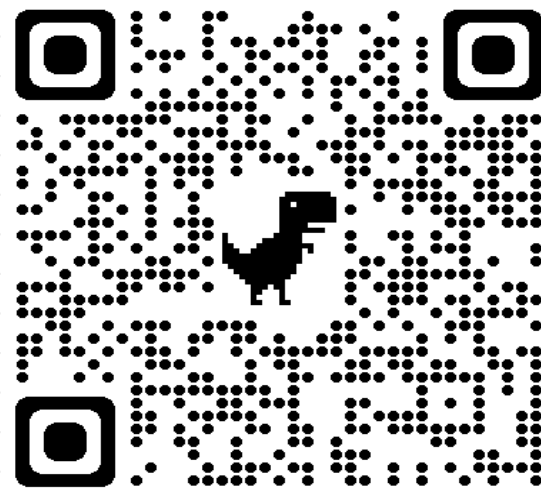


MAR
2024

「全校參與分層支援有自閉症的學生」計劃

簡介會(小學)

促進有自閉症的小學生
在社交溝通發展的有效策略



講座筆記



Tiered **A**utism **I**ntervention **M**odel

教育局教育心理服務(新界西)組

自閉症譜系障礙

Autism Spectrum Disorder (ASD) 特徵



社交溝通及互動



偏執或重複的
行為及興趣

精神疾病診斷與統計手冊 (第五版)
Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, Fifth Edition

有自閉症的學生

行為表現

事件及行為表現

社交溝通困難

心智解讀

弱：理解自己及別人的心理狀態

執行功能

弱：組織、計劃、調節行動

中心聚合能力

弱：掌握事物重點

行為背後的原因



認知上的不同

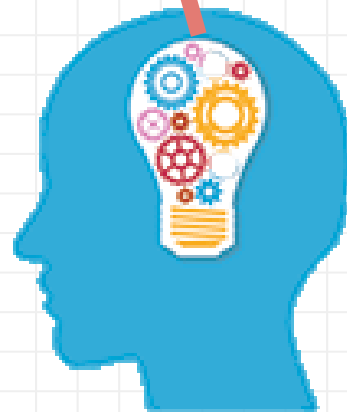
社交溝通	老師表情	同學反應
重要元素	老師聲線	環境要求

不恰當的專注

弱：綜合/聯繫性思考

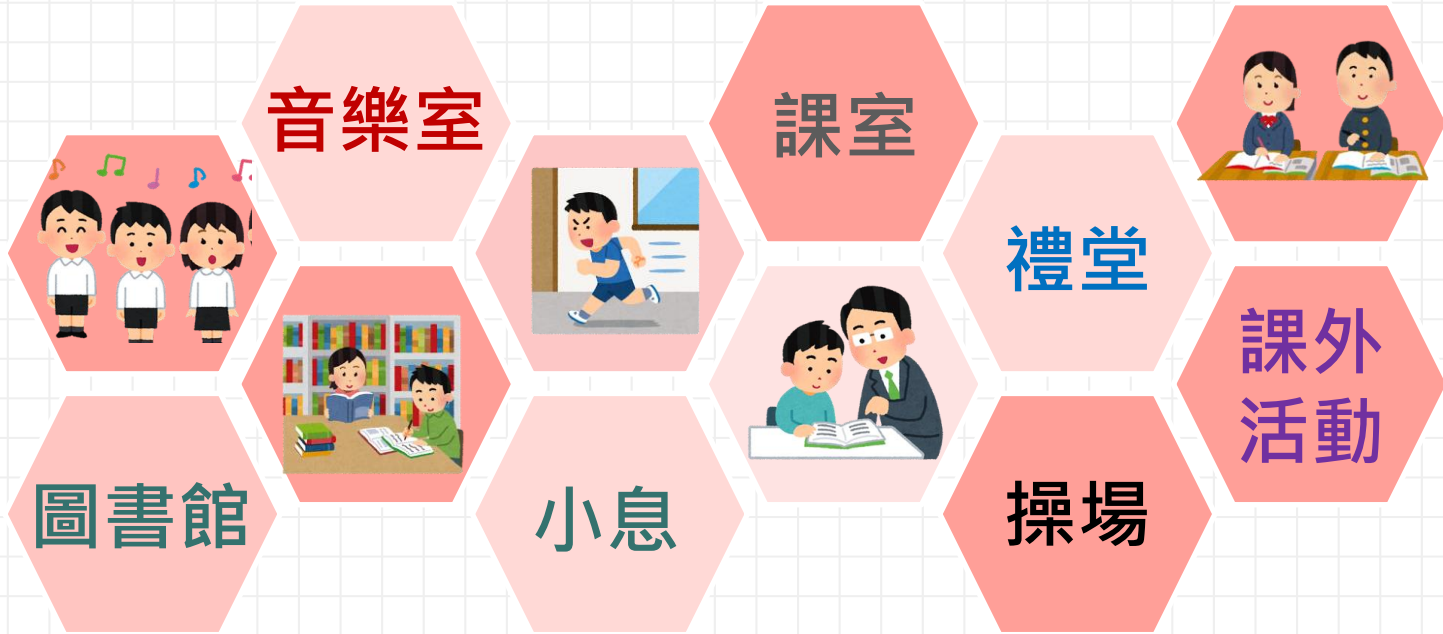


有ASD的學生



一般學生

小學的社交情境多樣化



學生需要同步及有系統地處理多項具體或抽象訊息
學生要了解應該做什麼和說什麼（或不應該做什麼和說什麼）

一般兒童的社交溝通發展

1 - 3 歲



4 - 5 歲



6 - 12 歲



(NHS, 2024; American Speech-Language-Hearing Association, 2024)

