

# 注意力缺陷過動症學生特質、 需求及所需之課堂協助



ADHD

職能治療師  
陳幸君

113. 8. 23

## • 現職

- 基隆市特殊教育資源中心 相關專業團隊督導
- 基隆市/新北市國中小及幼兒園 兼任職能治療師
- 桃園市學校體系 高中職 兼任職能治療師
- 基隆市伊甸福利服務中心 早療巡迴職能治療師

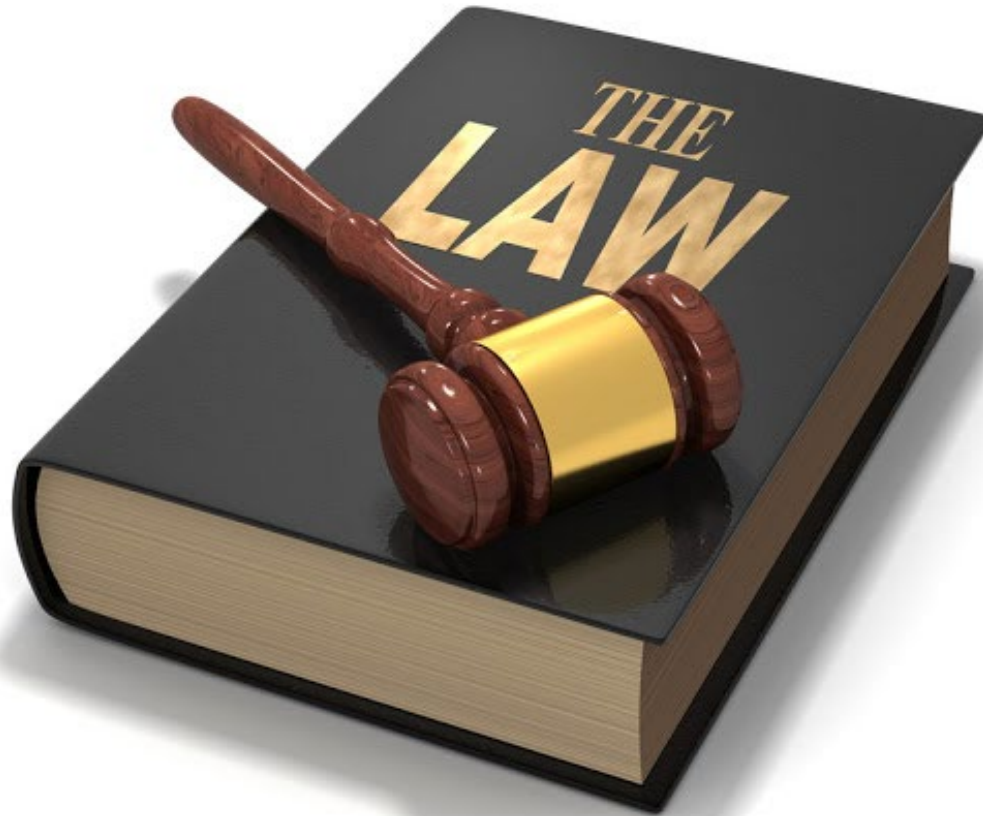
## • 經歷

- 衛福部基隆醫院復健科 生理及小兒職能治療師
- 宜蘭縣教育局特教資源中心 專任職能治療師
- 鄭裕南復健科診所 兒童職能治療師
- 華揚醫院復健科 兒童職能治療師

# 大綱

- 兒童注意力不足過動症(ADHD)的診斷與認識
- ADHD的治療及介入
  - 藥物治療
  - 兒童感覺處理障礙的介入
  - 學校方案的調整
  - ADHD的其他介入

為什麼特教學生需要你？  
你能幫特教學生做些什麼？



# 特殊教育法(第十七條)

- 高級中等以下學校為辦理特殊教育，應設專責單位，依實際需要遴聘及進用特殊教育教師、特殊教育相關專業人員、**教師助理員及特教學生助理人員**；幼兒園設有特殊教育班班級數三班以上者，亦同。

# 特殊教育法(第二十六條)

- 身心障礙教育之實施，各級主管機關應依專業評估之結果，結合衛政、社政或勞政資源，提供身心障礙學生及幼兒有關**復健、訓練**等相關支持服務。

# 特殊教育法(第三十八條)

- 學校及幼兒園應依身心障礙學生及幼兒之教育需求，提供下列支持服務：
  - 一、教育及運動輔具服務。
  - 二、適性教材服務。
  - 三、學習及生活人力協助。
  - 四、復健服務。
  - 五、家庭支持服務。
  - 六、適應體育服務。
  - 七、校園無障礙環境。
  - 八、其他支持服務。

