

# 認識ADHD 及 注意力訓練

職能治療師 陳宜男

122130@cch.org.tw



彰化基督教醫院復健科 職能治療組 組長

彰化縣職能治療師公會 理事長

彰化基督教醫院復健科 職能治療師

中華民國職能治療師公會全國聯合會 理事

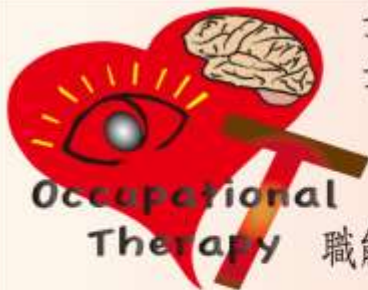
彰化縣身心障礙委員會 委員

Education · Parenting  
Family Lifestyle  
親子天下嚴選

部落客

Facebook

請搜尋  
職能治療師  
陳宜男



彰化縣職能治療師公會 理事長  
彰化基督教醫院復健科 職能治療組長

陳宜男

Chen Yi-Nan



個人信箱：122130@cch.org.tw

行動電話：0911-115-524

連絡地址：500彰化市南校街135號4樓復健科

學歷：

台中教育大學早期療育研究所

高雄醫學大學職能治療學系

經歷：

中華民國職能治療師公會全國聯合會 理事

彰化縣身心障礙鑑定委員會 委員

育兒生活雜誌感統開發專欄作家

著作：

視覺專注力遊戲在家輕鬆玩 1、2、3

如有專注力、感覺統合、成人運動復健、生活輔具、兒童手寫等演講需求，敬請與我連絡！



培養專注力之前  
父母必修的十堂課—  
關於兒童教養



# 必修課1：學會陪伴

- 培養良好的親子關係從陪伴開始！
- 學步車。

1. 33%以上的家長晚上八點以後才回家。
2. 10%的家長甚至九點以後才回家。
3. 40%的孩子，與父母共進晚餐的天數低於3天。
4. 50%以上的家長每天陪伴孩子少於30分鐘。
5. 35%的家長與孩子的對話內容僅止於「成績/功課」或「生活作息」。
6. 74%以上的家庭，每天陪伴孩子的活動為看電視。

## 必修課2：讀「心」術

- 試著去了解孩子在想什麼，他們所想的一定跟我們不一樣，因為他們是「孩子」。
- 「調皮搗蛋」或「尋求關心」。
- 「不專心穿襪子」或「無法穿襪子」。

# 必修課3：學會鼓勵

- 鼓勵勝過於嚴苛要求。
- 鼓勵勝過於處罰與責罵，善用負向回饋。
- 「多穿件外套唷，外面很冷」與「你要是不穿外套，等等感冒了你就給我試試看」。
- 「功課趕快寫，寫完可以看卡通」與「不趕快寫，等等不讓你看卡通」。

# 必修課4：家長態度要一致

- 黑臉：我到底是不是你們生的？
- 白臉：三千寵愛在一身！
- 三代同堂。

# 必修課5：放手讓孩子冒險

- 「過去的孩子」與「現代的孩子」。
- 「美國的孩子」與「台灣的孩子」。
- 感覺統合異常。
- 湯匙與剪刀。
- 孩子何時要上學？
- 您何時可以放心讓孩子跟朋友出遠門？



# 必修課6：操之過急，揠苗助長

- 急著練習站立。
- 太早學寫字、認字。
- 學習勝過於遊戲 !?

# 必修課7：營造良好的遊戲/學習環境

- 遊戲室、閱讀室與書房：黑手家族。
- 固定的遊戲/學習環境：夜市人生。

# 必修課8：小資族也要買玩具

- 一分錢一分貨。
- 發揮玩具的最大效益。

# 必修課9：了解孩子的發展

- 專業判斷（專業團隊下鄉篩檢、就醫...）
- 經驗比較（育兒經驗、鄰居小孩）
- 閱讀發展相關資訊（如教養書、媒體、課程）
- 學校老師或親友發現

☺早療黃金期：0-6歲（0-3歲）☺

# 必修課10：身教與言教

- 父母講話要小心。
- 父母壞習慣要先改。
- 吵架不要讓孩子撞見。
- 家暴絕對禁止。



何謂ADHD ？

Attention Deficit and Hyperactivity Disorder

# ADHD的行為表徵

- ADHD兒童通常被家長和老師指為「慌慌張張」、「總是動來動去」、「不休息」以及「容易出意外」。(Whalen, 1989)
- 過動的品質是很重要的特徵，相對於一般同年齡的兒童，他們雖然好動但行為有目標，ADHD兒童的過動行為顯得失序、隨便、不合宜。
- ADHD兒童在社會情境中較常依循非典型和不利於己的目標，如找刺激、好辯地爭論(Whalen & Henker, 1985)。

# ADHD的行為表徵(續1)

- ADHD兒童通常被家長和老師指為「慌慌張張」、「總是動來動去」、「不休息」以及「容易出意外」。(Whalen, 1989)
- 過動的品質是很重要的特徵，相對於一般同年齡的兒童，他們雖然好動但行為有目標，ADHD兒童的過動行為顯得失序、隨便、不合宜。
- ADHD兒童在社會情境中較常依循非典型和不利於己的目標，如找刺激、好辯地爭論(Whalen & Henker, 1985)。



# ADHD的行為表徵(續2)

- ADHD兒童到了青少年與成年階段適應困難的危險性會更大量提高，問題的範疇從自尊和社會關係會延伸到嚴重的犯罪問題(Klein & Manuzza, 1991; Thorley, 1984; Weiss & Hechtman, 1993)。
- ADHD兒童的朋友較少，容易受到同儕的拒絕(Johnston, Pelham, & Murphy, 1985; Whalen, Henker, Dotemoto, & Hinshaw, 1983)。

# ADHD的行為表徵(續3)

- 品行上的問題-攻擊、不聽話、破壞性行為-通常伴隨ADHD的症狀出現(Hinshaw, 1987; Szatmari, Boyle, & Offord, 1989)。
- ADHD的學齡兒童伴隨出現品行疾患(conduct disorder )是日後出現負向結果的最佳預測指標(Farrington, Loeber, & Vankammen, 1990)。

# 學習上遭遇的問題

- ADHD的兒童學習能力和學業成就通常是功能不良的主要領域之一(Edelbrock, Costello, & Kessler, 1984; McGee & Share, 1998)。
- 大約有**30%-40%**的兒童伴隨學習障礙(Bain, 1991)，注意力缺失兒童的學習障礙較特殊，如閱讀、拼字障礙佔的比例偏高。
- 惡性循環：因症狀影響學習，導致基礎能力不佳，課業落後情況日益嚴重。

# 動作協調問題

- 文獻中顯示約有50%的ADHD會因核心症狀而影響其精細或粗大動作的發展。
- 除精細動作、粗大動作發展遲緩外，亦可能出現動作協調方面的問題。
- 當ADHD合併有發展性協調障礙(DCD)時，其動作表現更容易出現問題 → *deficits in attention motor control and perception (DAMP)*

# 評估要領

- 評量必須是多重模式、完整的且多重情境。
- 在某些情境下，這些兒童的注意力與行為問題並不明顯，例如：
  1. 進入新的、刺激的環境(不同刺激、導入新內容)。
  2. 由成人引導兒童的行為(如兒童單獨和成人在一起)。
  3. 在遊戲場合不一定會出現問題。
  4. 短時間的注意較沒有問題，注意時間越長問題會越明顯。
  5. 對於有興趣的事情相當專注。

**這是我們應該思考的第一個問題！**

**兩份測驗(一份評估場所，一份家中)**

# 評估要領(續1)

## ■ 評估的方向：

1. DSM-IV診斷標準
2. 多面向評估評估：眼球動作功能、視覺認知、注意力與衝動行為、手眼協調、感覺統合評估
3. 自訂行為觀察量表
4. 魏氏兒童智力測驗(須至鑑定醫院執行)

# 評估方向-1

DSM-IV(精神科診斷準則-第四版)

# DSM-IV(精神科診斷準則-第四版)

■ 根據DSM-IV，可分為三種亞型：

a. ADHD predominantly inattention type  
(注意力不良亞型)

b. ADHD predominantly hyperactivity  
impulsive type(過動/衝動亞型)

c. ADHD combine type(混合型)

注意力缺失 ≠ 過動兒

注意力缺失 ≠ 充滿行為問題

注意力缺失型：27%

過動/衝動型：18%

混合型：55%

(Wilens, Biederman, & Spencer, 2002)

82%



# DSM-IV

## ■ 診斷標準

- a. 兒童注意力不良或是過動與衝動的症狀必須持續至少六個月。
- b. 注意力不良的症狀(六個或六個以上)。
- c. 過動與衝動的症狀包括(必須出現六個或六個以上)。
- d. 如同時符合a、b、c，即為混合型。

# 注意力不良的症狀

1. 通常無法密切注意細節，或在學校作業、工作或其他活動上粗心犯錯。
2. 在工作或遊戲時注意力持續有困難。
3. 經常不專心聽別人正在說的話。
4. 經常不能遵守指示把事情做完，無法完成學校作業或家事。
5. 經常在組織工作或活動上有困難。
6. 逃避或不喜歡需要全神貫注的任務。
7. 經常遺失工作或活動所必備的東西。
8. 較容易被外在刺激轉移注意力。
9. 經常在日常活動中忘東忘西、丟三落四。

# 過動與衝動的症狀

## ■ 過動

1. 經常手忙腳亂或坐時扭動不安。
2. 在教室或是其他需要坐著的場合理常離開座位。
3. 在不當的場合裡經常到處跑來跑去或是攀爬。
4. 經常很難安靜地遊玩或是從事休閒活動。
5. 經常「動來動去」或像「裝了馬達」般四處活動。
6. 經常過度說話。