一般兒童的社交溝通發展

1-3 歲

- 可以通過**言語、手勢和指點**進行溝通
- 開始意識到自己的**情感**和他人的情感
- 能夠**輪流進行對話**，儘管他們可能難以保持話題一致。
- 與其他孩子**一起遊戲**，如**假裝遊戲**



4-5 歲

- 能夠使用語言進行不同的**社交交流**，如問候、評論、提問
- **分享玩具**
- 能**輪流**進行遊戲
- 與其他孩子**開展遊戲**
- 參與**想像遊戲**和角色扮演
- 選擇自己的朋友並開始**建立友誼**



6-12 歲

- 能夠**輪流發言**和表達自己的意見
- 展示**對話技巧**（例如，擴展話題、維持話題和增加輪次）
- 在成人指導下，能根據不同的社交情境**調整**自己的語言和互動技巧
- 展示了精緻的**社交禮儀**
- 展示對**心智解讀**的理解（預測對另一個人的思想或感受的想法）；
- 理解人們可以同時感受**多種情緒**
- 發展**友誼關係**，與同儕進行深入的對話和互動。



AIM - 評估需要問卷



學習、社交及情緒適應問卷 標準版 (小學/中學) 教職員版- 第二版

The Learning, Social and Emotion Adaptation Questionnaire (LSEAQ-II)

目的:

- 詳細及全面地 **勾劃** 出學生的學習、社交及情緒適應 **情況**
- **了解** 學生的 **強處和弱項**
- **協助釐訂目標**，並決定各目標的優先次序

SENSE website





問卷結構

範疇和內容

範疇

甲-丁

子範疇

A-K



甲

學習適應

- A. 學習適應能力
- B. 靈活性
- C. 高階思維及學習技巧



乙

社交適應

- D. 溝通技巧
- E. 社交思考
- F. 社交解難能力
- G. 友善行為
- H. 朋輩關係及社交動機



丙

情緒適應

- I. 情緒理解及表達
- J. 情緒調控及預防情緒失衡



丁

特殊行為

- K. 局限興趣及重覆行為

社交適應範疇

溝通技巧

如：小組討論、非語言訊息、對話

社交思考

如：理解別人的觀點、感受或意圖

社交解難能力

如：運用不同的方法去解決問題、處理衝突

友善行為

如：「唔該」、「多謝」、道歉

朋輩關係及社交動機

如：會主動結交朋友、懂得怎樣加入別人的遊戲或活動

友善行為

較基礎

較高階

恰當的社交禮儀

16. 能展示恰當的社交禮儀

- 16.1 以表情或動作表示友好（如：對人微笑、打招呼）
- 16.2 會表示歉意（如：說「對唔住」或補救）
- 16.3 運用表達禮貌的字詞（如：「唔該」、「請」或「多謝」）*
- 16.4 恰當地回應別人的讚美*
- 16.5 恰當地表示反對或拒絕

17. 能關心及尊重別人

能關心及尊重別人

- 17.1 能與同學好好相處，不會打擾
- 17.2 懂得鼓勵、讚美和欣賞別人
- 17.3 只在合時合理的情況下，才投訴或指出別人的錯處
- 17.4 會關心或安慰別人*
- 17.5 懂得給予別人幫助
- 17.6 會分享別人的歡樂（如：別人獲勝時，會一起歡呼或恭賀別人）*
- 17.7 會關顧別人的感受（如：不會說出令人尷尬或不安的說話）
- 17.8 表現謙虛，不炫耀自己
- 17.9 能保守別人的秘密及尊重私隱，不會隨便透露

溝通技巧

較基礎

較高階

7. 說話時，能恰當地運用語言

- 7.1 以恰當的速度說話*
- 7.2 以恰當的音量及音調說話
- 7.3 說話時，能清晰及有條理地表達 *
- 7.4 運用恰當的語言風格（如：避免過份直接、只顧表達自己喜好的話題、不斷重複別人的說話或過份使用書面語）

副語言溝通技巧

8. 能理解及運用恰當的非語言訊息

- 8.1 保持恰當的眼神接觸
- 8.2 按情境及關係保持恰當的社交距離，包括身體距離及接觸
- 8.3 運用恰當的非語言訊息（如：目光、動作、姿勢及表情）*
- 8.4 知道別人非語言訊息的含義（如：別人注視什麼或想表達什麼）

非語言溝通技巧

9. 能恰當地運用語言作不同用途

- 9.1 恰當地提出要求
- 9.2 恰當地敘述及描述事情
- 9.3 恰當地解釋事物
- 9.4 恰當地分享經驗、意見或想法*
- 9.5 恰當地提出問題

運用語言作不同用途



One drive 資源庫

- 「執行技巧訓練」教材
- 「賽馬會喜伴同行計劃」自閉特色學生小...
- AIM計劃手冊 (常用表格及附件)
- 升中有型人
- 壓力及焦慮小組 (Feb 2021)
- 按主題類別分類教材
- 按問卷目標分類教材(小學)**
- AIM資源庫連結 (小學).docx
- 假期心友會_july2020_小學.pdf

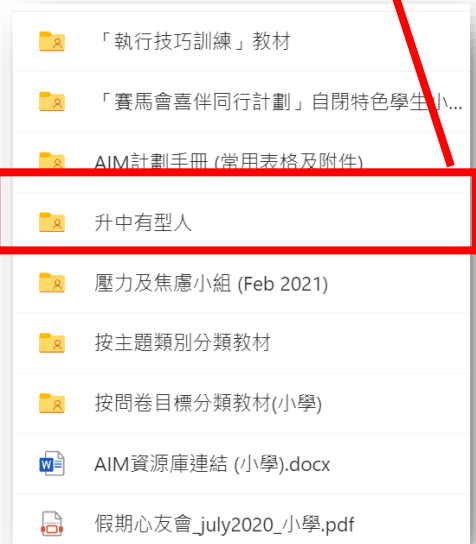
- 情境解讀故事--眼睛看老師 (多啦A夢).doc
- 情境解讀故事--眼睛看老師.doc
- 教學_說話技巧.pptx