# 特殊教育相關專業人員及助理人員遴用辦法 (第二條)

- 本辦法所稱特殊教育相關專業人員，指為身心障礙學生及其教師與家長提供專業服務之下列專(兼)任人員：
  - 一、醫師：以具專科醫師資格者為限。
  - 二、物理治療師、職能治療師及語言治療等治療人員。
  - 三、社會工作師。
  - 四、臨床心理、職業輔導、定向行動專業人員。
  - 五、其他相關專業人員。
- 本辦法所稱特殊教育助理人員，指協助身心障礙學生學習及生活輔導之下列專(兼)任人員及本辦法施行前已依法任用之生活輔導員：
  - 一、教師助理員。
  - 二、住宿生管理員。



# 特殊教育相關專業人員及助理人員遴用辦法 (第四條)

- 特殊教育助理人員之職責如下：
  - 一、教師助理員：在特殊教育教師督導下，協助評量、教學、生活輔導、學生上下學及家長聯繫等事宜。
  - 二、住宿生管理員：負責特殊教育學校（班）住宿學生之生活照顧、管理及訓練等事宜。

第二條第二項所稱生活輔導員之職責，由其任職學校、幼稚園依前項各款所定職責決定之。

# 您的協助會讓特殊需求學生 學得更好！



# 孩子到底是「靜不下來」， 還是注意力不足過動症(ADHD)？

- 「靜不下來的孩子」的五大類型
  - 個性上無法安靜下來的孩子
  - 受周遭環境影響甚大
    - 家庭因素
  - 精神發展遲緩
    - 智能障礙
  - 自閉症兒童、對立性反抗症
    - <https://www.cigna.com.hk/zh-hant/smarthealth/medical/oppositional-defiant-disorder-causes-symptoms-treatment>
  - 泛稱「注意力不足過動症」的孩子