## ■ 衝動

1. 經常在問題還沒問完就搶問。
2. 須輪流時經常有等待困難。
3. 常常打斷或干擾別人。

# DSM-IV(續1)

- 部分症狀在七歲以前即出現。
- 症狀出現於兩種或兩種場合以上。
- 有足夠的證據顯示社會、學業或職業功能已有臨床重大損害。
- 兒童的症狀並非由廣泛性發展疾患、精神分裂症或其他精神病障礙所引起的。

## ADHD VS Asperger

# DSM-IV(續)

## ADHD VS Asperger

事件	ADHD	Asperger
對於新鮮物品的好奇心	迅雷不及掩耳的碰一下，一下子就沒興趣的跑開了……	慢慢接近，旁敲側擊，打破砂鍋問到底，即使對方生氣也不放棄
課堂上分心或吵鬧的狀況	受到外界干擾而分心，或不斷找別人講話	受儀式性行為所干擾，口中喃喃自語不斷反駁老師所說的話
於同儕之間顯得較沒人緣	動作粗魯，行事魯莽，經常捉弄同學，好爭辯，常打斷他人說話，對於自己在行的事情凡事喜歡搶當第一	不會看他人臉色，講話過於直接，說話或行為不合時宜，對於他人所說的話都抱持著疑惑的態度，嘴巴總是在碎碎念
與他人分享	凡事急著與他人分享、炫耀	不太喜歡直接與他人分享或炫耀，但有時會利用間接的方式希望吸引他人注意
情緒問題	遇到不如意的事情容易動怒，甚至會出現較為誇張的外顯行為	不太會表達自己的情緒，即使生氣也會板著臉憋住不說

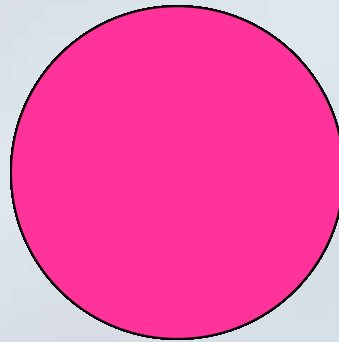
# 評估方向-2

多面向評估

注意力與衝動行為評估

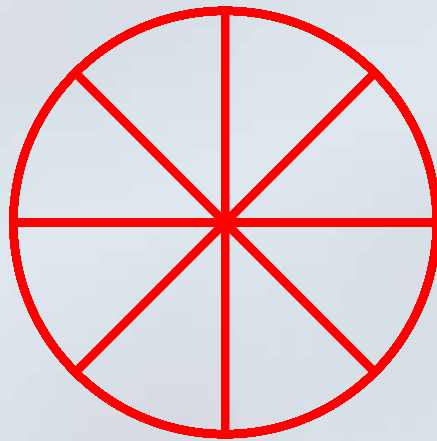
# 注意力與衝動控制評估-1

- 評估方式：看到紅色圓圈拍手，計時90秒。
- 評分方式：記錄錯誤的次數。



# 注意力與衝動控制評估-2

- 評估方式：看到  拍手，計時90秒。
- 評分方式：記錄錯誤的次數。





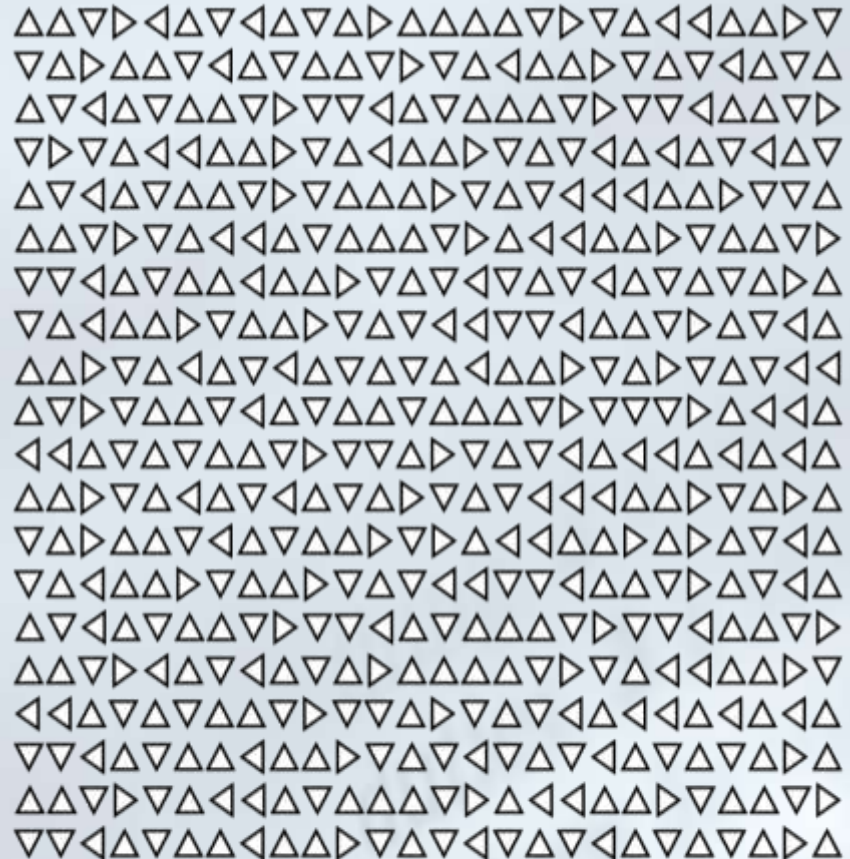
# 注意力與衝動控制評估-3

評估重點：

1. 注意力
2. 持續度
3. 執行效率
4. 準確度

請找出所有△並塗上顏色。

受測者：\_\_\_\_\_ 施測者：\_\_\_\_\_



評估結果：

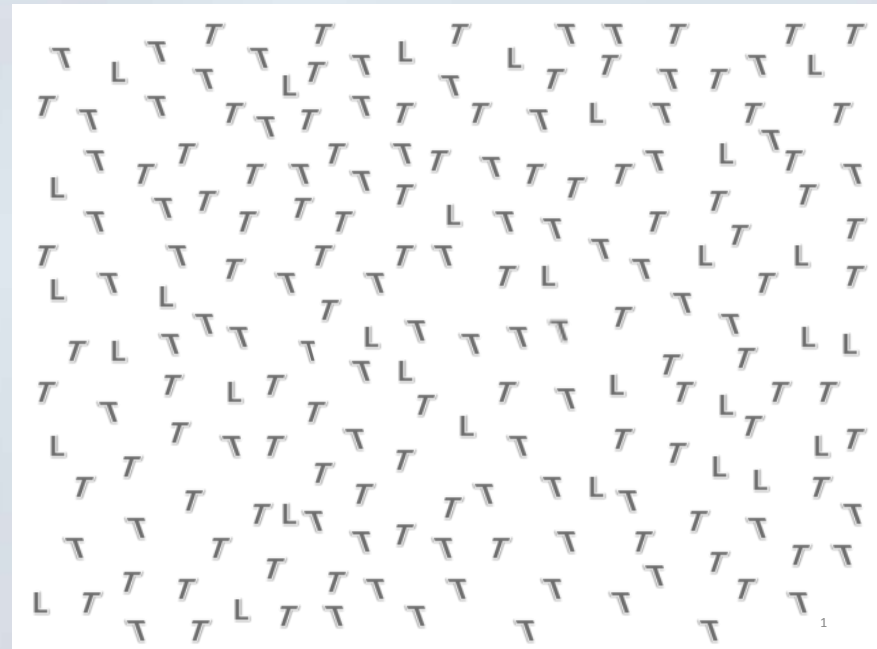
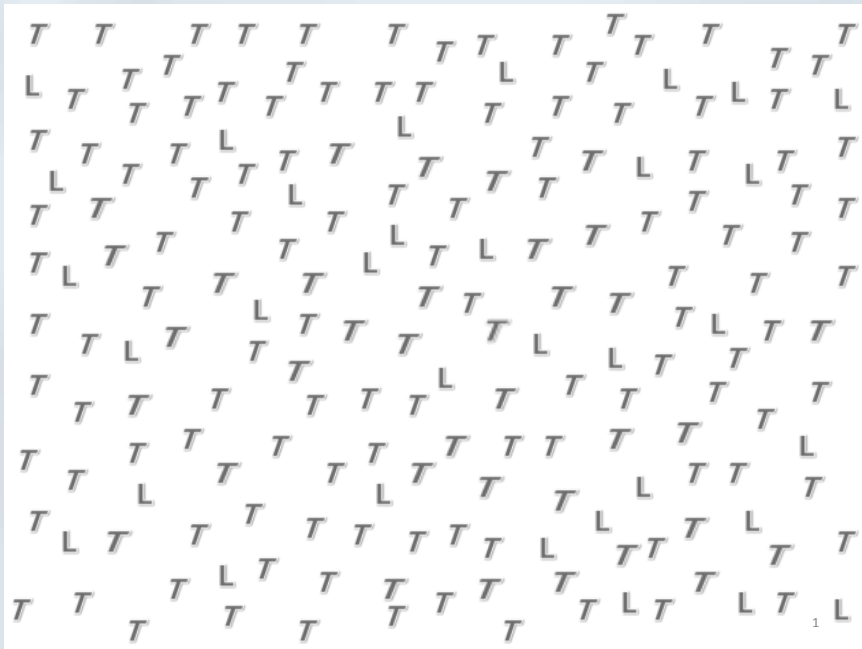
依照順序 雜亂無序 易跳行 易跳格 因分心而跳行/格 其他：\_\_\_\_\_