- 標準版 (2021-22首學年參加)**
- 舊版 (2020年9月或之前參加)
- 08能理解及運用恰當的非語言訊息來溝通
- 8.1 保持恰當的眼神接觸
- 8.2 情境及關係保持恰當的社交距離，包括身體距離及接觸
- 8.3 運用恰當的非語言訊息 (如：目光、動作、姿勢及表情)**
- 8.4 知道別人非語言訊息的含義 (如：別人注視什麼或想表達什麼)
- 其他相關資源 (10.1-10.5)
- 相關資源_8. 能理解及運用恰當的非語言訊息來溝通.xlsx

中學

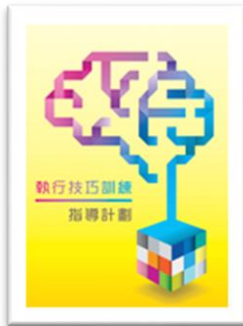
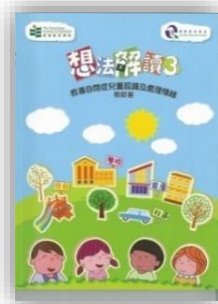
小學

乙部、社交適應	學校資源庫 (以下資源已儲存於本OneDrive文件夾內)		機構資源	「賽馬會喜伴同行計劃」自閉特色學生小組訓練資源套 (小學版)			
				冊數	章節	課節	
8.3	運用恰當的非語言訊息 (如：目光、動作、姿勢及表情)*	小學 升中有型人_預備篇 Session 3	自閉症兒童訓練指南 [全新版] 活動指引四 模仿、情感表達及社交活動 (協康會, 2013) 認識自己的面部表情 (p.92-96) 手勢 (p.118-122)	第二冊 基本溝通技巧	第2章 運用非語言溝通技巧	第二節(p.21-26) 第四節(p.54-61)	
		小學 升中有型人_預備篇 Session 4		社交思考「六」面睇 [LAUGH] (中文大學、香港明愛、教育局、Think Social Publishing, 2009) 活動十一: 看得見的說話 (p.75) 活動十二: 無聲勝有聲 (p.81)	第十二冊 升中適應	第三章 掌握新環境的交友之道及預防欺凌	第四節(p.54-61)
		小學 升中有型人_社交篇 Session 4			第十冊 自我倡導	第3章 自我推動	第五節(p.81-88)
		小學 升中有型人_社交篇 Session 7		社交思考「六」面睇 [LAUGH] (中文大學、香港明愛、教育局、Think Social Publishing, 2009) 活動七: 身體咪走佬 (p.55)	第二冊 基本溝通技巧	第2章 運用非語言溝通技巧	第二節
				社交思考實用手冊2 (中文大學、香港明愛、教育局、Think Social Publishing, 2013) 活動三: 身體咪走佬 活動十九: 植樹日	第二冊 基本溝通技巧	第2章 運用非語言溝通技巧	第三節



檢視學校現有的
「機構資源/教材套」

《「賽馬會喜伴同行計劃」自閉特色學生小組訓練資源套》(小學版)



