



第十一章 淺談 ADHD 的親職教育

蔡美馨

孩子的事就是大事，這是親職教育的精神。談到注意力不足過動症學生的相關教養或輔導，優勢開展的觀念是討論的重點；如何讓愛與管教有路可走，關鍵是如何正確認識，真情接納，提昇知能適切處遇並建構善用資源。民國 95~97 年台灣赤子心過動症協會足跡遍及台澎金馬的每一縣市進行衛教宣導，依據衛教講座所回收的 3710 份有效調查的分析統計報告中，顯示 ADHD 孩子的行為在日常生活中帶給教師和家長的困擾感受是多面性且高強度的；從孩子的角度看她們的成長適應歷程辛苦多艱苦；從資源介入的角度看多元密集的服務資源有其迫切必要。其中教師最困擾的問題依序為 1. 學習狀況差(64.3%)；2. 無法專心(64.0%)。教師與家長在最需要的資訊類別同為 1. 行為問題處理(77.6%)；2. 人際問題處理(76.0%)。另有五成以上的家長對 ADHD 孩子的教養前五名的困擾依序為 1. 無法專心(57.1%)；2. 別人說話似乎沒有在聽(53.2%)；3. 持續度低；4. 不按常規；5. 無法完成指定工作或作業。有 93%的親師表達 ADHD 的情緒行為問題深深困擾挑戰著其個人及周遭親師同儕，他們亟待被提供認識與處遇的知能。

一、認識與接納

認識注意力不足過動症是接納的第一步。打好地基房子才能往上蓋，若未能正確的認識，真情接納談何容易。台灣赤子心過動症協會調查也發現，家長認知不足而致在缺乏認識的情況下無法覺察孩子是否為 ADHD；無法接受 ADHD 為生理性疾病；尋求偏方不尋求專業醫師診斷。而部分教師仍存有 ADHD 是家長管教不當或過度溺愛的問題。

我們對注意力不足過動症的認識，如成因是遺傳、腦傷、腦神經傳導介質失調；症狀是專注力不足、過動、衝動等，都清楚認識、願意接納、有能力面對與處遇了嗎？過動兒發生率，100 人當中就會有 3~8 個人患有此症，但因程度與症狀不同，個別差異大。如依教育部公告 96 年度台澎金馬教育人口共約 500 萬人，同年度全省 ADHD 患者以 5%計，即約為 24 萬之多。每班幾乎會有 1~2 位過動兒，但就診率不到兩成。在未能正確認知下，不能接受面對的家長不少，以致不知如何因應處遇過動兒老在狀況外、人際衝突不斷、經常犯規等擾人課題。





二、知能提昇

民國 96 年度台灣赤子心過動症協會在各縣市教育局處的協助之下，完成共 1113 份的 ADHD 患者基本調查表之有效問卷統計分析報告，其中從不同教育階段來看需求：(1) 不同教育階段的需求重點會有所不同，學前階段需要大量多元的資訊，包括藥物、親職技巧及相關專業專題等，隨著年級增加，開始著重於情緒行為問題處理和人際社交技巧的訓練，以及自我探索、生涯規劃的需求；(2) 無論任何教育階段都有高度需求者包括人際社交技巧訓練、自我探索及生涯規劃、親職溝通技巧及相關課程，支持性團體。對於 ADHD 知能，還有許多地方值得大家了解，說明如下：