★正確數：\_\_\_\_\_ ★遺漏/錯誤數：\_\_\_\_\_ ★正確率：\_\_\_\_\_ % ★花費時間：\_\_分\_\_秒

評估日期：\_\_年\_\_月\_\_日

# 注意力與衝動控制評估-4

- 評估方式：將L圈起來。
- 評分方式：記錄完成的時間。





## 評估方向-2

多面向評估

基礎能力評估-視知覺能力評估

# 評估方向-3

## 行為問題評估

# 自訂行為觀察量表

- 可參照各評估工具的內容，挑選適合您的孩子或學生的項目作為觀察指標。

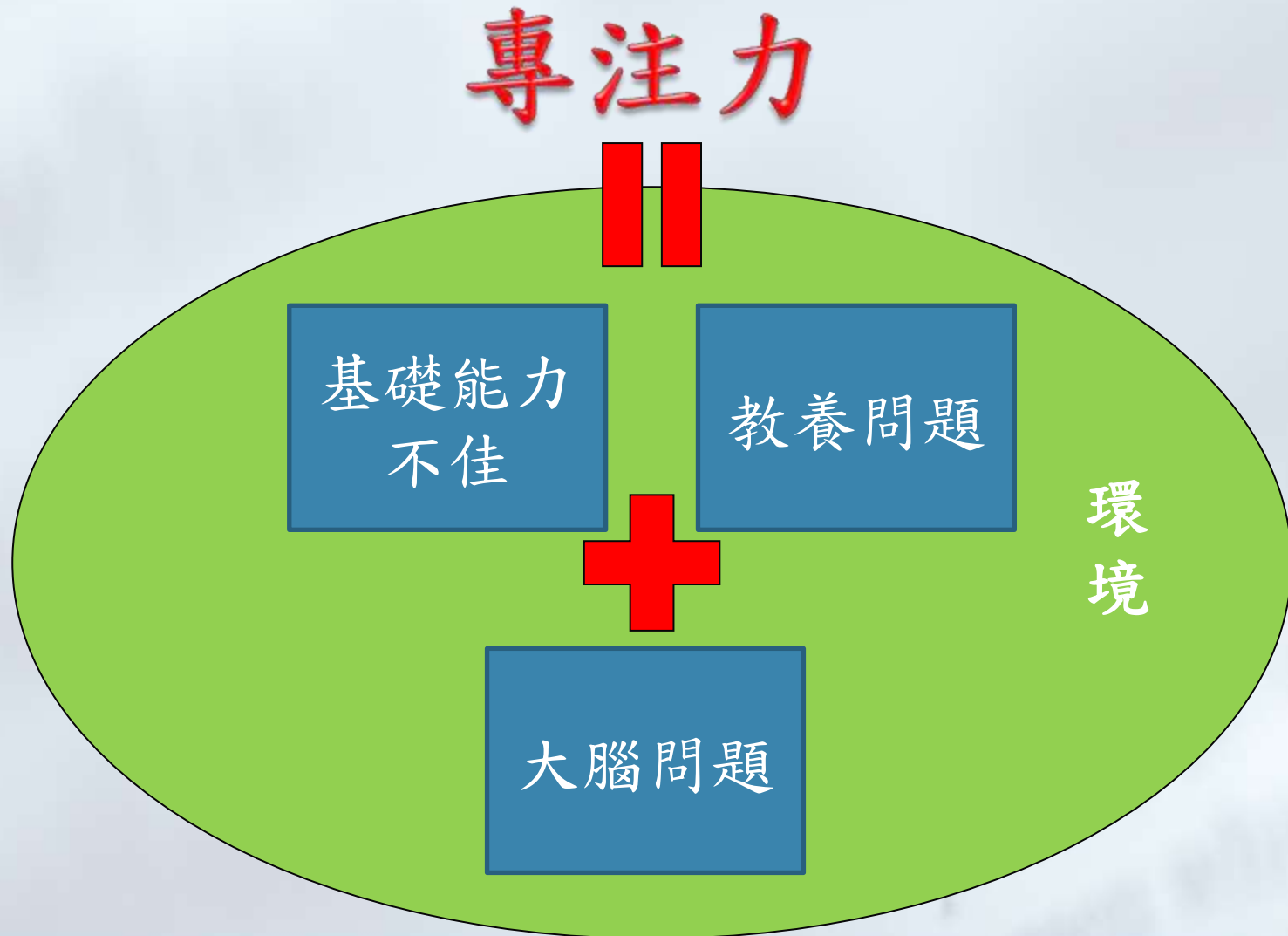
12月	1	2	3	4	5	6
行為表徵(學校)						
上課不專心，如東張西望、打擾他人上課、閱讀非課堂書籍。	T	—		—		
在課堂上沒經過同意隨意走動。			—			
無法聽從師長的指示，並會反駁或不理會。			T			T
做事衝動，不經考慮。	—			—		
故意挑釁他人之行為。						

## 評估方向-4

其他

親子壓力量表、各式適應量表

# 影響專注力的因素





# 基礎能力不佳

視  
覺  
區  
辨

視  
覺  
記  
憶

視  
覺  
完  
形

物  
體  
恆  
常

空  
間  
關  
係

前  
景  
背  
景

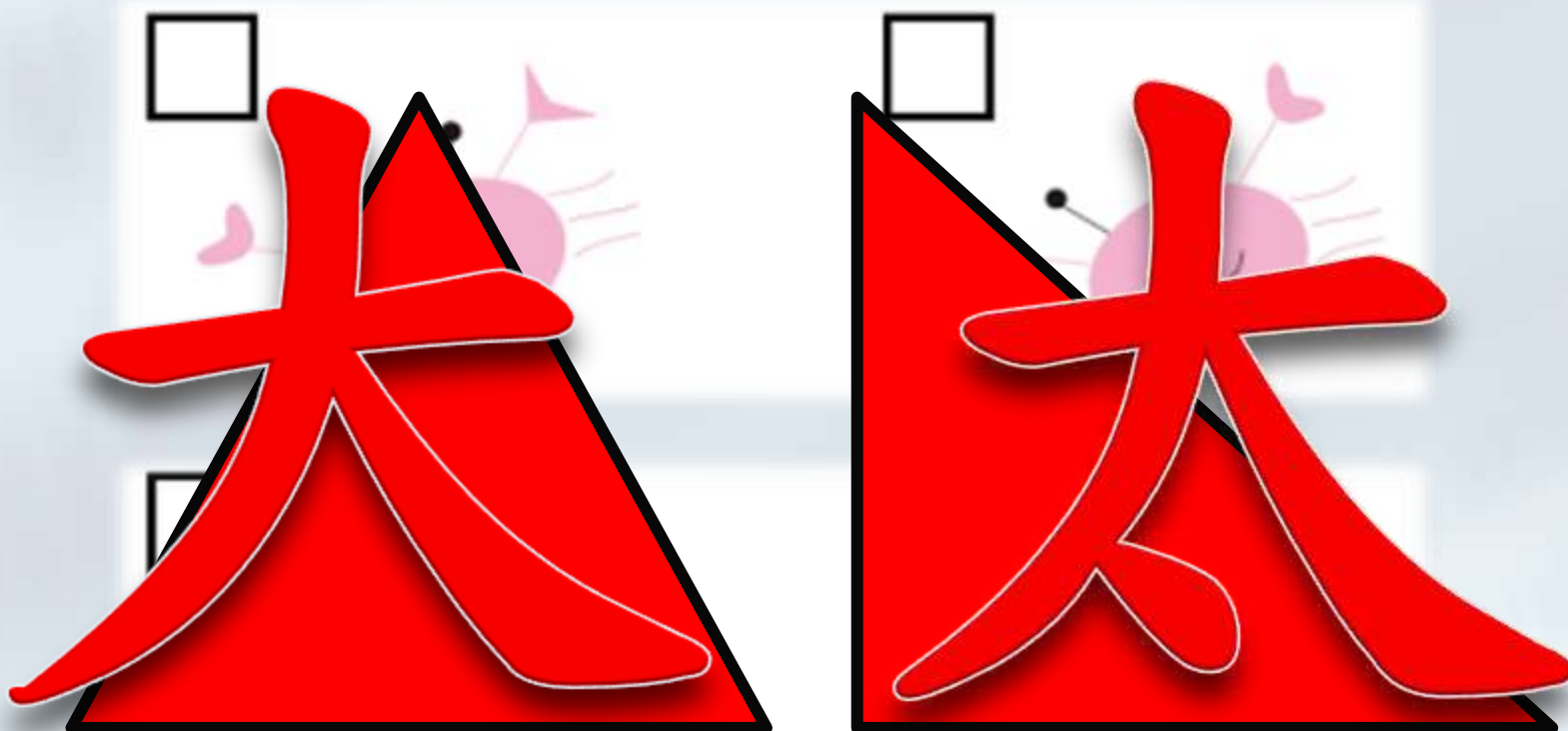
順  
序  
記  
憶

# 注意力不佳常見的狀況

- 無法注意細節，在活動中經常粗心大意
- 難以維持注意力，容易受外界干擾而分心
- 無法按時完成學校作業
- 逃避需全神貫注的活動，如學校作業和閱讀
- 日常生活中容易忘東忘西

# 基礎能力不佳（續1）

- 無法注意細節，在活動中經常粗心大意



# 基礎能力不佳（續2）

- 難以維持注意力，容易受外界干擾而分心

老師教的我都聽不懂  
當然會分心

# 基礎能力不佳（續3）

## ■ 無法按時完成學校作業

1. 視覺記憶能力不佳，寫字「看一筆寫一筆」
2. 視覺空間概念不佳，寫字「超出格子或字體怪異」

一直被要求重寫  
難怪寫不完

# 基礎能力不佳（續4）

- 逃避需全神貫注的活動，如學校作業和閱讀
  1. 視覺記憶不佳可能導致認字方面的問題，使得孩子在閱讀上會發生困難。
  2. 視覺前景-背景能力不佳可能導致孩子無法閱讀有背景圖案的文字書。
  3. 物體恆常不佳可能導致孩子在閱讀不同字體印刷的文章時效率不佳。
  4. 閱讀容易漏字或跳行，缺乏效率！（眼球移動能力不佳）

