

與其直接給答案，不如提供選項。讓家長在小事上練習做決定。

負責決策

具體化成功經驗，增強親職自信

記錄家長做得好的具體細節，協助他們看見自己的專業與影響力。

SEL溝通策略：與「放棄習得無助型 (I- U-)」家長同行

你不好，我也不好 (I- U-)

【放棄習得無助型】

對孩子的改變不抱希望，拒絕參與親師合作。
常表現出疏離或消極抵抗的態度。



社會覺察

重燃微光，建立非評價的連結

家長已對改變失去信心，需先透過分享孩子微小的進步點，打破習得無助感。

關係技巧

化繁為簡，提供低門檻的參與

不要提出高難度要求，將親師合作切碎成「只需點頭確認」的極簡任務。

自我管理

穩定界線，傳遞長期的守候感

保持情緒穩定且溫和的定時聯繫，讓家長感受到：就算你放棄，學校仍會守護。

SEL溝通策略：與「防衛權威型 (I+ U-)」家長溝通

我好，你不好 (I+ U-)

【防衛權威型】

常以評價或指責代替溝通，試圖掌控局勢。內心可能隱含不安，故透過權威來尋求安全感。



自我管理

情緒緩衝，建立專業的心理邊界

面對指責時不即刻反擊，運用「先跟後導」技巧。深呼吸維持情緒穩定，避免捲入權威爭奪的權力遊戲中。

社會覺察

辨識需求，將攻擊解構為求救

洞察家長強勢背後的擔心。透過「我聽到您很在意孩子的成績...」等同理回應，接住其背後的焦慮情緒。

關係技巧

事實導向，以數據與目標重啟合作

避免抽象形容詞，展示具體觀察數據。將話題引導至「如何共同幫助孩子」的目標，轉化對立為對事。

SEL溝通策略：與「合作共好型 (I+ U+)」家長同行

我好，你好 (I+ U+)