➤ 分享

- ✓ 透過「問卷目標分類」的方式有系統地建立影片資源庫，
- ✓ 方便學校同工尋找合適的教學片段，
- ✓ 更有效地支援有自閉症的學生。



與LSAQ相關的學習目標 影片與主題配對 (eg. 4.2.3) · 查詢及分類配對 (eg. 1.1, 1.2, 1.3)		主題	影片標題	影片連結	小學/中學	語言
J. 情緒調控及預防情緒失衡						
22	能調控情緒及預防情緒失衡	不能控制情緒 (24.1)	多哈入事專題劇: 玩神遊戲(大雄情緒和老師轉職)	https://www.youtube.com/watch?v=H3wP4tKcEg	PS	粵語
21	能理解別人情緒背後的原因*	情緒調控 (24.6)	TVB 女王辦公室 巴士阿叔大鬧電腦男(憤怒情緒)	https://www.youtube.com/watch?v=_c0bAeH193k	PS+SS	粵語
22	能覺察自己情緒帶來的身體反應*	情緒調控 (24.6)	Animated Short Film "DO NOT BE ANGRY" Inspirational video to be calm and think clear instead of being angry	https://www.youtube.com/watch?v=5rs2Kaf3k6A&chance=ok_nord&hl=zh-tw	PS+SS	無聲動畫
23	能解釋自己情緒背後的原因	情緒調控 (24.6)	Inside Out- Anger Memorable Moments	https://www.youtube.com/watch?v=em1_g_1vE2k	PS+SS	英語
24	能預計什麼情況會引起自己的不安	情緒調控 (24.6)	阿囉家第五部訊感影片 - 【憤怒管理】	https://www.youtube.com/watch?v=uoQ2Q526tfc	PS+SS	粵語
25	當出現負面的情緒時 (如: 痛心、不安和憤怒) , 會恰當地尋求別人的關注、安慰或幫助*	情緒調控 (24.7)	阿囉家第五部訊感影片 - 駕駛憂慮	https://www.youtube.com/watch?v=app=deJm6&v=mk2v6d01k1U&list=P4uz01P3QzqT1NerTt1BKCZdms7a262_7d6dms7	PS+SS	粵語
22	運用恰當的策略去調控過度的情緒	情緒調控 (24.7)	焦慮的周格家 (處理焦慮)	https://www.youtube.com/watch?v=M0M1D1JzCw	PS+SS	粵語
23	運用恰當的策略去調控過度興奮的情緒*	情緒調控	我們這一家 114 A越來越窄的我們這一家 B車環日, 假期日	https://www.youtube.com/watch?v=FRH1d6tDpQ	PS	普通話
22	運用恰當的策略去調控過度興奮的情緒	情緒調控	【情緒動畫】管理情緒之進 學習觀察、抒發和舒緩情緒	https://www.youtube.com/watch?v=6zG2SLz2QQQ	SS	粵語
	壓力管理	漸進式肌肉鬆弛練習 (衛生署學生健康服務)	https://www.moderateah.gov.hk/zh/relaxation/relaxation.html		PS+SS	粵語
	壓力管理	Newlife130 三分鐘呼吸空間練習	https://www.youtube.com/watch?v=56M2Z6Jslak		PS+SS	粵語
	壓力管理	阿囉家第五部訊感影片 - 【軀體運動】	https://www.youtube.com/watch?v=2S25020eaU		PS+SS	粵語
	壓力管理	阿囉家第五部訊感影片 - 【睡眠教育】	https://www.youtube.com/watch?v=076t9t8tKU		PS+SS	粵語
	壓力管理	阿囉家第五部訊感影片 - 【感恩練習】	https://www.youtube.com/watch?v=5Y1EM4KcE		PS+SS	粵語
	陽光思想	經典廣告 - 社會福利署 打邊爐夜話	https://www.youtube.com/watch?v=awz2Hqj6c		PS+SS	粵語
	陽光思想/合宜說話	多哈入事 第三集 Ep. 599 鬧鐘發光聲	https://www.youtube.com/watch?v=VTK7TD3st		PS	粵語