# 基礎能力不佳（續5）

## ■ 日常生活中容易忘東忘西

1. 視覺區辨能力不佳可能使得孩子無法分辨物品的特徵，進而無法利用物品的特徵來輔助記憶。
2. 視覺空間概念不佳可能使得孩子無法利用物品之間的相對位置來輔助記憶，因此無法正確將物品歸位。



用遊戲提升基礎能力，培養專注力

專注力 → 執行力 + 效率 + 內在驅力 + 獨立



# 介入原則(續1)

1. 以視知覺七大能力做為基礎訓練的主軸。
2. 初期可將七大能力分開訓練，之後再將各能力逐漸做結合。
3. 初期以增加孩子注意物體的特徵的能力與有效率的搜尋模式為主(建立搜尋的習慣)。❤️
4. 利用與學業知識較無關係、有趣且與日常生活相關的題材，累積腦中圖像的資料庫。❤️
5. 提供有效率的處理策略，增加腦中的資料庫。❤️
6. 「團體介入」與「個別介入」。
7. 「紙本活動」與「多媒體活動」。❤️

# 介入原則(續2)

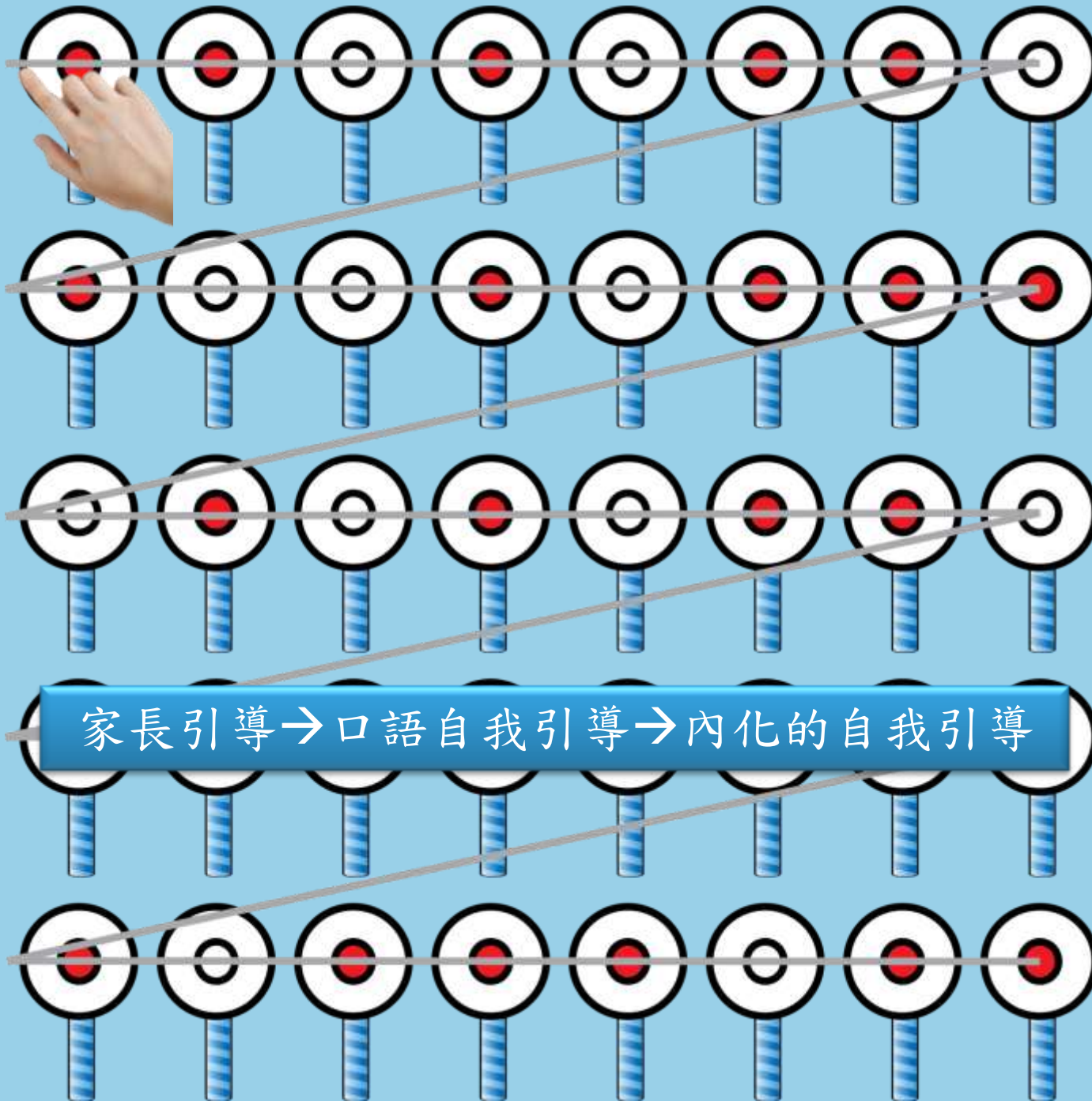
## 8. 紙本活動設計原則

- ① 結構簡單 → 結構複雜 → 干擾物
- ② 重複性高(反覆學習，加深印象)，至少可持續10-15分鐘以上
- ③ 容易因應孩子的程度進行難度分級(兼顧因材施教與有教無類)
- ④ 多元化的玩法★
- ⑤ 逐漸與日常生活功能做連結★

# 常見的介入方式(續3)

## 8. 紙本活動設計原則

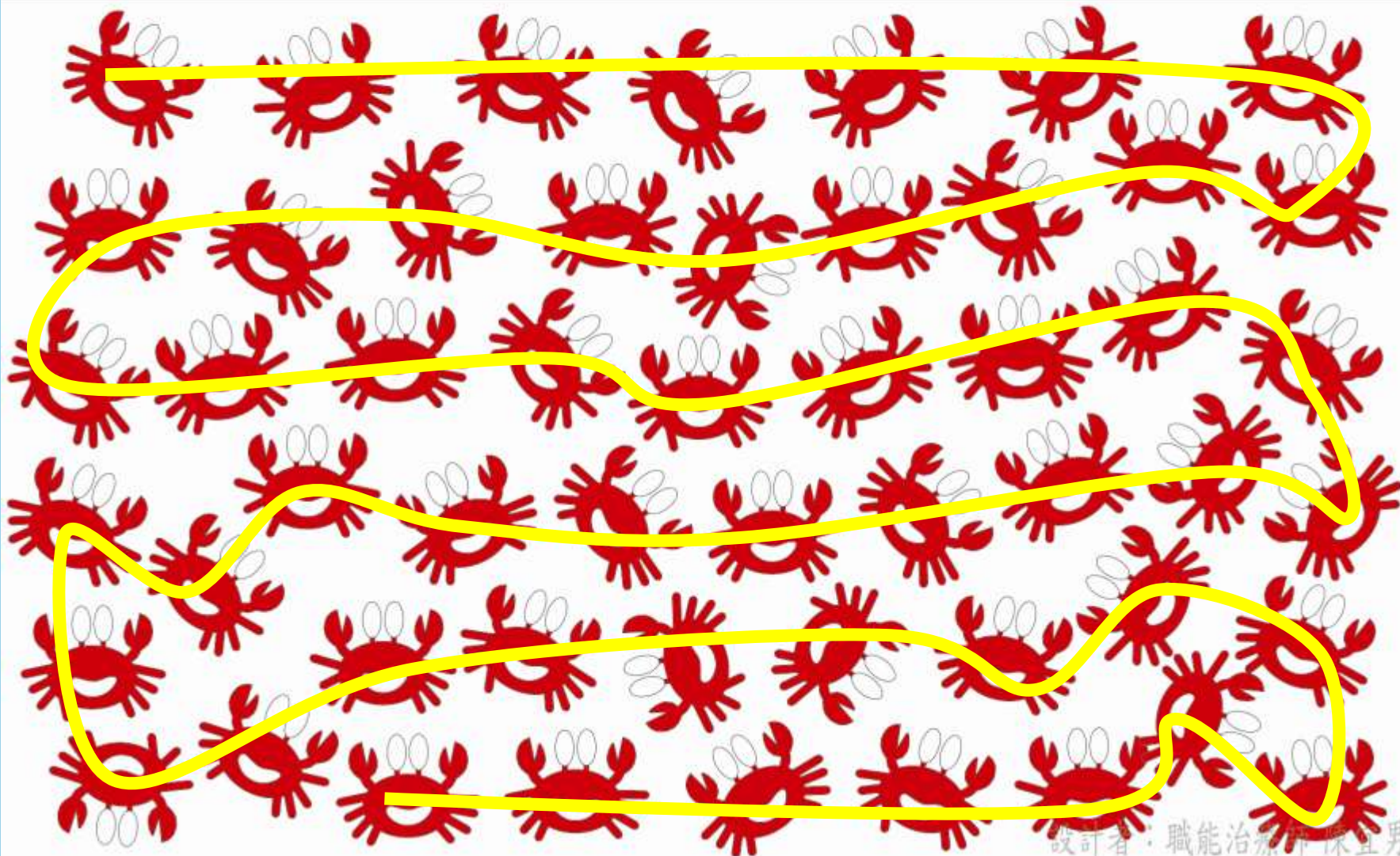
- ⑥ 遊戲板模化，攜帶便利，變化多端！★
- ⑦ 只有筆和紙，也能玩出好遊戲！★
- ⑧ 善用週遭的物品，隨時也能玩出好遊戲！★