(一) 什麼是面對 ADHD 患者較好的態度？

(二) 你知道，注意力不足過動症的孩子，在特殊教育法中，列於嚴重情緒障礙類別中嗎？

(三) 特殊教育法及其施行細則的內容，你知道嗎？其中，個別化教育計畫的內容，鑑定安置輔導機制如何配合，或申訴辦法等…，你都了解了嗎？

(四) 你知道當孩子在普通班發生適應或學習上的困難時，身心障礙學生在普通班的輔導(支援)辦法與安置原則，可讓親師知道如何尋求團隊的支援嗎？

(五) 你了解專注力訓練、情緒管理、社交技巧、時間管理、學習策略或應試能力等…的學習，是過動症的孩子很重要的學習課題嗎？

(六) 親師如何成為孩子的資料管理員？其重要為何？

(七) ADHD 患者家長提昇撫育知能的研習管道為何？學些什麼內容？

(八) 不同醫生給孩子不同的診斷，該怎麼辦？親師帶孩子就醫，如何準備及心態可為何？

(九) 家長害怕孩子受到異樣眼光，不希望資料流入學校或教育局，不敢給學校診斷書，但學校須有依據才能服務，怎麼辦？

要面對多面性且高強度困擾的 ADHD 孩子親師須具備四大能力，具備這些能力，可以改善困境。此四大能力包括：預知能力、處遇能力、情緒管理能力、及幽默欣賞能力。如何做？如何讓動態、互動性知能提升，需要時間慢慢去學習與運用，才能有具體成效。有次演講現場，有位老師說明他的學生兩節課中打翻麵線又打破牛奶瓶的經驗。老師要這孩子拿來抹布擦淨地面為行為負責，想不到孩子卻抹了麵線將麵線甩了一整個教室，散佈在每個角落上；處理牛奶時這孩子更是將他拿著要拖乾吸淨牛奶的濕搭搭的拖把，大甩特甩因而戰火延伸到隔壁班。





以下將以此個案為例說明之。

(一) 預知能力

預知能力是一種深度了解與接納下的預測與解決能力，提前看到癥結並得以即時因應；而非只是隨孩子的狀況不斷起舞、驚慌失措或情緒擺盪。親師不應從單一事件下結論，如此會讓你容易忽略孩子有好的意圖。孩子有可能是——不知怎麼做；因沒信心做到而放棄；經驗不足而做得不夠好；因為方法不好而未能完全做到；即使有努力仍出現閃失等。親師應在這些細節上留心一些其他的可能性，適切的留意與指導，才能讓孩子的學習與態度更進步。狀況一籬筐的孩子，已早有老是搞砸的驚恐及挫敗感，若能了解他這感受，給機會讓他從錯誤中記取經驗、避免再犯，更具教育意義。

(二) 處遇能力

1. 給機會

我們應該陪著打翻麵線的孩子去拿抹布，看著他做好並向同學說明：「小明不小心打翻了麵線，從他的態度很負責認真，並為行為負責，我們應該再給他機會。」

2. 看好一個孩子，孩子就會給我們好看

沒有一個人不會犯錯，每一個人都希望在別人的眼中，是好的、是棒的。當你給孩子機會去修正自己、調整自己。看好他願意改正負責，這孩子會因感恩並期盼自己給您好看，而建構了好的態度與行為。當一個孩子好的行為愈來愈多，不當的行為也就愈來愈少。改變於焉產生。

(三) 情緒管理能力

愈穩定的親師孩子才能愈穩定，引導較混亂較無組織條理的孩子，需有堅定及明確的結構作法與態度。穩定的師長，能穩定孩子的思緒與腳步；沉得住氣的父母，能給自己及孩子空間去找籌碼和退路，孩子才能找到定位，建立自信，邁向穩定。台大醫院高淑芬醫師於 2007 年的「台灣 ADHD 孩童的家庭親職關係調查」發現，ADHD 孩童的母親與孩子與對照組相較有比較大的心理壓力，包括焦慮憂鬱症狀、反應身體不舒服、睡眠問題。而台灣赤子心過動症協會的上述調查報告看到此一現象，教師為處遇全班特質不一狀況的孩子在學習與適應課題，其心力匱乏程度也相當高。

上述小明案例的王老師，更分享當她因小明接二連三地突槌，氣得中午吃不下飯時，其他的同學都閃邊，只有老是白目，老在狀況外的小明，進教室看見仍一臉氣呼呼的老師，咚~咚~咚~地跑過來問：「老師您怎麼了？你是不是沒有飯吃？」說完自顧自溜煙又跑掉，三五秒後，繞了回來，手上拿了個剝到稀巴爛