# 兒童注意力不足過動症(ADHD)的 診斷與認識

## ADHD 注意力不足過動症

小孩12歲之前、以及在兩個情境以上  
(如學校、安親班)出現同樣症狀。

### 1) 過動

意即會坐不住、愛到處跑、彷彿有  
消耗不完的精力、說不完的話。



### 2) 衝動

大人講話愛插嘴、難以等  
待排隊。



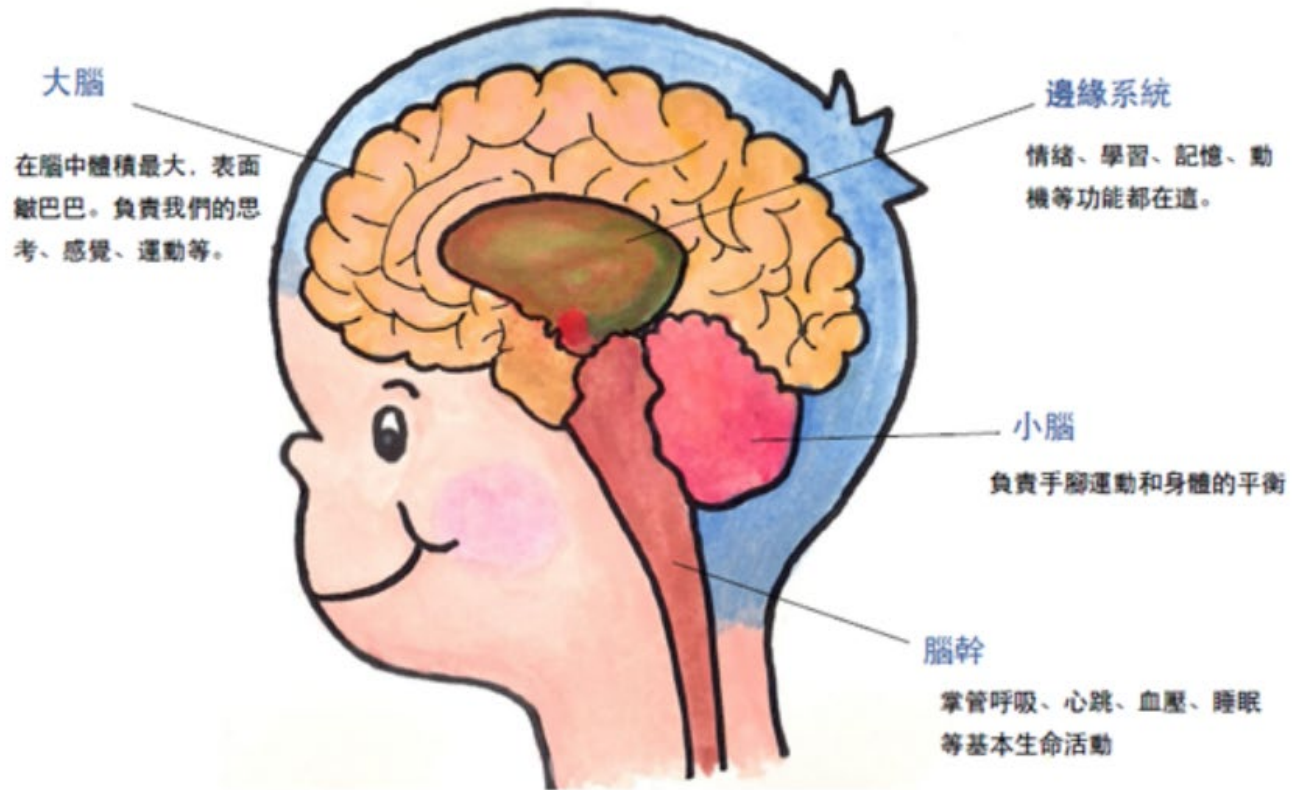
### 3) 注意力不足

看書看不到20分鐘就容易  
分心、考試成績起伏很大、  
容易忘東忘西、做事情容  
易粗心大意、看考卷容易  
落字。

# 兒童注意力不足過動(ADHD)的診斷

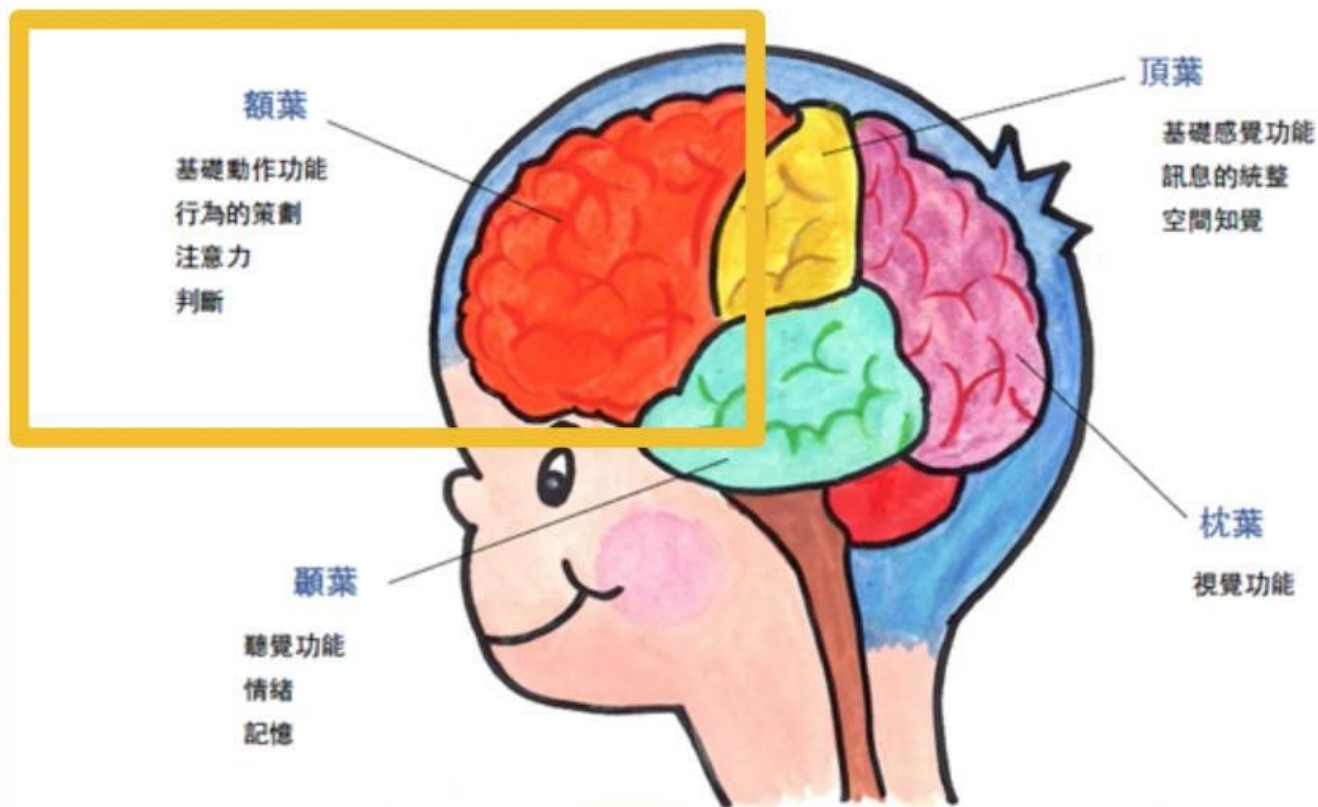
- ADHD(Attention Deficit/Hyperactivity Disorder)為注意力不足/過動症是常見的兒童神經發展疾患，學齡期兒童中有約5-8%受到影響。
- 此障礙症乃源自腦部生理發展不良，以致於前額葉及皮質下腦區和腦部多個區域的局部和連結功能異常
  - 孩子不專心
  - 組織計畫能力不佳
  - 衝動、坐不住，
  - 情緒和動作的控制失調