# 有眼無珠



請注意，每隻螃蟹的腳的排列方向略有不同，請小朋友以此判斷並將每隻螃蟹畫上正確樣式的眼睛。



設計者：職能治療師陳宜男



1	♀ +	+	○	○	+	+	<input checked="" type="checkbox"/>
2	○	+	+	○	+	+	<input type="checkbox"/>
3	○	○	+	+	+	○	<input type="checkbox"/>
4	○	+	○	+	○	○	<input type="checkbox"/>
5	+	+	+	○	○	+	<input type="checkbox"/>



一種遊戲，有多種變化玩法

範例：單元 1-2 小丑馬戲團（請見 P ）

**原來的題目**

小朋友，請把這一個小丑都找出並圈出來吧！



### 還可以這樣玩

這個遊戲除了圈起來的玩法外，依照難易度或複雜度我將這個遊戲變化成以下幾種玩法：

**變化 1**：如果小朋友不會拿筆，你也可以這樣做。將書本影印後貼在白板上，用磁鐵代替筆來圈選。



**變化 2**：如果要搭配訓練小朋友的手眼協調能力，你也可以這樣做。請小朋友把所有沒有戴墨鏡的小丑用鉛筆戴上墨鏡吧。

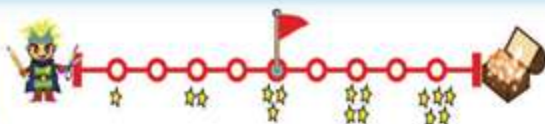




- 勿因孩子覺得無聊或無趣就貿然中斷訓練或更換遊戲。
- 1. 維持練習的時間(每個遊戲至少10分鐘)。
- 2. 短暫的活動變化(多元化玩法)。
- 個案極度不配合或惡意挑釁時，應適時中止訓練(準備孩子感興趣的遊戲作為備案)。
- 鼓勵勝過於責罵。



# 食-5 小小收銀員



## 可以這樣幫助孩子

- 對照順序：先教小朋友看發票的月份，然後再看每組號碼最前面的英文字母（可以請小朋友把相同英文字母的號碼組先圈起來或做記號），之後再對照後面的數字。
- 家長可以請小朋友將相同英文字母開頭的號碼組用彩色筆塗上相同的顏色，這樣可以降低難度與便於對照。
- 如果還難讀，邊比對有困難，可以把題目區的中獎號碼影印下來，放在手邊，讓小朋友邊對照邊在遊戲區內寫出答案。

## 本圖卡可以獲得的能力

- 視覺圖辨
- 視覺記憶
- 視覺對照（對發票）
- 數字概念

註：紅色為主要可獲得的能力。

小朋友恭喜你已經完成本店的前半段訓練，我們將賦予你責任更重的工作——收銀員，在成為收銀員之前，你必須具備幾項基本能力，首先就是兌換客人捐贈給本店做為公益的發票，現在就請你幫忙對獎吧！

→請小朋友對照下面題目區的中獎號碼表及獎金金額，並用鉛筆於右頁的遊戲區中將每張發票可獲得的金額寫出來，要留意對獎的月份是否正確嗎！（小提示：注意！有些發票是沒有中獎的喲！沒中獎的發票請填0元。）

100年1-2月份 統一發票中獎號碼單

中獎號碼	獎金
UW 84673124	2000
UW 24613122	2000
XX 52575144	2000
UW 34678124	1000
RX 45789013	1000
UW 32378166	1000
UW 32678164	500
XX 84378144	500
EX 45789013	500
VX 45789013	500
XX 34678124	500
RO 45789013	200
XX 82678144	200
EX 45789013	200
OA 45789013	200
PV 45789013	200
XX 34873144	200
PX 45789013	200

[036]

100年3-4月份 統一發票中獎號碼單

中獎號碼	獎金
XX 84378144	2000
PX 45789013	2000
UW 24613122	2000
OA 45789013	1000
XX 22575122	1000
UW 42378163	1000
XX 34678124	500
PV 45789103	500
UW 14653125	500
RX 45789013	500
EX 45789013	500
XX 81378144	200
RO 45789013	200
EX 45789013	200
UW 34678166	200
UW 81378144	200
XX 52575144	200
VX 45789103	200

→小朋友下面是十張中獎的發票，請你對照題目區的中獎月份及中獎金額，將中獎的金額用鉛筆填在下方的空格中。

中華民國100年1-2月份  
收單統一發票  
(收單號)

UW 32378166

通和餐館食店  
NO: 1234567

2011-2-14

1號餐 TX \$ 168  
2號餐 TX \$ 166  
合計 \$ 334

視覺專注力遊戲  
在家輕鬆玩  
開賞囉！  
請大家多多支持

1 恭喜您中獎  
\_\_\_\_\_元

中華民國100年1-2月份  
收單統一發票  
(收單號)

XX 34873144

通和餐館食店  
NO: 1234567

2011-2-14

1號餐 TX \$ 168  
2號餐 TX \$ 166  
合計 \$ 334

視覺專注力遊戲  
在家輕鬆玩  
開賞囉！  
請大家多多支持

2 恭喜您中獎  
\_\_\_\_\_元

中華民國100年1-2月份  
收單統一發票  
(收單號)

UW 84673124

通和餐館食店  
NO: 1234567

2011-2-14

1號餐 TX \$ 168  
2號餐 TX \$ 166  
合計 \$ 334

視覺專注力遊戲  
在家輕鬆玩  
開賞囉！  
請大家多多支持

3 恭喜您中獎  
\_\_\_\_\_元

中華民國100年1-2月份  
收單統一發票  
(收單號)

UW 32678164

通和餐館食店  
NO: 1234567

2011-2-14

1號餐 TX \$ 168  
2號餐 TX \$ 166  
合計 \$ 334

視覺專注力遊戲  
在家輕鬆玩  
開賞囉！  
請大家多多支持

4 恭喜您中獎  
\_\_\_\_\_元

中華民國100年1-2月份  
收單統一發票  
(收單號)

XX 52575144

通和餐館食店  
NO: 1234567

2011-2-14

1號餐 TX \$ 168  
2號餐 TX \$ 166  
合計 \$ 334

視覺專注力遊戲  
在家輕鬆玩  
開賞囉！  
請大家多多支持

5 恭喜您中獎  
\_\_\_\_\_元

中華民國100年3-4月份  
收單統一發票  
(收單號)

XX 52575144

通和餐館食店  
NO: 1234567

2011-2-14

1號餐 TX \$ 168  
2號餐 TX \$ 166  
合計 \$ 334

視覺專注力遊戲  
在家輕鬆玩  
開賞囉！  
請大家多多支持

6 恭喜您中獎  
\_\_\_\_\_元

中華民國100年1-2月份  
收單統一發票  
(收單號)

XX 84378144

通和餐館食店  
NO: 1234567

2011-2-14

1號餐 TX \$ 168  
2號餐 TX \$ 166  
合計 \$ 334

視覺專注力遊戲  
在家輕鬆玩  
開賞囉！  
請大家多多支持

7 恭喜您中獎  
\_\_\_\_\_元

中華民國100年1-2月份  
收單統一發票  
(收單號)

UW 24613122

通和餐館食店  
NO: 1234567

2011-2-14

1號餐 TX \$ 168  
2號餐 TX \$ 166  
合計 \$ 334

視覺專注力遊戲  
在家輕鬆玩  
開賞囉！  
請大家多多支持

8 恭喜您中獎  
\_\_\_\_\_元

中華民國100年1-2月份  
收單統一發票  
(收單號)

EX 45789013

通和餐館食店  
NO: 1234567

2011-2-14

1號餐 TX \$ 168  
2號餐 TX \$ 166  
合計 \$ 334

視覺專注力遊戲  
在家輕鬆玩  
開賞囉！  
請大家多多支持

9 恭喜您中獎  
\_\_\_\_\_元

中華民國100年103-4月份  
收單統一發票  
(收單號)

UW 24613122

通和餐館食店  
NO: 1234567

2011-2-14

1號餐 TX \$ 168  
2號餐 TX \$ 166  
合計 \$ 334

視覺專注力遊戲  
在家輕鬆玩  
開賞囉！  
請大家多多支持

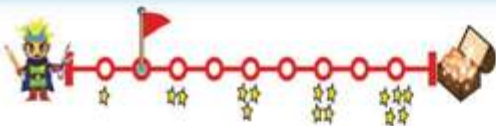
10 恭喜您中獎  
\_\_\_\_\_元

[037]

58

# 食-2

## 小小服務生



### 可以這樣幫助孩子

- 可先將題目圖中十種餐內含的九種食物先向小朋友一一做介紹。
- PART1 的遊戲圖較為簡單，依照左到右、上到下的順序設計；PART2 的遊戲圖則較難，為不規則排列；PART3 的遊戲圖融入視覺完形的概念，相對難度更高，可先從指圖反白的圖片開始。
- 可以將題目圖的餐菜單影印下來，放在手邊，讓小朋友邊對照題目邊在遊戲圖內找出答案，但也可讓小朋友邊聽、邊對照，以增進遊戲的難度。