【合作共好型】

能同理老師的處境，積極且理性地參與親師合作。具備高度的安全感與心理彈性。



自我覺察

真誠致謝，強化正向行為循環

具體描述家長的協助對孩子的正面影響，讓家長感受到專業被尊重與被看見。

關係技巧

深層協作，邀約參與決策規劃

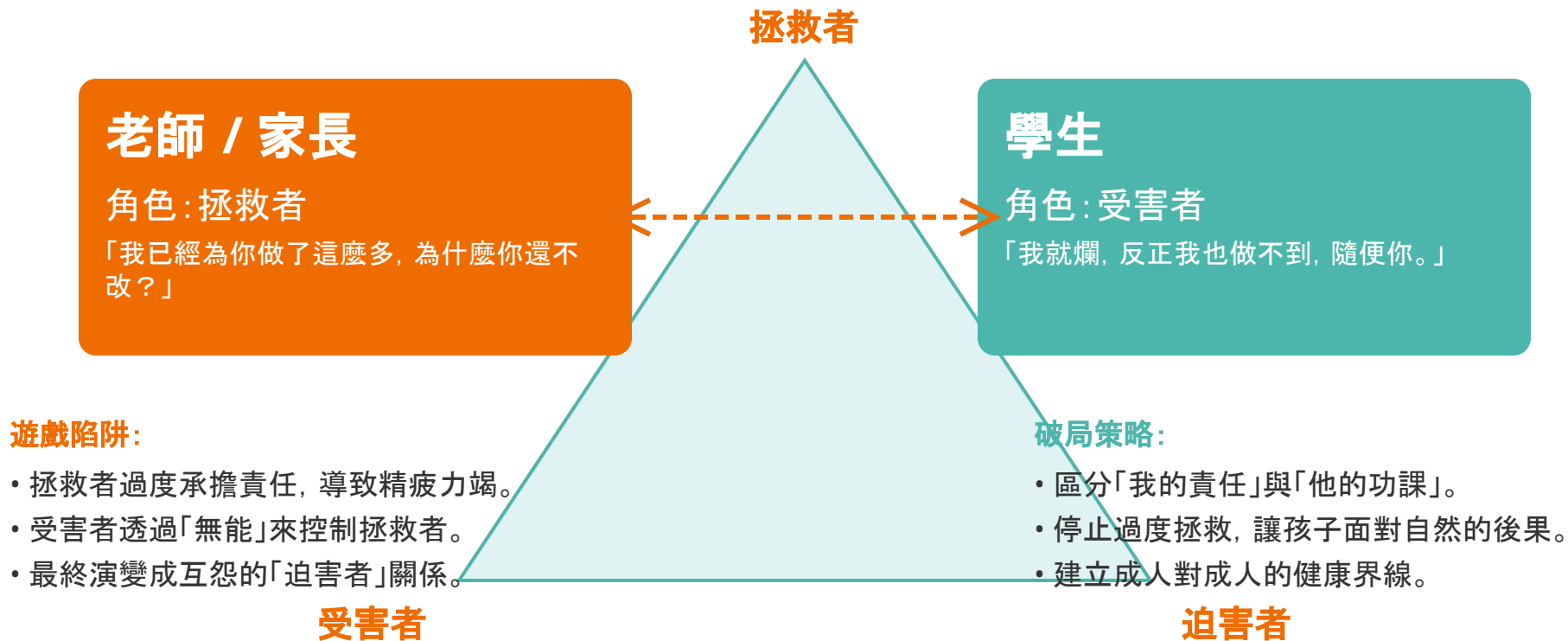
家長具備高度心理彈性，可邀請其參與教育方案的討論，建立夥伴式的協作關係。

負責決策

資源共享，擴散正向影響力

引導家長將成功的家庭經驗分享至班級社群，帶動其他家長走向共好。

心理遊戲：你看我多努力



心理遊戲：「是的，但是 ...」

老師

角色：拯救者

「我給你建議，這對你有幫助..」

拯救者

拯救者

學生/家長

角色：受害者

「是的，但是那個方法行不通..」

受害者

迫害者

破解僵局：

- 停止提供現成的標準答案。
- 改問：「你打算如何處理這件事？」
- 把解決問題的責任還給當事人。

遊戲機制：

- 表面在尋求幫助，實際在拒絕改變。
- 受害者透過挫敗拯救者來獲得控制感。
- 拯救者感到無力，最終轉向迫害。

心理遊戲：「抓到你了...」

老師 / 家長

角色：迫害者

「我終於抓到你的錯了，看你還有什麼藉口！」

拯救者

學生 / 老師

角色：受害者

「反正我怎麼做都不對，你就是在針對我..」

