

知行易径

简介（2009-12-22）

知行易径英文名为 SSLD，是 Strategies and Skills Learning and Development 的缩写，原意是策略和技巧的学习与发展。它是一个应用面极广的学习系统，由曾家达博士根据社交技巧训练（Social Skills Training）方法开发而成。

知行易径 (SSLD) 主旨是让人通过学习和发展新的策略与技巧来处理个人生活及人际关系，从而能更有效地达到生活目标，改善生活质量。

曾家达博士于 1970 年代在香港从事临床心理实务期间首次使用社交技巧训练方法。最初，他的主要服务对象为长期精神分裂症和儿童孤独症患者。因应用效果良好，曾博士把社交技巧训练模型应用于其它服务范畴，包括人际关系训练、伴侣关系与性生活问题、青少年行为问题、成瘾问题等等。在 1980 年代，曾博士通过实务、培训和顾问工作将社交培训模型的应用扩大，延伸至学校社会工作、边缘青少年的外展社工、社区组织及倡导工作等。

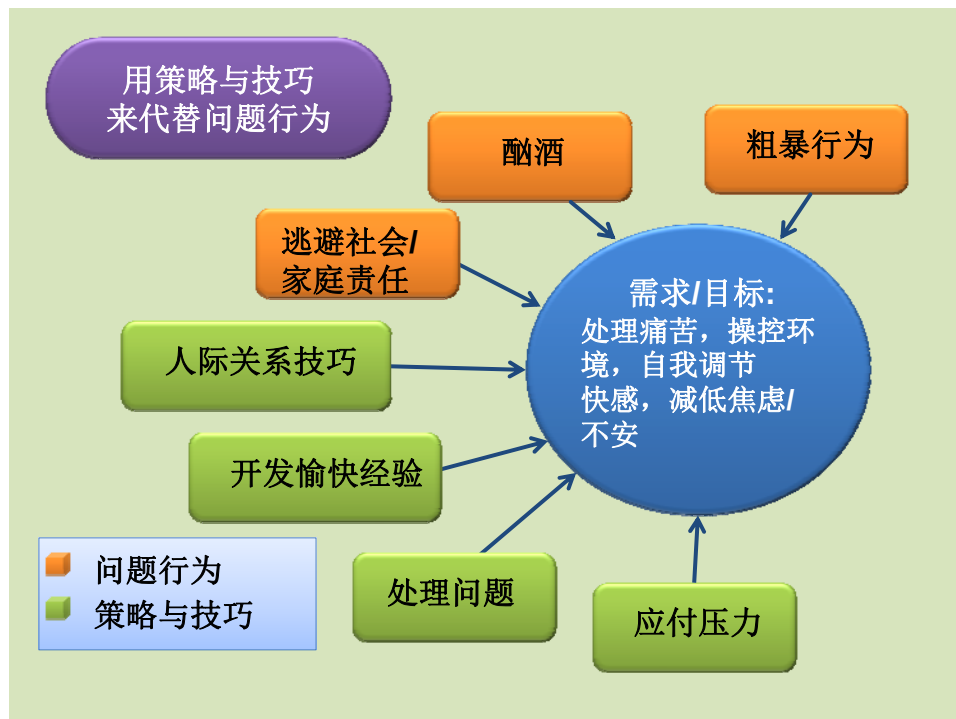
曾博士 1989 年移居加拿大，一直任教于多伦多大学社会工作学院，其间他持续应用社交训练模型于精神卫生、家庭服务、企业管理培训、机构发展及社区工作等范围。多年来，从事社会工作、临床心理学、精神医学、其它健康卫生专业以及人力资源管理、培训师和顾问等专业人员均对此模型表示高度兴趣。有关的工作坊、培训班及咨询工作在加拿大以及其它地区不断展开。

曾博士根据实践经验不断地把原有模式改良。经过反复琢磨实践经验与研发多种应用程式，他和他的学生们于 2005 年发现他在使用此模型时有着独特思路和手法，曾博士于是把这些新实践过程归纳，取名为 SSLD (Strategies and Skills Learning and Development)，及后 SSLD 的应用面日益扩大，包括精神病的积极社区干预、社交恐怖症、亲子游戏与互动、跨文化沟通、失眠、建立健康习惯等多项使用程式，而学习和应用 SSLD 系统的专业人员亦不断增加，在加拿大及亚洲地区每年都有数以百计的社会服务、医疗卫生、精神健康和企业管理专业人员接受有关培训。

由于中国各地学习使用 SSLD 的人员日增，曾博士在 2009 年把 SSLD 的中文名字定为**知行易径**。

知行易径让人通过学习和发展新的策略与技巧来处理个人生活及人际关系，从而能更有效地达到生活目标。

知行易径模型以目标导向，把服务对象经验到的问题，例如吸毒、家庭暴力、妄想症状等，理解为具有功能性的行为，这些表面上有问题的行为其实都在满足着当事者的需要（见附图），了解到这些需要后，我们就可以和服务对象合作找出更有效的策略和技巧来满足他们，让他们可以无须再依赖过去的问题行为。



简单来说，知行易径的操作，根据下列程序进行：

问题 → 需要 → 目标 → 系统学习 → 达成目标 → 满足需要 → 解决问题

我们先找出服务对象问题背后的需要，了解到现在的问题与未能满足的需要之间的关系，根据服务对象的需要来界定社工干预的目标，然后设计出服务对象要学习和发展的策略与技巧，当服务对象掌握了这些策略和技巧的时候，他们就能有效地达到自己的生活目标，满足自己的需要，也就解决了自己的问题。

知行易径系统强调实质行动，聚焦在可观察的具体成果，过去三十多年在中外各地多方的实践让我们积累了不少宝贵经验和实务智慧，加上现在参与共同探讨研发的团队日渐壮大，相信未来的发展会更理想。

有兴趣多了解知行易径系统的同工欢迎浏览<http://ssld.kttsang.com>