### 本關卡可以訓練的能力

- 視覺搜尋與判斷能力
- 視覺完形能力
- 序列與群組概念
- 視覺記憶能力

Ps. 紅色為主要可訓練的能力。

恭喜你通過第一關的考驗，想必對店裡菜單上的食物都很熟悉了。現在就由你來負責點餐的工作，請你對照客人所點的餐點，去比對看看他們點的是幾號餐吧！

→ 請你仔細看看，我們店裡總共販售九道菜色，並組成十種套餐（如下面題目區的圖示），請你——在遊戲圖中找出正確的套餐編號吧！

1號餐		2號餐	
3號餐		4號餐	
5號餐		6號餐	
7號餐		8號餐	
9號餐		10號餐	

# Part 1

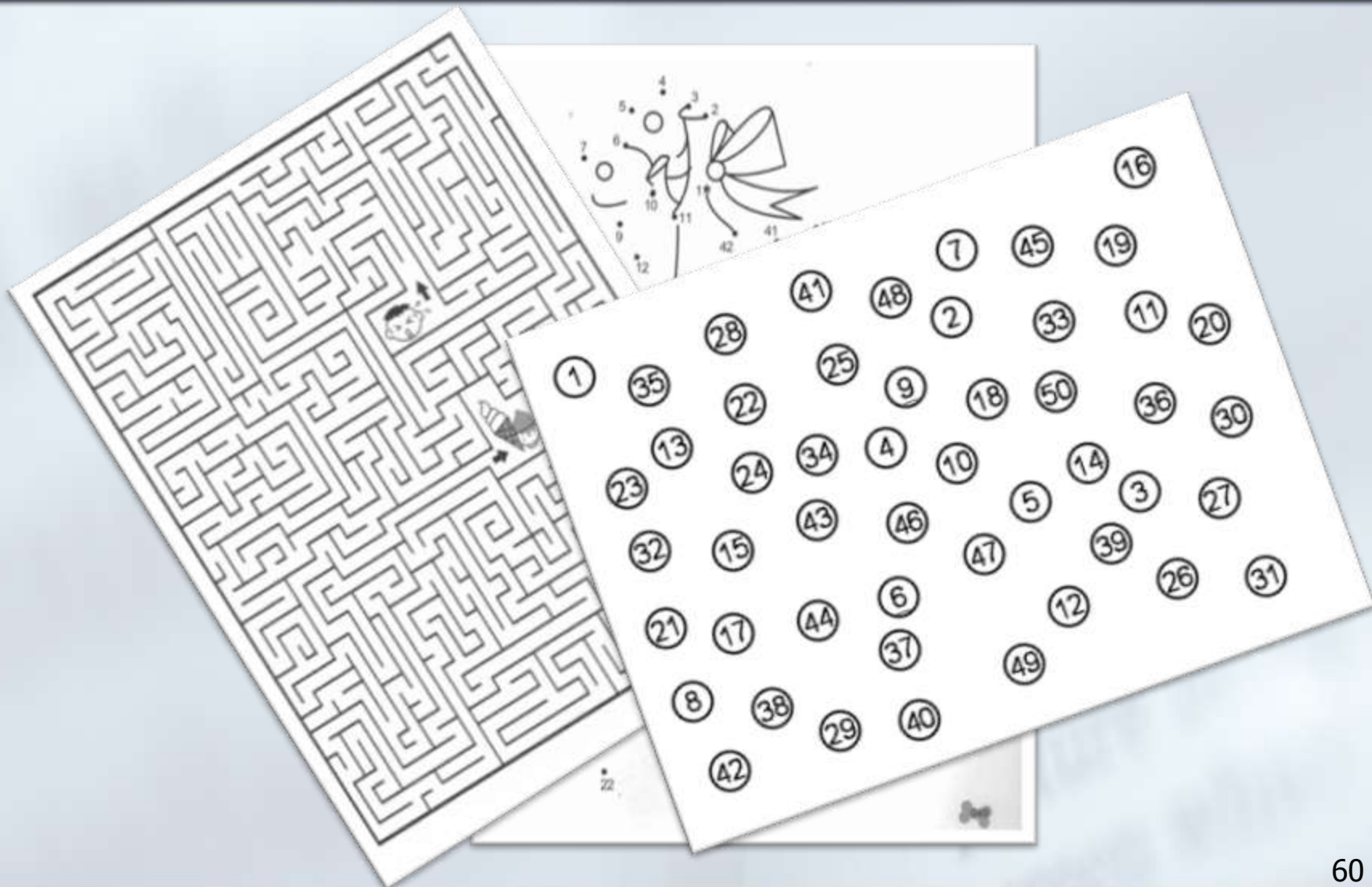
→ 下面的遊戲圖中共有九位客人點餐，請你仔細看看，是我們店裡販售的哪一號餐？（如題目區的圖示）請你——在遊戲圖中找出正確的套餐編號，並填寫在右方的空格中！

1		這是__號餐
2		這是__號餐
3		這是__號餐
4		這是__號餐
5		這是__號餐
6		這是__號餐
7		這是__號餐
8		這是__號餐
9		這是__號餐



此遊戲區的遊戲圖按題目區餐的排列順序排列，可逐一由左而右、由上而下搜尋。

# 遊戲一定要那麼單調嗎？



# 紙本遊戲為何不這樣玩呢？

→商場正在舉行特賣，依標籤上的貼紙多寡及顏色配對，題目區裡共有 A、B、C 三組特價組合（共含二十一種特價組合），請你在遊戲區中比對標籤上貼紙的多寡及顏色配對，找出十五種商品的折數，並且用鉛筆寫在右邊的方框中。

**A**

①		→ 83折	⑤		→ 95折
②		→ 84折	⑥		→ 92折
③		→ 46折	⑦		→ 75折
④		→ 74折	⑧		→ 65折

上的停車時間，總共  
並比對 part1 題目區

公有簡便停車場  
繳費通知單

車 計時：20元  
\$678901234

222車位編號：0173

停車地點：五洲河濱

日期：100年5月04日

期限：100年6月04日

種類	管理員簽章
13:20	
14:20	
15:20	
16:20	
17:20	
18:20	
19:20	
19:20	
19:20	

：\_\_\_\_\_元  
點：\_\_\_\_\_  
商：\_\_\_\_\_

VS超商

→商品正在舉行特賣，客人共選擇了 15 種商品，請小朋友比對題目區裡標籤貼紙的多寡及顏色配對，找出遊戲區裡十五種商品的特價組合及折數，並且用鉛筆寫在右邊的方框中。

①

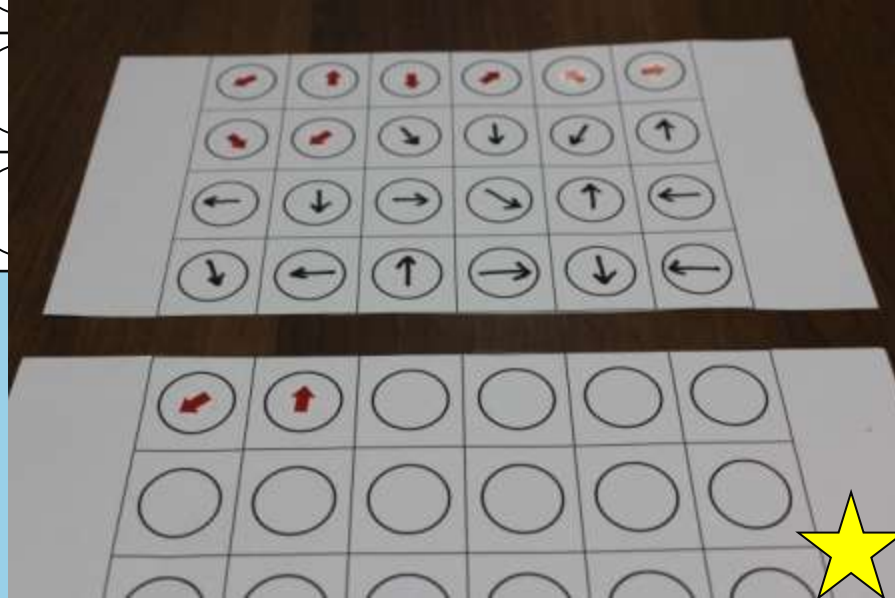
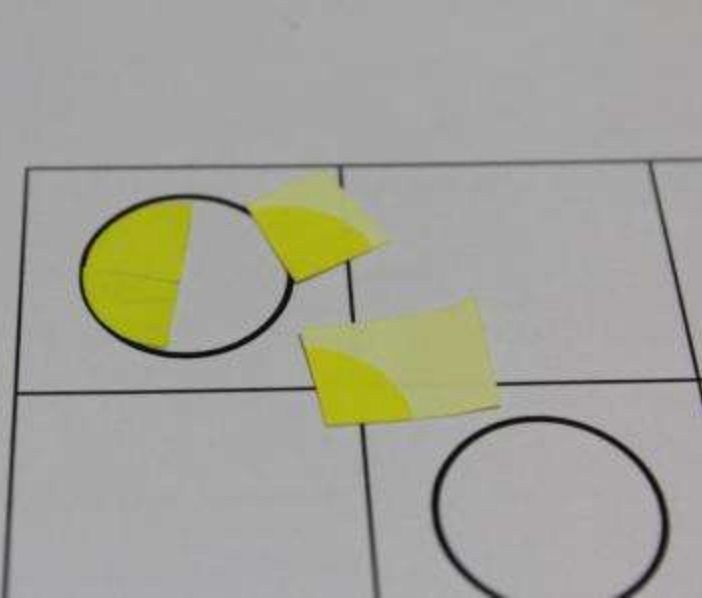
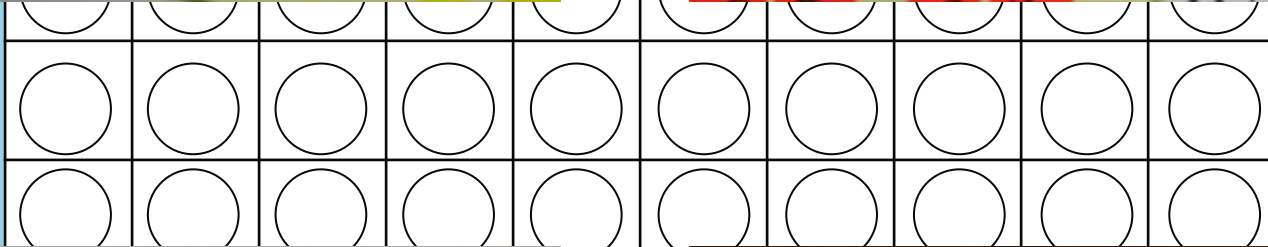
118-34-253-1234 5493746325  4 87 97   837 	114-38-543-1224 5493746325  4 87 97   837 	114-38-243-1224 5493746325  4 87 97   837 	<input type="text"/>
\$ 487 NTD	\$ 487 NTD	\$ 487 NTD	折