教導溝通技巧 – 教材例子

基礎

- 理解和運用非語言訊息：認識基本情緒面部表情

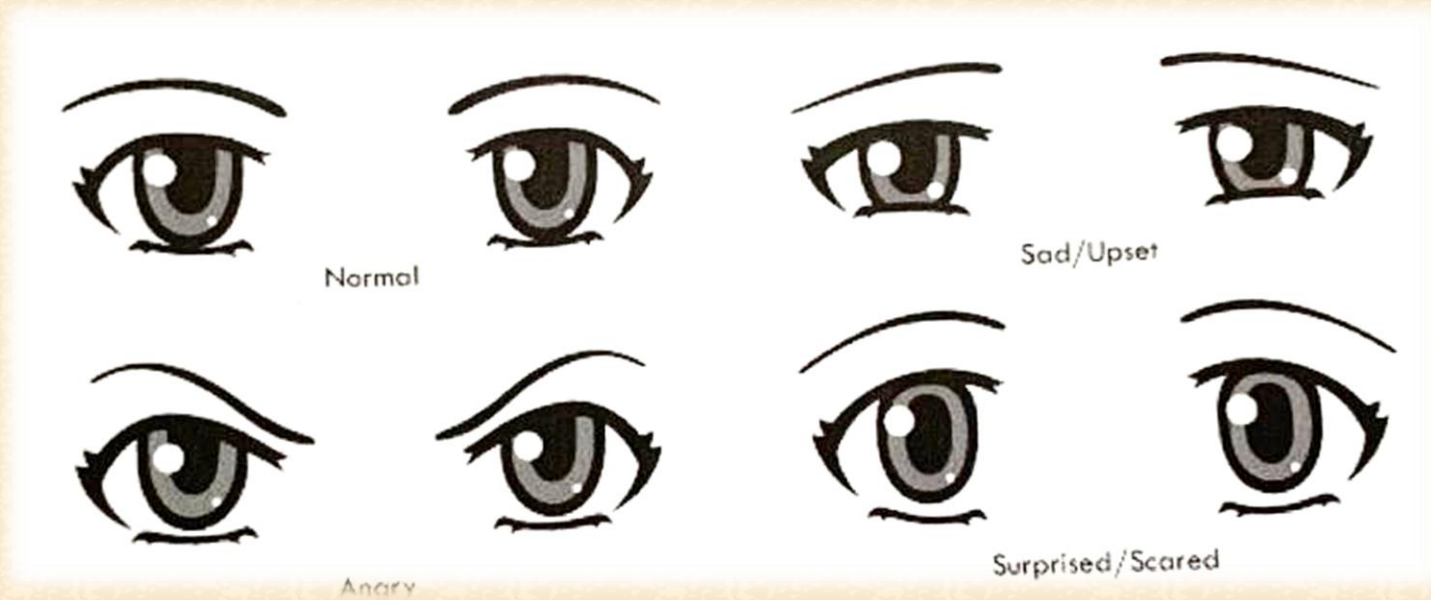


憤怒：眉頭深鎖、眼睛瞪大

教導溝通技巧 – 教材例子

基礎

- 理解和運用非語言訊息：認識基本情緒面部表情



教導溝通技巧 – 教材例子

基礎

• 理解和運用非語言訊息：認識身體密碼



身體密碼：
笑容滿面、眼睛彎彎

聲音密碼：
輕快 / 哈哈大笑



身體密碼：
握緊拳頭 / 眉頭緊皺

聲音密碼：
高亢



身體密碼：
嘴角向下、皺眉

聲音密碼：
低沉 / 哭泣



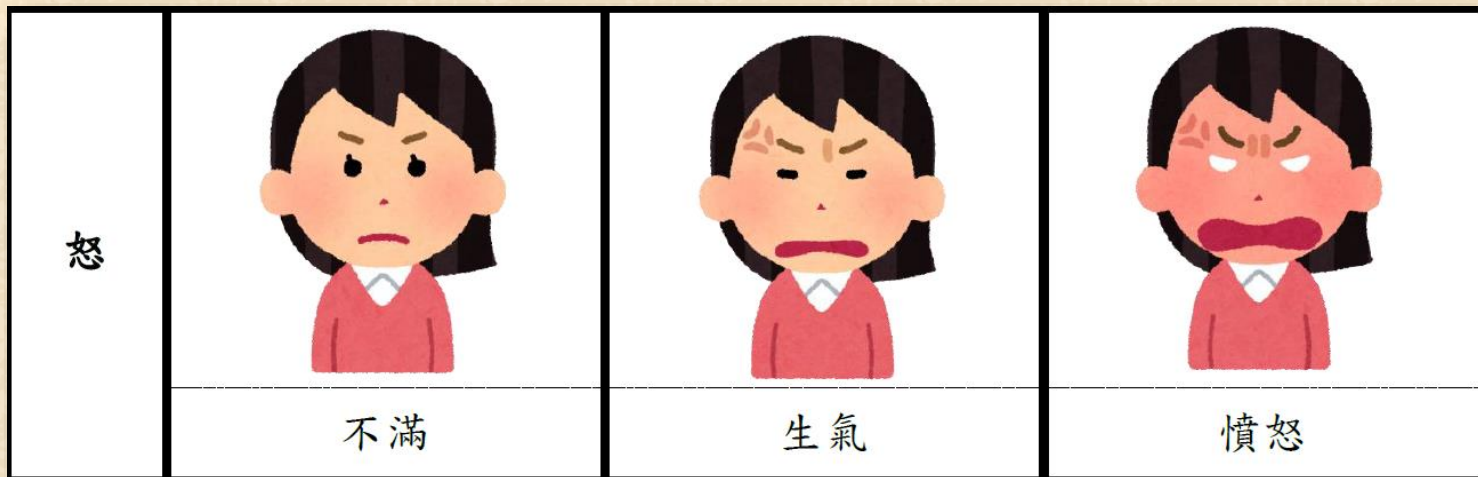
身體密碼：
全身發抖、眼睛瞪大、
手心冒汗

聲音密碼：
顫抖 / 發不出聲音

教導溝通技巧— 教材例子

高階

- 理解和運用非語言訊息：認識不同程度情緒的面部表情



教導溝通技巧— 教材例子

高階

- 語言的不同用途
 - 恰當地提出問題 – 例如，教授適合提問的時機



懂得透過觀察對方的
表情、動作和環境資訊，
分析對方是繁忙或空閒，
從而選擇**合適**的對話時機和對象



教導溝通技巧— 教材例子

高階

- 語言的不同用途

說話過濾器



社交思考



較
基
礎

12. 能運用社交思考

12.1 理解別人的觀點、感受或意圖*

12.2 明白婉轉說話、幽默語、諺語、比喻及挖苦等背後的真正含義*

12.3 按別人的反應（如：情緒、想法、語言及非語言的回應）調整自己的行為*

12.4 調控自己的行為及注意自己的儀容，使別人留下好印象*

12.5 分析不同社交場合的潛規則（如：在巴士上不應自言自語），從而調整自己的行為

12.6 因應與對方的關係，調節自己的社交禮儀或行為（如：與長輩說話時表現恭敬，而與朋友說話時表現輕鬆）

較
高
階

利用想法泡泡

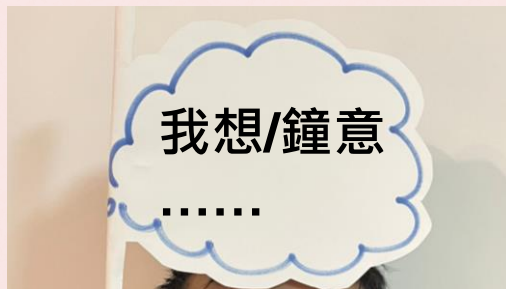


理解想法 – 教材例子

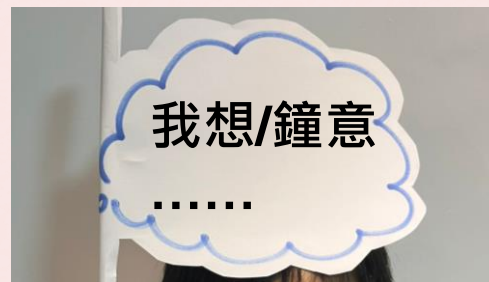
基礎

讓學生製作自己的想法泡泡，以展示他們的觀點

你的腦袋想什麼



我的腦袋想什麼



在故事書/影片中 加入想法泡泡

學生需知道自己與他人的觀點有可能不同，**學習把自己和他人的觀點區分開來**，然後對他人的觀點作合理的推測。



理解想法 – 教材策略

利用學生的自身經歷去了解他人的**觀點和感受**



說話

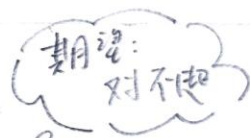
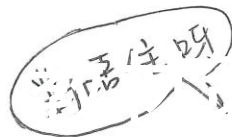
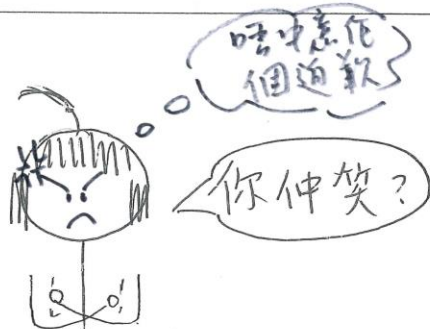
想法