頭腦由大腦、小腦、腦幹和邊緣系統所構成。

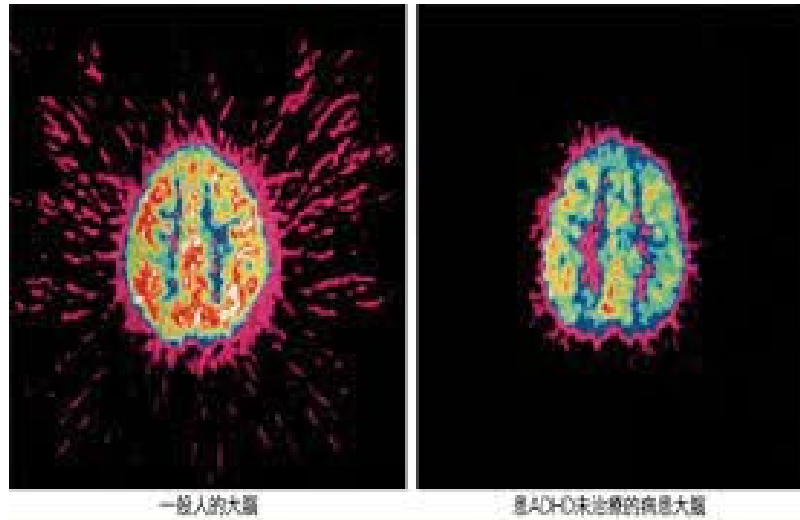


從側邊來觀察腦部，可以分成4個部位：最大的部分是大腦，中間有邊緣系統，它的下方有小腦和腦幹。

大腦皮質分四區～靠近額頭的額葉、頭頂的頂葉、約耳朵位置的顳葉和後方的枕葉。



大腦表皮是由四個部位所組成，額葉、頂葉、顳葉和枕葉。每一個部位都有其功能，也各司其職。



ADHD的病患葡萄糖代謝活性明顯較低(白、紅、橘代表活性較高)

大腦發展沒有其他小朋友完整所以常常控制不住衝動，美國國家健康研究院指出，ADHD患者腦部發展成熟時間會比正常人晚幾年，尤其是大腦前額皮質部分。

前額葉主要負責執行功能包括：專注力、計畫能力以及問題解決能力。



# 兒童注意力不足過動(ADHD)的診斷

- 主要的症狀表現分為三種型態(DSM-5分類)
  - 注意力不足型
  - 過動、衝動型
  - 合併型

# 兒童注意力不足過動(ADHD)的診斷

- DSM-5的ADHD診斷五準則：
  - 具干擾功能或發展的**持續**注意力不足或過動—衝動樣態(pattern)，有以下不專注或過動—衝動之特徵。
  - **12歲以前**就有數種不專注或過動—衝動的症狀。
  - **數種**不專注或過動—衝動的症狀在二種或更多的情境表現。
  - 有**明顯證據**顯示症狀干擾或降低社交、學業或職業功能的品質。
  - 這些症狀不是單獨出現於思覺失調症或其他的精神病症，無法以另一精神障礙症做更好。

# 兒童注意力不足過動(ADHD)的診斷

- **注意力不足過動症是屬於生理方面的疾病。**
  - 不是所有罹患ADHD的兒童都會有行為問題或是出現行為規範障礙。
  - 研究顯示，父母婚姻不睦、單親家庭、家庭功能失調、母親過度干預、親子關係不佳、雙親的自尊程度、社經地位、教育程度、嚴厲教養模式等家庭功能或親子互動因素，**並不會引發注意力不足過動症**，但不良的親子關係或教養方式，可能影響症狀的表現。
  - 要正確診斷ADHD是一件複雜的工作，需要來自多方面的資訊。臨床診斷需依據**父母、學校老師和兒童自己的報告**以及對兒童的行為觀察和記錄，最後由臨床醫師綜合病史資料、行為觀察和相關測驗做正確的診斷。

# 兒童注意力不足過動(ADHD)的診斷

- 診斷ADHD需要有不專心或過動、衝動的症狀，且出現的頻率及嚴重度較同齡兒童為高並持續六個月以上。
- 有些在七歲之前就出現症狀，並且出現在兩個場合以上（例如：學校及家中），這些症狀造成患童個人的困擾，影響其社交能力及學業成就。

# 兒童注意力不足過動(ADHD)的診斷

- 附件1

- [https://youtu.be/LhB5Q0izuR8?si=tU7\\_MFWlhyUtbF2L](https://youtu.be/LhB5Q0izuR8?si=tU7_MFWlhyUtbF2L)