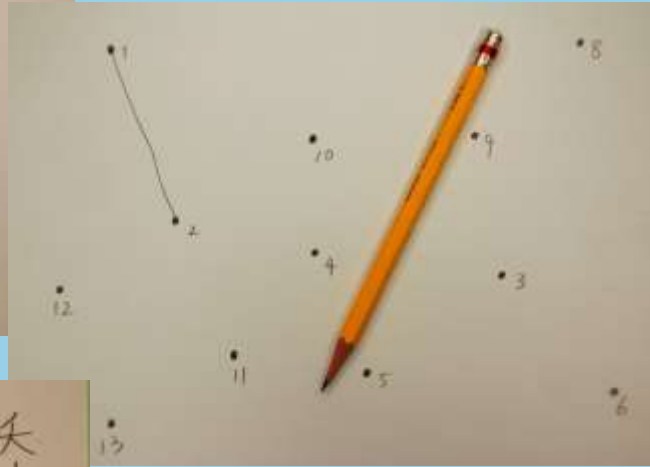
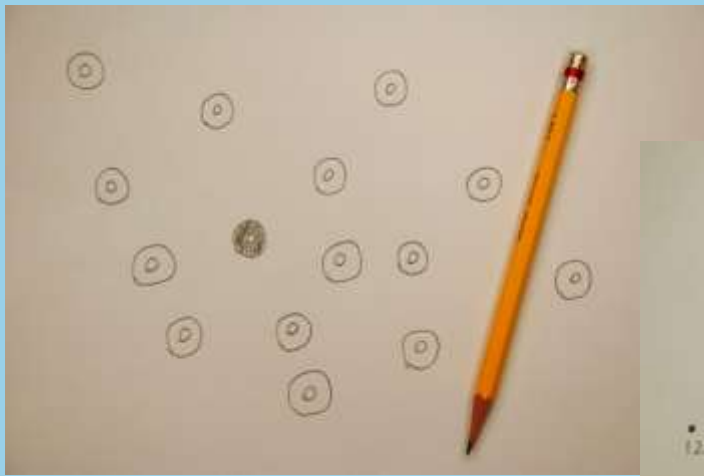


# 神奇寶貝球



1 □	3 △	2	5	5	3	7	8	5	9
6	3	1	2	5	2	5	5	7	8
1	2	5	2	3	3	7	2	8	2
1	2	5	5	6	1	9	6	1	4
4	3	2	5	4	2	6	1	5	8
6	1	3	4	4	2	6	5	2	4







可以讓孩子找找看停車場  
中有幾台車子跟家中車子  
輪胎尺寸是一樣的？

235/45/R20



收集家中各式商品的條碼，然後使用數位相機照起來，讓孩子依據照片中的條碼來玩尋寶遊戲

# 需全神貫注的遊戲選擇建議



- 視、聽覺區辨遊戲
- 視、聽覺記憶遊戲
- 視覺前景背景遊戲
- 剪裁遊戲
- 限時的遊戲
- 競爭的遊戲（不建議輪流遊戲）
- 有正向回饋的遊戲
- 有實質回饋的遊戲