情境解讀漫畫

小息, 走廊



第十章



4



情境解讀漫畫

社交推測 – 教材例子

高階

睇真D

表情及動作

聽真D

說話內容及語氣

估真D

說話背後的意思及情緒



有自閉症的學生

事件及行為表現

社交溝通困難

心智解讀

弱：理解自己及別人的心理狀態

執行功能

弱：組織、計劃、調節行動

中心聚合能力

弱：掌握事物重點



不恰當的專注

弱：綜合/聯繫性思考

行為表現

行為背後的原因

要有效地教導有自閉症的學生，最重要是為他們提供：

- A. 詮釋
- B. 調適
- C. 鼓勵
- D. 包容



詮釋
什麼內容?

溝通技巧

較基礎

較高階

7. 說話時，能恰當地運用語言

副語言溝通技巧

- 7.1 以恰當的速度說話*
- 7.2 以恰當的音量及音調說話
- 7.3 說話時，能清晰及有條理地表達*
- 7.4 運用恰當的語言風格（如：避免過份直接，只願表達自己喜好的話題，不斷重複別人的說話或過份使用書面語）

8. 能理解及運用恰當的非語言訊息

非語言溝通技巧

- 8.1 保持恰當的眼神接觸
- 8.2 按情境及關係保持恰當的社交距離，包括身體距離及接觸
- 8.3 運用恰當的非語言訊息（如：目光、動作、姿勢及表情）*
- 8.4 知道別人非語言訊息的含義（如：別人注視什麼或想表達什麼）

9. 能恰當地運用語言作不同用途

運用語言作不同用途

- 9.1 恰當地提出要求
- 9.2 恰當地敘述及描述事情
- 9.3 恰當地解釋事物
- 9.4 恰當地分享經驗、意見或想法*
- 9.5 恰當地提出問題





AIM - 評估需要問卷
 學習、社交及情緒適應問卷 標準版 (小學/中學)
 教職員版 - 第二版
 The Learning, Social and Emotion Adaptation
 Questionnaire (LSEAQ-II)

目的:


- > 詳細及全面地勾劃出學生的學習、社交及情緒適應情況
- > 了解學生的強處和弱項
- > 協助釐訂目標，並決定各目標的優先次序

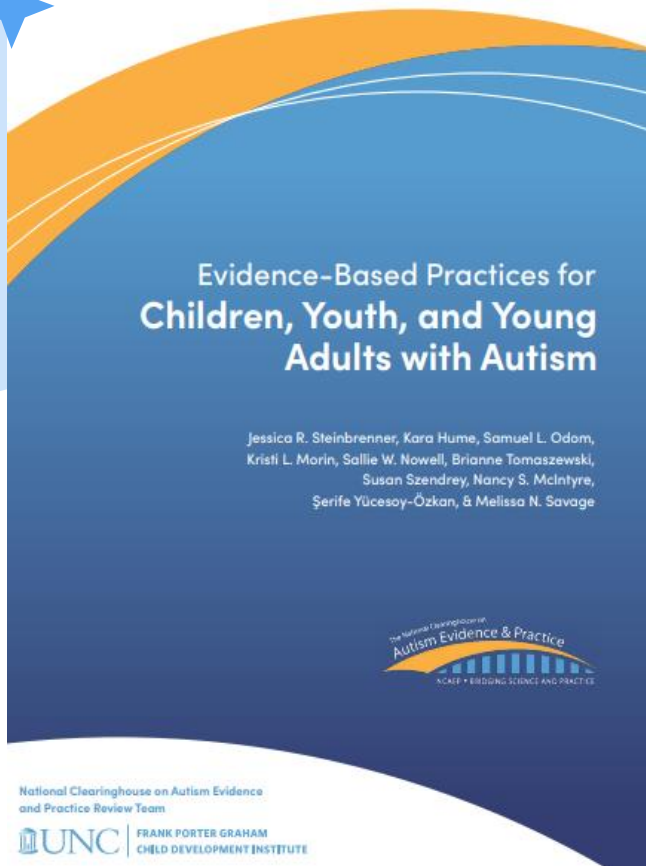
SENSE website





促進有自閉症的小學生
在社交溝通發展：
訓練策略

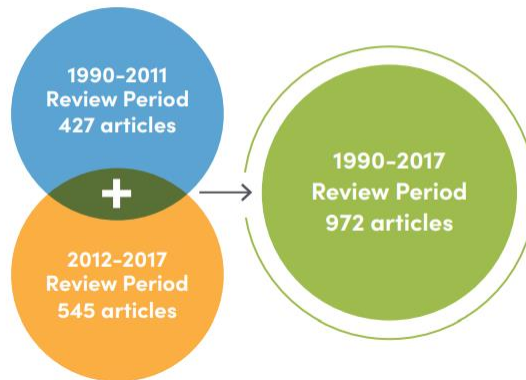




The University of North Carolina at Chapel Hill

J.R. Steinbrenner et al. (2020): Evidence-based Practices for Children, Youth, and Young Adults with Autism. Frank Porter Graham Child Development Institute, University of North Carolina

Figure 3.2. Number of articles included in each review period



Key Findings

- The classification of these 972 articles led to 28 evidence-based practice categories.
- A set of manualized interventions grouped within established EBP categories now themselves **have sufficient evidence to be classified as evidence-based**: PECS®, PRT, JASPER, Milieu Training, Project IMPACT, Stepping Stones/Triple P, Social Stories™, PEERS®, Mindreading, and FaceSay®.