的橘子，笑盈盈的遞給老師說：「您肚子餓，您吃！」

王老師說她那一刻真是五味雜陳。一個早上的折騰卻因這關愛讓她淚掉了下來。小明知道他搞砸了羊奶與麵線，但顯然弄不清王老師的這一刻吃不下飯跟他有關。教養的挫敗無力，如何能不內傷；偏偏內傷又沒處可向老在狀況外的小明討。老師家長們您不自我情緒關愛，情緒管理行嗎？

(四)欣賞幽默能力

懂得看就看得見，這麼讓老師焦頭爛額疲於奔命的小明，王老師說：「每次他還沒喊完下課，這孩子就神速的從二樓衝到了操場玩了起來…」看來腳程快，會跑，是這位孩子的優勢，您看到了嗎？

三、生涯輔導

讓孩子以興趣能力或性向為原則，考量學校科別或職種。畢竟讓孩子成為一個有用的人，有建設性的人，是教育的最高理想。如若做了好高騖遠或與能力興趣不相符的安排，反易造成孩子更有挫折或難有成就，影響其自尊或失去學習動力。儘早與孩子討論生涯進路的方向，不論是升學或就業，原則須依孩子的興趣能力或性向作考量，請教孩子的老師或輔導室，確切了解孩子的學習風格或優勢，以帶領陪伴孩子平安走過成長的狂風驟雨。

(一) 開展學生優勢，改善學習表現與心智能力，避免產生學習低成就。

(二) 以辯論或激盪思維，以增進常一招半式解決任何問題的能力並提昇挫折時的解決之道，改變其容易自我放棄的狀況。

(三) 訓練其組織架構能力，改善常雜亂無章的混亂失序。

(四) 運用態度原則方法的程序、幫孩子看懂說清，以了解其問題背後的問題，改善其易怒愛發脾氣的狀況。

(五) 藉情緒管理或社交技巧訓練的課程與活動，以改善其情緒穩定度差或不成熟的互動行為。

ADHD 常出現的一定不可能、沒辦法、我不會、可是…不好的想法，常會自動化地出現，造成其負面思考，而全天候地被糾正、指責、拒絕，自尊及自信常低於水位，須協助其建構人生三角凳的機會，給希望，增進其價值、成就、歸屬，提升自尊自信改變其自我形象。

在零拒絕、回歸主流、融合教育的三大教育政策下，已是特殊教育法中身心障礙類嚴重情緒障礙類別的注意力不足過動症患者，依法須被提供個別化教育計畫的適性學習及無心理障礙、無環境障礙、無障礙考試服務措施等之接納與協助，





藉由醫療診治、特殊教育、患者自我成長、親師有效教導、社會大眾的認識了解等配套措施，讓活潑、善良、創意無限如赤子之心的注意力不足過動症患者，被社會教育成具社會生產力，是社會中堅而非社會負擔。

四、資源建構

台灣是否已落實過動兒早期療育～學前的發現、篩選與介入機制，是否已建構完善的 ADHD 診療、鑑定、安置與輔導機制，讓 ADHD 孩子的就學、就養、就醫、就業等全人發展課題，有橫的聯繫與縱的延伸，從托兒所到研究所、從小到老，有完善的配套措施。是否知道過動兒人數？各在哪裡？哪個階段？需求是什麼？是否曾進行 ADHD 之全面普查？是否有「情緒行為資源中心」以建構並因應嚴重情緒障礙親師生之預防研究、教材教法、輔導策略、資源運用？ADHD 學生行為指導、常規建立及課業輔導所需是否有教師助理員從旁協助？一般教師、教育行政人員、社會大眾之認識與輔導知能夠了嗎？更多醫師投入行列以因應身心障礙者之醫療需求了嗎？兒童青少年專科醫師的養成有被重視嗎？如何落實 ADHD 親職教育等等課題，在在都是值得社會重視的課題。

五、訴求與願景

孩子的事就是大事。唯有大家的了解與協助，才能夠幫助智力正常深具社會生產力的過動兒走出自己的未來！過動兒也要有平等就學權，這是憲法權！也是人權。過動家族的願望如下：

- (一) 開創多元接納的環境
- (二) 建立完整診斷及教育輔導配套機制
- (三) 落實就養、就醫、就學、就業等全人發展照護系統