# 影響學習專注力的其他障礙

- 智能障礙
- 自閉症、亞斯伯格症
- 妥瑞症
- 學習障礙
- 網路成癮
- 心理因素，如，對立性反抗人特質、受虐、  
家暴
- 人際互動困擾
- 作息不正常

# ADHD常見的迷思

- 迷思1：長輩說孩子不聽話，棍子拿出來就好了，哪有甚麼過動，只是大人不會教！
- 迷思2：ADHD不管他，長大就會自己好？
- 迷思3：為什麼注意力不足和過動吃一樣的藥？是不是比較嚴重才需要吃藥？
  - [https://youtu.be/ltcnx0ti60o?si=zody8\\_QOHlv8zLal](https://youtu.be/ltcnx0ti60o?si=zody8_QOHlv8zLal)

# ADHD常見的迷思

- 迷思4：吃藥有很多副作用？
- 迷思5：有人說藥物是兒童毒品，吃了會上癮？
- 迷思6：如果不吃藥，靠運動、上才藝課、做感覺統合、或是補充營養品，對ADHD有效嗎？
  - [https://youtu.be/wGHn2gwtOfQ?si=SmyxVzrxd\\_uNBSF](https://youtu.be/wGHn2gwtOfQ?si=SmyxVzrxd_uNBSF)



# ADHD孩子的治療及介入

- 藥物治療
- 兒童感覺處理障礙的介入
- 學校方案的調整
- ADHD的其他介入

# ADHD孩子的藥物治療

學名	商品名	中文名	劑量	藥品外觀	食用時機/作用時間
Methylphenidate	Ritalin	利他能錠	10mg		分別在早餐和午餐前服用一顆5毫克的利他能，並視需要，以一個星期為一次劑量的調整週期，每次調整的幅度為5或10毫克（mg）。無論分幾次服用，每天的總劑量不建議超過60毫克。（6-18歲） 3-4小時
	ConcertaE.R	專思達長效錠	18mg		12 小時
	Ritalin LA	利長能持續性藥效膠囊	20mg		有10、20、30、40和60毫克五種劑型 6-8 小時
	Methydur	思有得持續性藥效膠囊	33mg		3-6小時

# 利他能錠

是健保局規定適用在注意  
力不足症候群診斷的**第一**  
線用藥，且**需由醫師開立**  
處方後的**依指示服用**，並有  
明確的**醫學研究驗證**，該  
藥在**專業醫師的診斷及**  
方下，**在治療上**有**一定**  
症候群的**治療**上**有**一**定**  
成效。

利他能是**短效性的藥**，**藥效**  
只能**維持3~4小時**。



# 利他能錠

- 副作用包含：焦慮與失眠、瞳孔放大、過敏（包含一些皮疹、蕁麻疹、發燒、關節痛等等）、壞死性血管炎、厭食、噁心、暈眩、心悸、頭痛、類似妥瑞症的肌肉不自主運動、昏睡、血壓上升、級脈搏改變、心跳加速、心肌缺氧、心律不整、腹痛、藥物依賴，長期服用的話可能導致體重減輕。
- 利他能雖是中樞神經興奮劑，但並非毒品，而是列為第三級的管制藥品。

# 利長能持續性藥效膠囊

- 中樞神經興奮劑
- 應整粒吞服，或者可打開膠囊，將內含小顆粒撒在蘋果醬、冰淇淋或優格上，但不可壓碎或咀嚼小顆粒，也不可加熱或隔餐使用。
- 藥效8~12小時，在上學前服用一次。
- 相關副作用
  - 緊張、焦慮、頭痛、噁心、食慾下降、失眠。



# 專思達長效錠

- 中樞神經興奮劑
- 需整顆吞服，不能咀嚼、咬碎或壓碎，以免雷射孔膠囊被破壞。
- 在十五分鐘之內就開始作用，藥效長達12小時，在上學前服用一次。



# 專思達長效錠

- 副作用包括：可能會失眠、降低食慾、減輕體重、臉部抽筋、胃痛、頭痛與緊張。
- 不適用於嚴重的憂鬱，及小於六歲小孩。

# 思有得持續性藥效膠囊

- 中樞神經興奮劑
- 應整顆吞服，不可咀嚼、剝半或磨粉。
- 藥效8~12小時，在上學前服用一次。
- 相關副作用
  - 緊張、焦慮、頭痛、噁心、食慾下降、失眠。