28 項適用於有自閉症人士的

實證為本的策略

Antecedent-Based Intervention (ABI) 前置為本介入	Parent-Implemented Intervention (PII) 家長執行介入	Exercise and Movement (EXM) 運動及律動	Social Narratives (SN) 情境解讀故事
Augmentative & Alternative Communication (AAC) 輔助及另類溝通	Peer-Based Instruction and Intervention (PBII) 朋輩為本指導及介入	Extinction (EXT) 消弱法	Social Skills Training (SST) 社交技巧訓練
Behavioral Momentum Intervention (BMI) 行為動力介入	Prompting (PP) 提示	Functional Behavior Assessment (FBA) 功能行為評量	Task Analysis (TA) 工序分析
Cognitive Behavioral/ Instructional Strategies (CBIS) 認知行為指導介入	Reinforcement (R) 增強法	Functional Communication Training (FCT) 功能溝通訓練	Technology-Aided Instruction and Intervention (TAII) 科技協助指導及介入
Differential Reinforcement of Alternative, Incompatible, or Other Behavior (DRA/I/O) 區別性增強	Response Interruption/Redirection (RIR) 打斷行為並重新引導	Modeling (MD) 示範	Time Delay (TD) 時間延遲
Direct Instruction (DI) 直接指導	Self-Management (SM) 自我管理	Music-Mediated Intervention (MMI) 音樂導向介入	Video Modeling (VM) 影像示範
Discrete Trial Teaching (DTT) 回合式訓練	Sensory Integration® (SI) 感覺統合	Naturalistic Intervention (NI) 自然介入	Visual Support (VS) 視覺支援

J.R. Steinbreener et al. (2020): Evidence-based Practices for Children, Youth, and Young Adults with Autism. Frank Porter Graham Child Development Institute, University of North Carolina

社交情境
解讀

Social Narratives

社交技巧
訓練

Social skills training

影片示範

Video Modelling

同儕介入
策略

Peer-mediated
interventions

結構性遊戲
小組

Structured play group

核心反應
訓練

Pivotal Response Training

教導社交溝通：有效的實證為本策略 ●●●●●●

社交情境
解讀

Social Narratives

社交技巧
訓練

Social skills training

影片示範

Video Modelling

同儕介入
策略

Peer-mediated
interventions

結構性遊戲
小組

Structured play group

核心反應
訓練

Pivotal Response Training

教導社交溝通：有效的實證為本策略 ●●●●●●

社交技巧訓練

- 以**小組**或**個別**方式進行的教學，旨在教授學習者如何與發展一般的同儕進行適當的**互動**。



個別訓練

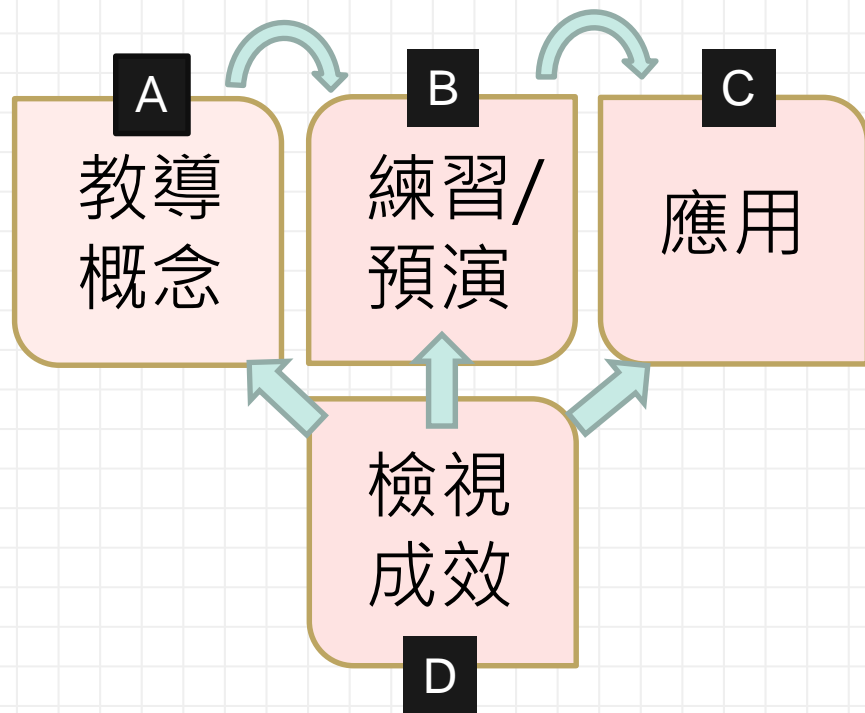


小組訓練



- 社交技巧訓練包括對**基本概念**的教學、**角色扮演**或**實踐**，以及**反饋**，以幫助學習者獲得和實踐溝通、遊戲或社交技巧，以促進與同儕的積極互動。
(Wong et al., 2018)

社交技巧訓練



社交技巧訓練

A. 透過**直接教導**和**示範**，讓學生明白基本概念和技巧

A
教導
概念

練習/
預演

應用

目標：
懂得怎樣加入別人的
遊戲或活動

社交技巧訓練

加入遊戲

A

教導 概念

透過**直接教導**和**示範**，
讓學生明白基本概念和
技巧

教導概念：教導具體步驟和技巧

1 走近看看：留意別人玩甚麼遊戲/觀察遊戲規則

2 等待：可先等待別人完成一個回合/遊戲停頓位才要求加入

3 說一些關於遊戲好玩/讚賞同學的說話

4 請求加入

5

- 別人**接受**
- 別人**拒絕**時，也要保持禮貌：



「唔緊要，
下次先一齊玩啦」



社交技巧訓練

加入遊戲

A

教導
概念

透過**直接教導**和**示範**，讓學生明白基本概念和技巧

教導概念：教導具體步驟和技巧

- 將步驟和技巧**清晰地**寫下來
- 可利用**視覺提示**、**情境解讀故事**，**情境解讀漫畫**等策略解釋步驟**背後的意義**
- 可配合**獎勵計劃**，以**問答比賽**形式進行