遊戲機制：

- 迫害者透過指責來釋放焦慮與不滿。
- 受害者以「被欺負」的姿態贏得同情。
- 雙方陷入「指責—辯解」的無效循環。

受害者

迫害者

破解僵局：

- 保持冷靜，不陷入情緒化的爭執。
- 將焦點從「誰對誰錯」轉向「如何解決」。
- 練習「自我分化」，不被對方的標籤影響。

心理遊戲：「都是他害的 ...」

老師

角色：迫害者

「要不是家長沒教好，這學生早就進步了！」

家長

角色：受害者

「我付錢送他來，老師卻一直把責任推給我們。」

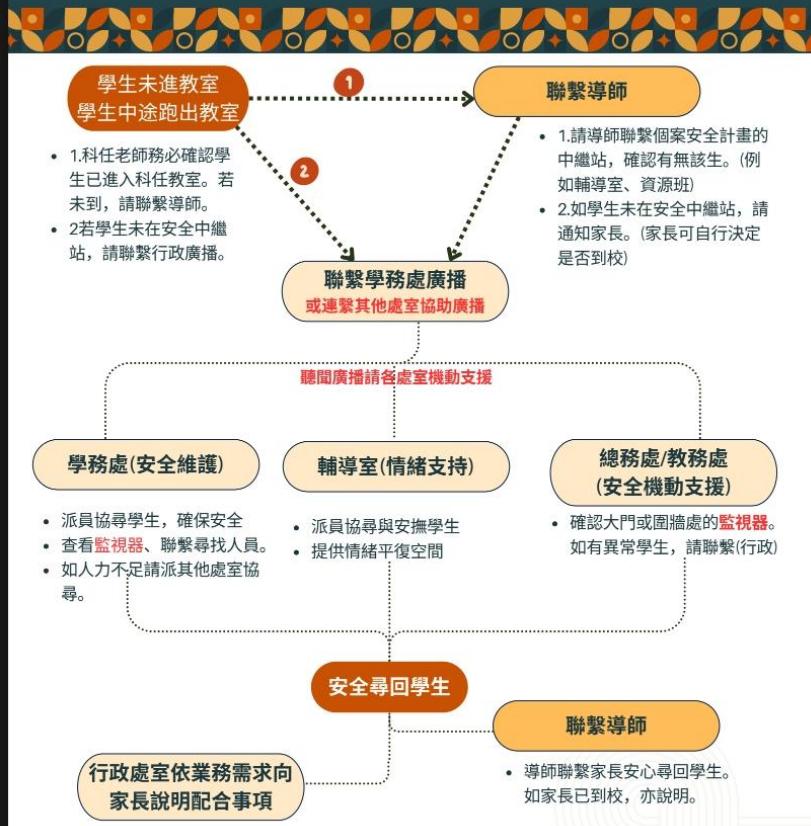
遊戲機制：

- 雙方都在尋找「代罪羔羊」以減輕教育壓力。
- 老師透過指責家長來維持自己的專業權威感。
- 形成「拒絕合作—互相推諉」的雙輸僵局。

破解僵局：

- 建立「親師合作共同體」，分享觀察而非指責。
- 將溝通焦點回到「學生的具體需求與成長」。
- 承認雙方教育功能的侷限，達成合作共識。

學生未進入教室或中途跑出教室應變流程



後續工作：

1. 召開個案會議，說明個案最近情緒行為變化與應變流程。(學務處、輔導室、導師與科任老師)
2. 家長協助告知學生如有需求，請至「校園安全中繼站」，不得在校園逗留，若未能於安全中繼站尋回該生，則通知家長。
3. 輔導室安排安心友善輔導，協助該班能安心在班，協助個案。