更新日期：2021.03.02

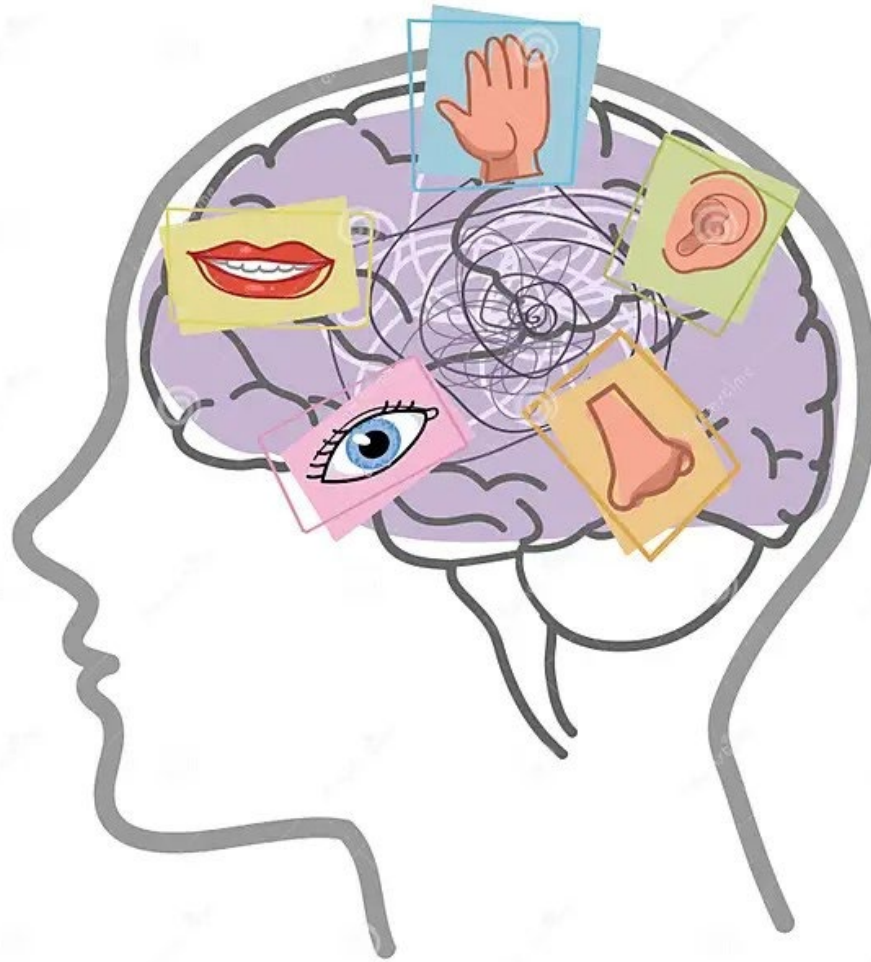


# 思銳(Atomoxetine)

- 非中樞神經興奮劑
- 可以有效提升孩子大腦中正腎上腺素與多巴胺的作用，以改善孩子的注意力及衝動控制能力。
- 一天服用一次，效果可以持續 24小時，但患者必須每天持續服用2~4週後才會開始出現療效。
- 因此在服用思銳時不能短期(假日)停藥
- 副作用以噁心、食慾不佳等腸胃道不適以及頭痛較為常見。另外也可能會有失眠或嗜睡情形，依個人體質而定。



# ADHD 兒童感覺處理障礙 的介入



# 感覺處理障礙

- 感覺調節障礙
- 感覺區辨障礙
- 感覺相關的動作障礙

# 感覺調節障礙

- 感覺過度敏感
- 感覺反應不足
- 感覺尋求

# 感覺調節障礙

- 感覺過度敏感
  - 逃避感覺刺激
  - 即使是一般強度的感覺刺激他們都感受很強烈，他們覺得外界的感覺訊息好像「炸彈」一般在轟炸他們。
  - 這種情況稱為「感覺防禦」(sensory defensiveness)。
  - 這些孩童會逃避或想辦法降低外來的感覺訊息，例如避免被碰觸，挑剔衣服的質料。

# 感覺調節障礙

## ■ 感覺反應不足

- 他們的神經系統似乎對感覺輸入不曾知覺到
- 對感覺刺激的需求不曾滿足過，他們不斷的尋求感覺刺激，或尋求較強或較長的感覺經驗。
- 例如動個不停，坐時會搖椅子，站著會在原地跳躍或四處觸摸，喜歡自高處跳下來等。

# 感覺調節障礙

- 感覺反應不足常見的問題：
  - 不斷的尋求感覺刺激顯得過動
  - 常察覺不到被碰觸或疼痛
  - 常去碰觸他人，或碰觸得太用力，以致被人誤以為是攻擊行為
  - 從事危險活動，例如爬得很高，或自高處跳下來
  - 喜歡大的聲響，例如電視或收音機開得很大聲

# 感覺相關的動作障礙

- 有些孩童因為無法適當處理感覺訊息
- 對於計畫和執行新的動作以及形成目標或概念或發展新的動作技巧有困難
- 這些孩童通常動作笨拙，容易發生意外



# 感覺相關的動作障礙

- 他們常見的問題：
  - 精細動作技巧差，例如書寫
  - 粗動作技巧差，例如踢球、丟、接球。
  - 模仿動作困難，例如玩「請你跟我這樣做」
  - 有平衡、順序動作、兩側協調上的困難