社交技巧訓練

加入遊戲

A

教導 概念

透過**直接教導**和**示範**，
讓學生明白基本概念和技巧

教導概念：導師示範 (預備情景+助手)

i

具體指示 觀察內容

「觀察我們的動作，
最後告訴我
是否完成了
第一步，也就是...，
第二步，也就是...，
以及第三步，也就
是...。」

ii

讓學生一邊
觀察，一邊
做『讚/負評』
的手勢



iii

可重複示範，
並故意
在某步驟上
做錯，以突
出每個步驟
的重要性

社交技巧訓練

B. 透過與學生進行角色扮演，讓學生**熟習**應有的行為及反應

A. 透過**直接教導**和**示範**，讓學生明白基本概念和技巧

A
教導
概念

B
練習/
預演

應用

目標：
懂得怎樣加入別人的
遊戲或活動

02

社交技巧訓練

加入遊戲

練習：以不同社交情境進行角色扮演：

1. 讓兩個同學玩小息時間的遊戲，然後有第三位學生想要加入。讓學生有時說「是」，有時也說「不」。

2. 讓兄弟姐妹邀請朋友來玩遊戲。讓學生詢問是否可以加入。

3. 讓同學和老師一起玩遊戲，然後讓學生詢問是否可以加入。

B

練習/
預演

社交技巧訓練

B. 透過與學生進行角色扮演，讓學生**熟習**應有的行為及反應

A. 透過**直接教導**和**示範**，讓學生明白基本概念和技巧

A
教導
概念

B
練習/
預演

C
應用

C. 促進學生在**日常生活**中**實踐**所學到的知識/技巧

目標：
懂得怎樣加入別人的
遊戲或活動

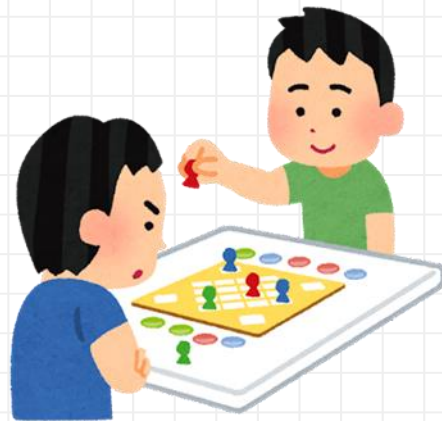
02 社交技巧訓練

加入遊戲

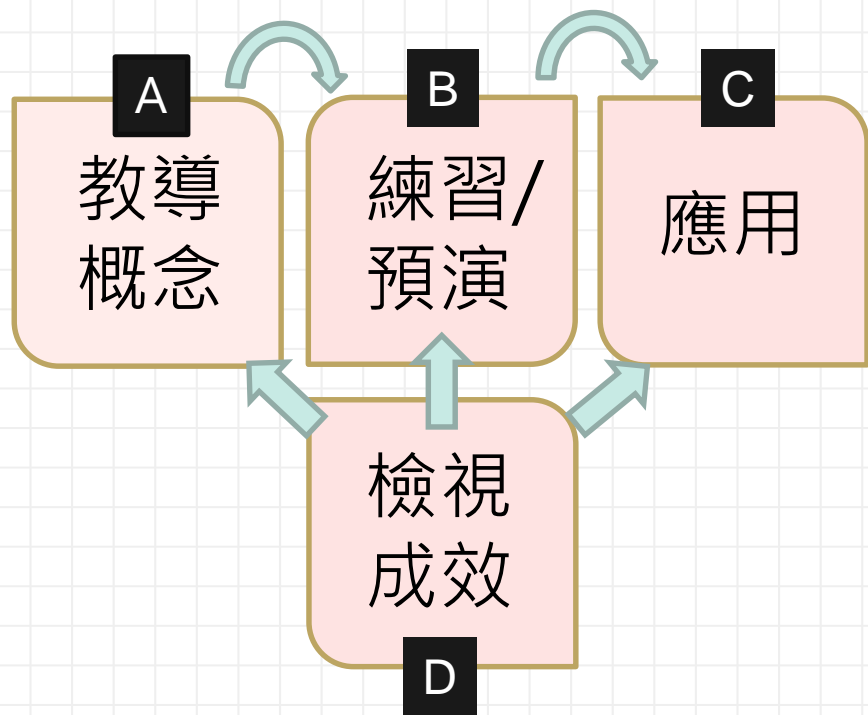
- **製造機會**在學生面前玩她**非常喜歡的東西**，而不要求她加入。
- 提示她或等待她詢問是否可以加入。

C

應用



社交技巧訓練



全校參與分層支援有自閉症的學生 – 學校支援模式運作手冊 (小學版)



第 14 章 資源篇 14.2 教材舉隅

教材分類

點擊  瀏覽或下載教材

1. 小組訓練

- | | |
|------------|-----------|
| ● 自理小組訓練 | ● 電子社交 |
| ● 專題研習小組訓練 | ● 交友小組 |
| ● 小小記者大發現 | ● 升中面試預備班 |
| ● 老友記記錄表 | ● 壓力管理小組 |
| ● LEGO小組 | ● 桌上遊戲小組 |



下載運作手冊