心智化自己

感受

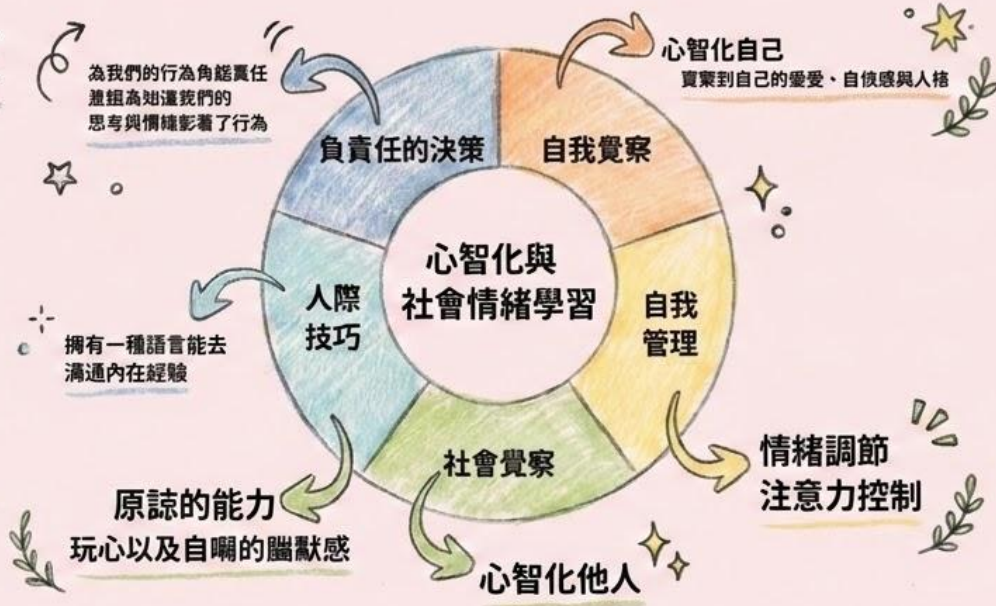
想法

自我
覺察

身體
感覺

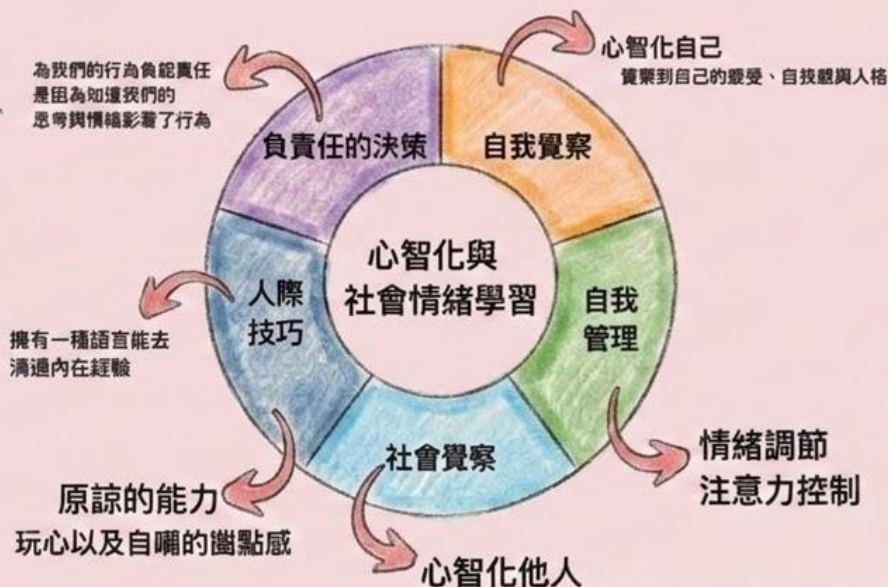
<https://gemini.google.com/gem/3ad8f89e3a50>

心智化學生



「小明，你還好嗎？我看你的臉有些紅紅的。你剛剛大力將書包放下，我猜你可能在來學校的時候發生了一些事，可以跟老師說看看嗎？」

心智化家長



「小明媽媽，最近好嗎？有一段時間沒跟您聯繫，今天要打擾您，其實小明表現一直有進步，很謝謝媽媽的幫忙。(辛苦了)。今天來學校臉紅紅的，我猜他可能有些話不好意思跟我說，所以打給媽媽。」

親師生互動 猶如一場戀愛

1. 甜蜜期: **情緒融合 (SEL運用)** → 同理自己的為難, 同理家長的辛苦。同理學生的困擾。

(反應學生的困擾給家長知悉, 對得起自己的專業。)

2. 磨合期: **三角關係 (轉介資源, 洞悉心理遊戲)** → 報告行政, 轉介校內資源。引進外部資源。強制通報。

(適當的心理界線, 對得起自己的身心。)

3. 工作期(冷靜期): **情緒切割(不帶情緒的紀錄)** → 學生行為紀錄(時間/情境、學生行為、老師處置、後續影響)

親師溝通紀錄(行為事件說明, 家長反應, 校方建議)

(撰寫客觀的紙本的紀錄, 對得起自己的退休。)

親師生互動 難免有傷

「自我分化」保護自己的身心。

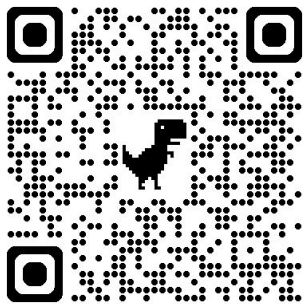
1.家長的指責與攻擊。這是家長的防衛機轉。我不需要家長的讚美來認可我是一個好老師。
(情緒與理智的分化)

2.系統或環境的惡劣。我已經履行通報報告。我無法控制他人，我確保紙本紀錄完整。我與系統或制度(人)是各自獨立的個體。(自我與他人的分化)

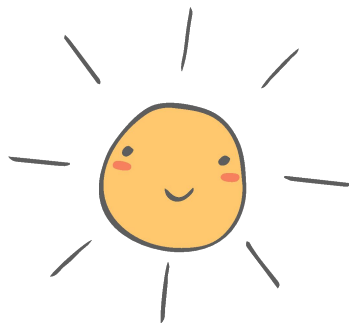
孩子與家長的困境，不應由老師來陪(賠)

【正念】關鍵字有很多資源可以參考。
【呼吸】、【運動】

<https://cloud.cmpreading.com/qrcode/mobile/pt7.aspx?id=all10607>



我是三寶媽心理師專輔 林姿慧



衷心感謝您的聆聽



讓我們一起快樂健康全身而退