# 感覺活動設計及介入



# 感覺處理障礙

- 感覺調節障礙
  - 觸覺防禦
  - 感覺反應不足
- 感覺區辨障礙
- 感覺相關的動作障礙
  - 無法適當處理感覺訊息
  - 計畫和執行新的動作有困難
  - 有平衡、順序動作、兩側協調上的困難

# 感覺動作活動的設計

- 觸覺活動
- 前庭本體覺的活動
- 促進兩側整合的活動
- 促進動作計畫能力的活動

# 觸覺活動-徒手按摩的療法

- 腹部、腰部、及大腿內側較為敏感，避免按摩到這些部位
- 徒手按摩方式
  - 上肢、下肢、頸肩、背部各按摩50下
  - 沿著脊椎兩側，以手指橫向按摩背部50下
  - 練習

# 前庭本體覺的活動

- 跳床活動
- 邊在跳床上彈跳邊投球入籃框或丟沙包
- 溜滑梯（坐著畫趴著）
- 慢速規律性的盪鞦韆（前後搖晃一次算一下，一秒一下）

# 前庭本體覺的活動

- 跳跳球或跳跳馬，玩官兵抓強盜的遊戲
- 趴或坐或側躺在旋轉盤上旋轉，或邊轉邊丟球
- 在吊網上旋轉
- 袋鼠跳

# 前庭本體覺的活動

- 趴或坐在滑板上，自斜坡衝滑下來，去撞擊末端的大球或空紙箱
- 趴或坐在滑板上，自斜坡衝滑下來，中途丟球給孩子接
- 趴或坐在滑板上，雙手撥地前進
- 小鬥牛（趴在滑板上，用頭去頂大球）



# 前庭本體覺的活動

- 趴或坐在大球上，上下彈
- 讓小孩趴在大球上，大人抓住小孩的腿，做來回向下俯衝的動作
- 讓小孩趴在大球上，大人抓住小孩的腰或腿部，讓小孩檢起地板的球或沙包，將身體及頭抬起來，將球或沙包丟出

# 前庭本體覺的活動

- 自高台上跳入球池，然後在球池裏尋找玩具
- 在平衡板上走或丟接球或拍球
- 走不穩定的平面

# 促進兩側整合的活動

- 坐在滑板上手拉繩子前進
- 在地上灑滿小球，要求孩子趴在滑板上將所有的球檢起
- 袋鼠跳或青蛙跳
- 「船行」，及雙腳伸直坐在地板上，以手及腳前後移動



<https://www.youtube.com/watch?v=aoQ2Djz6x8c>

# 促進動作計畫能力的活動

- 雙手丟接球或跳躍
- 在彩虹滾筒中滾動
- 障礙賽
- 做出不同的姿勢讓孩子模仿

# 促進動作計畫能力的活動

- 做出不同的表情讓孩子模仿
- 做出兩個以上步驟的動作讓孩子模仿
- 以積木疊出不同形狀的模型讓孩子模仿

# 幼兒園中的作息活動



# 活動引導原則

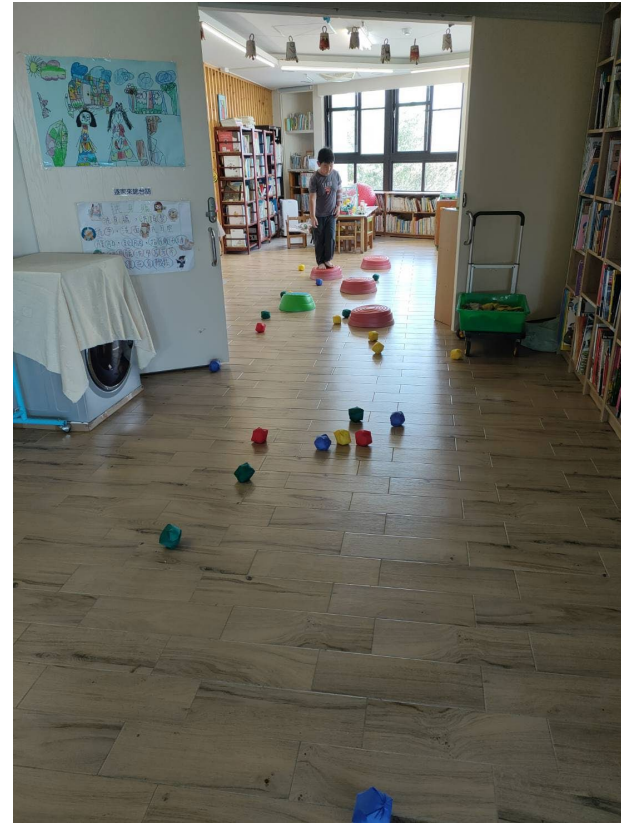
- 仔細觀察孩子的狀況
- 從孩子喜好的遊戲或刺激先著手





# 活動引導原則

- \*引導孩子計畫自己的遊戲或行動
- \*有計畫的感覺輸入可誘發出適當的行為
- \*可引導孩子運用想像力



# 活動引導原則

- 適當的行為可刺激感覺統合的發展
- 適當的行為可加強孩子行為組織的能力
- 在活動中，小孩的主動性愈強，愈能刺激神經的組織，有助於腦部發展

— 活動照片

# 活動指導原則

\* 愈成熟及複雜的行為，須由愈多的原始行為組成



活動盡量遊戲化，給予小朋友的活動不可過度，且必須隨時觀察孩子的反應是否適當

# ADHD孩子的治療-

## 學校方案的調整

- 座位的調整
- 上課前的活動
  - [03線上破冰遊戲～老師說 \(youtube.com\)](#)
- 課程中學習時間的調整

# ADHD孩子的引導及介入- 學校方案的調整

## • 適時的引導及提醒

- 可再更多的堅持，態度再嚴肅些。
- 可先告訴他要做的活動有哪些？怎麼做？要做幾次？避免用呵護的語氣詢問他要不要做，以溫和堅持的態度，引導他配合及延長執行學習活動的時間。
- 也可以條件交換的方式，要求學生完成該執行的學習活動，就可以去做自己想做的活動一下下。
- 以動作、手勢、示範、直接帶著他的手做…等方式引導他學習。
- 運用同儕的吸引力(團體動力)

# ADHD孩子的引導及介入- 學校方案的調整

- 接納其特別的需要
  - 無法維持坐姿、扭動身體、無法持續的專注

兒童注意力不足過動症  
(ADHD)  
的其他介入



# ADHD的其他介入

- 行為治療(行為規範)
  - 利用「刺激—反應」的增強或抑制的原理，以外在的具體增強物（如：酬賞、獎品的給予），或精神層面的增強物（如：讚美、榮譽感等），雙管齊下，增強孩子的合宜行為，修正不恰當的行為反應。
  - 建立好行為、好習慣。
  - 觀察家中的孩子在治療期間的行為變化，並登記在附件的好行為紀錄表。
  - 增加孩子好行為的動機，建立其自信心。
  - 找出孩子在從事哪些活動時可以靜下來，可以作為注意力訓練的開始。

# 行為治療

- 獎勵
- 忽視
- 警告
- 處罰

# ADHD孩子的治療

- 行為治療
  - 獎勵
    - 具體的獎勵
      - 小禮物、吃大餐、象徵性獎勵計畫表
    - 精神上的獎勵
      - 口頭讚美、欣賞、鼓勵、認同、關懷
    - 獎勵要立即、適中不誇張、褒貶分明、隨時評估效果

# ADHD孩子的治療

- 行為治療
  - 忽視
  - 警告
    - 事先訂好規則，努力協助學生遵守，若依然違規則給予警告。
    - 搭配有效及立即的處罰

# ADHD孩子的治療

- 行為治療

- 處罰

- 考慮孩子的發展階段、堅持、對事不對人
    - 明確清楚、把握處罰時效、平靜的處理
    - 隱密性、身體語言、不要造成孩子的怨恨
    - 指出可接受的行為
    - 評估效果

# ADHD孩子的治療

- 行為治療
  - 五種處罰的方式
    - 矯正錯誤
    - 拿走他的東西
    - 簡短的責罵
    - 隔離反省
    - 身體接觸

# ADHD的其他介入

- 大腦保健

- 生活方面，不要吃奶茶、可樂、油炸食物

- 玩電玩及看電視時間要限制

- 多運動可以改善專助力，運動要有目標，要重覆，不過度亂動。

- 跳繩兩百下

- 操場跑五圈

- 溜滑梯 20 次，以鍛鍊耐力。

- 食品添加物影響孩童注意力

# ADHD的其他介入

- 訓練耐心及活動的持續時間
  - 陪同孩子玩桌遊、閱讀繪本
  - 體能活動
  - 團體遊戲(紅綠燈、鬼抓人、老鷹抓小雞…)
  - 整理玩具或書櫃、協助家務
  - 引導學生在執行活動時，重複多次一些，如，溜滑梯可溜10趟、玩拼圖或益智積木可持續5-8分鐘，丟球或拋接球可丟20下，提升活動持續的時間。



# 搶救童愛-消除過動兒暴戾之氣

- <https://www.youtube.com/watch?v=JtJTa-5Hmg8>



先接納孩子的問題，再逐漸改善狀況



# 謝謝聆聽！