# 家長與老師最關心的議題-閱讀

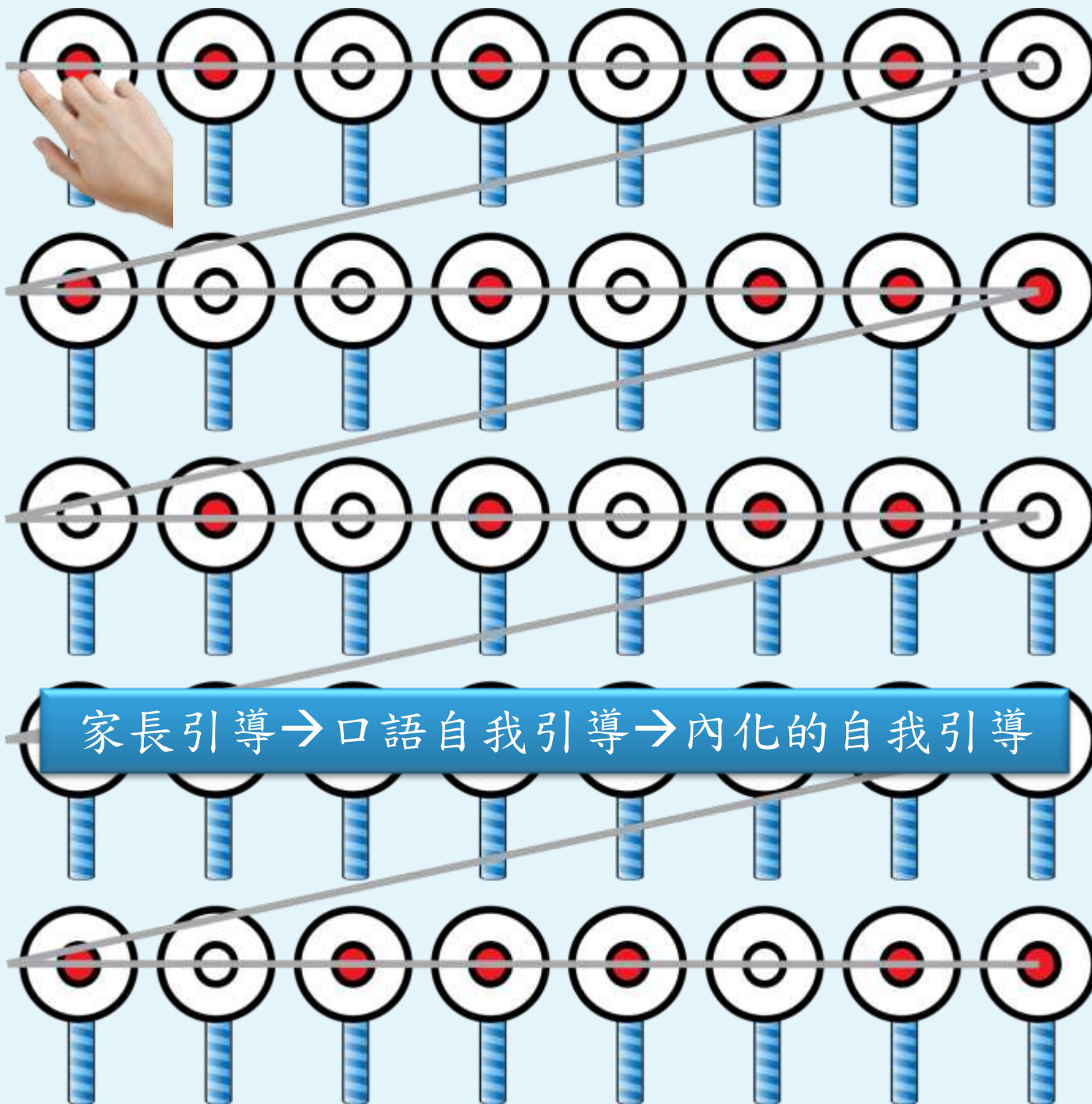
閱讀能力不佳之介入策略

# 閱讀技巧不佳介入的方式

1. 培養良好的閱讀習慣 
2. 善用輔助策略 

# 培養良好的閱讀習慣的原則

- ① 初期盡量使用非學業的活動。
- ② 重複性高，至少可持續10-15分鐘以上。
- ③ 需要仔細判斷物體的特徵，帶有適當挑戰。

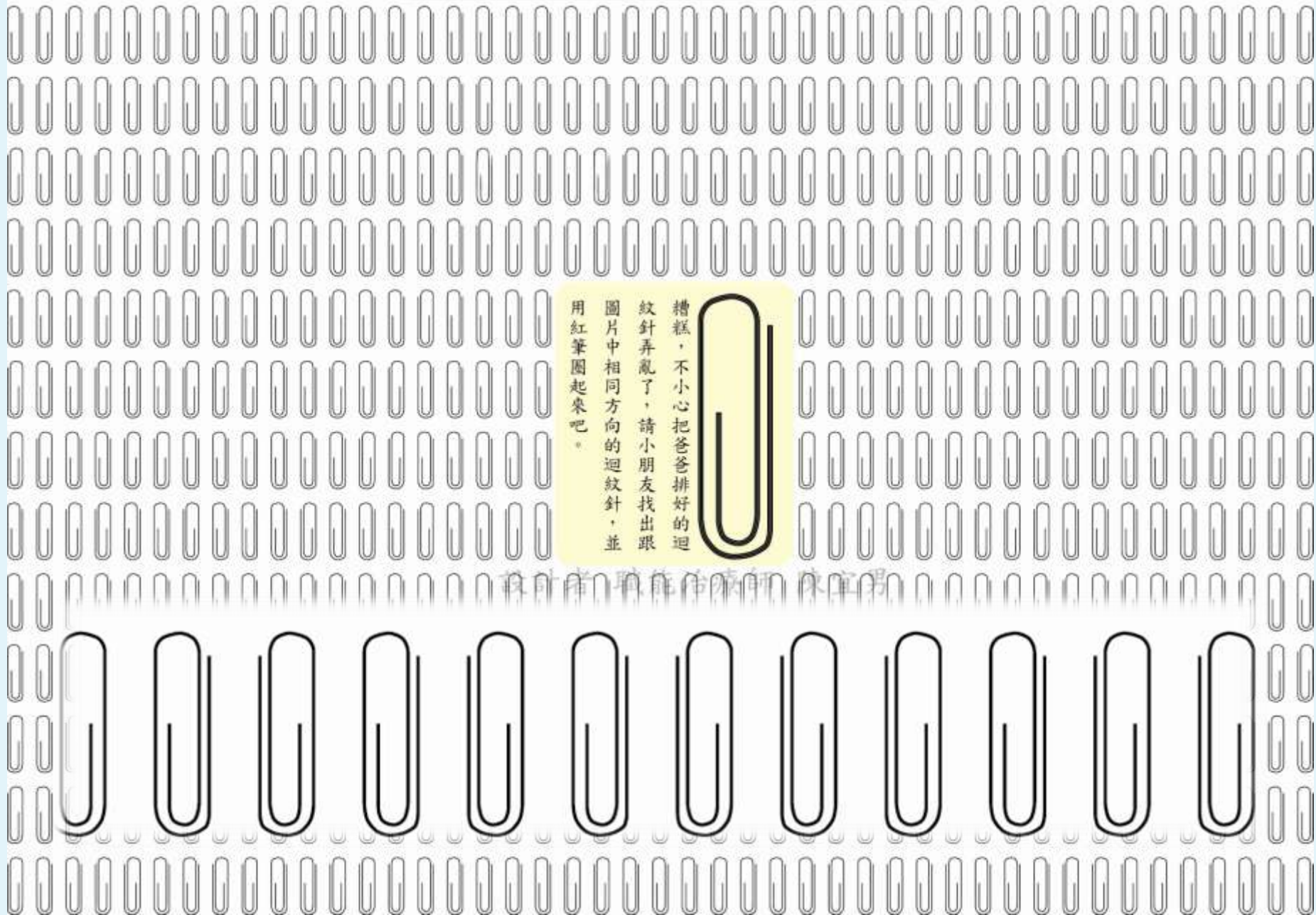


# 好多好多好多好多迴紋針

糟糕，不小心把爸爸排好的迴紋針弄亂了，請小朋友找出跟圖片中相同方向的迴紋針，並用紅筆圈起來吧。



設計師：職能治療師 陳宜男





# 天衣無縫

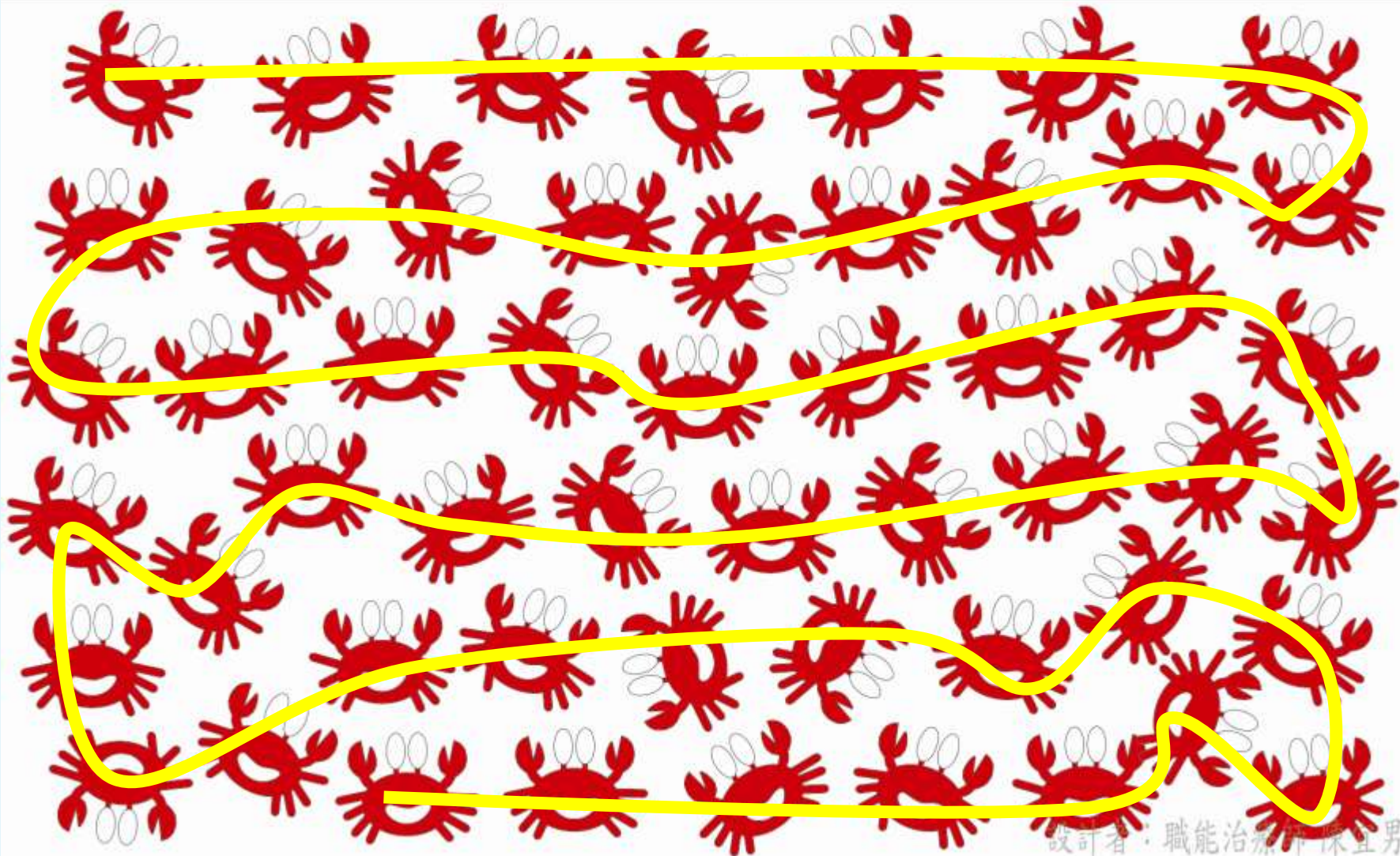
請小朋友用紅筆將衣服破掉的地方補起來吧!



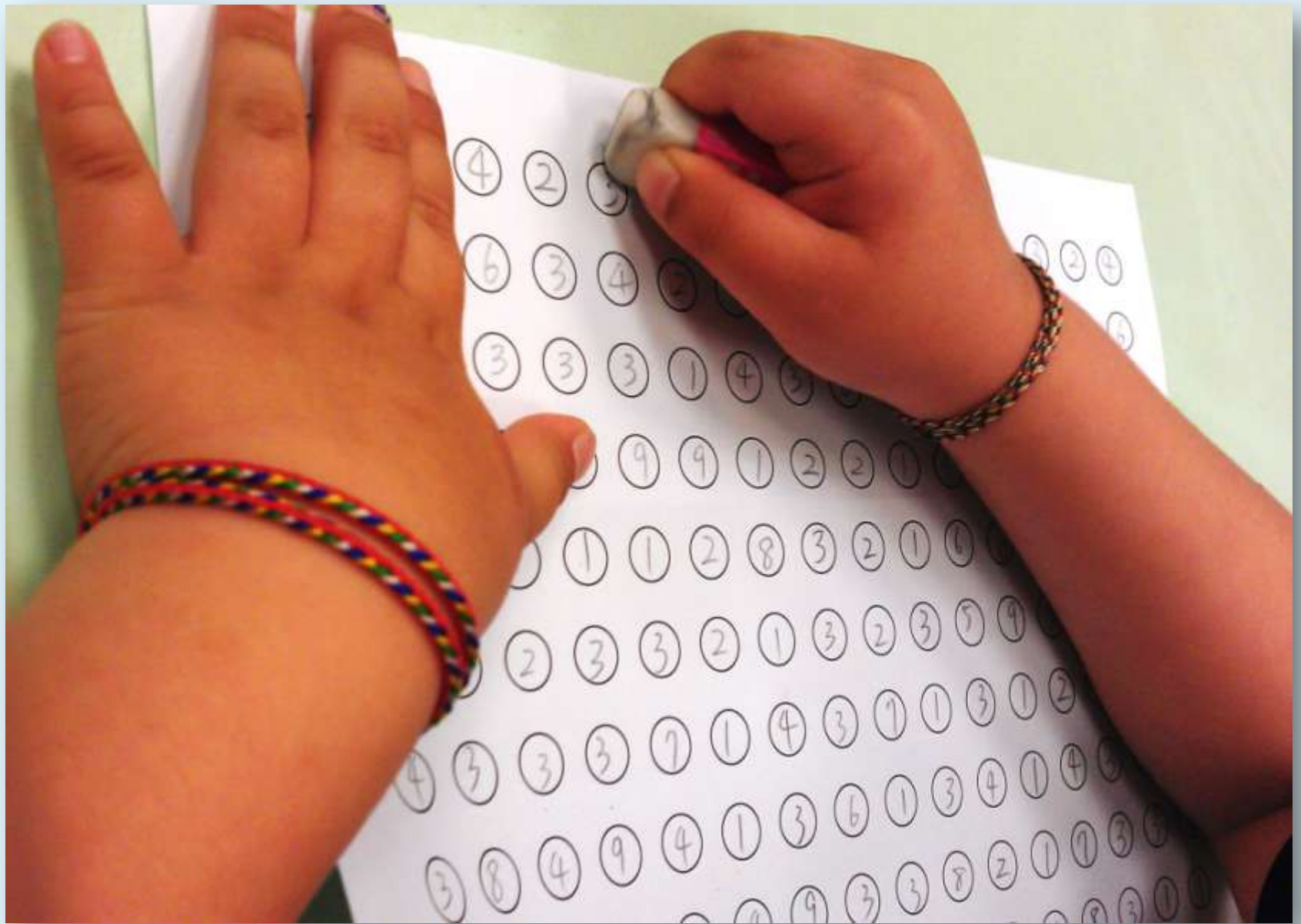
# 有眼無珠



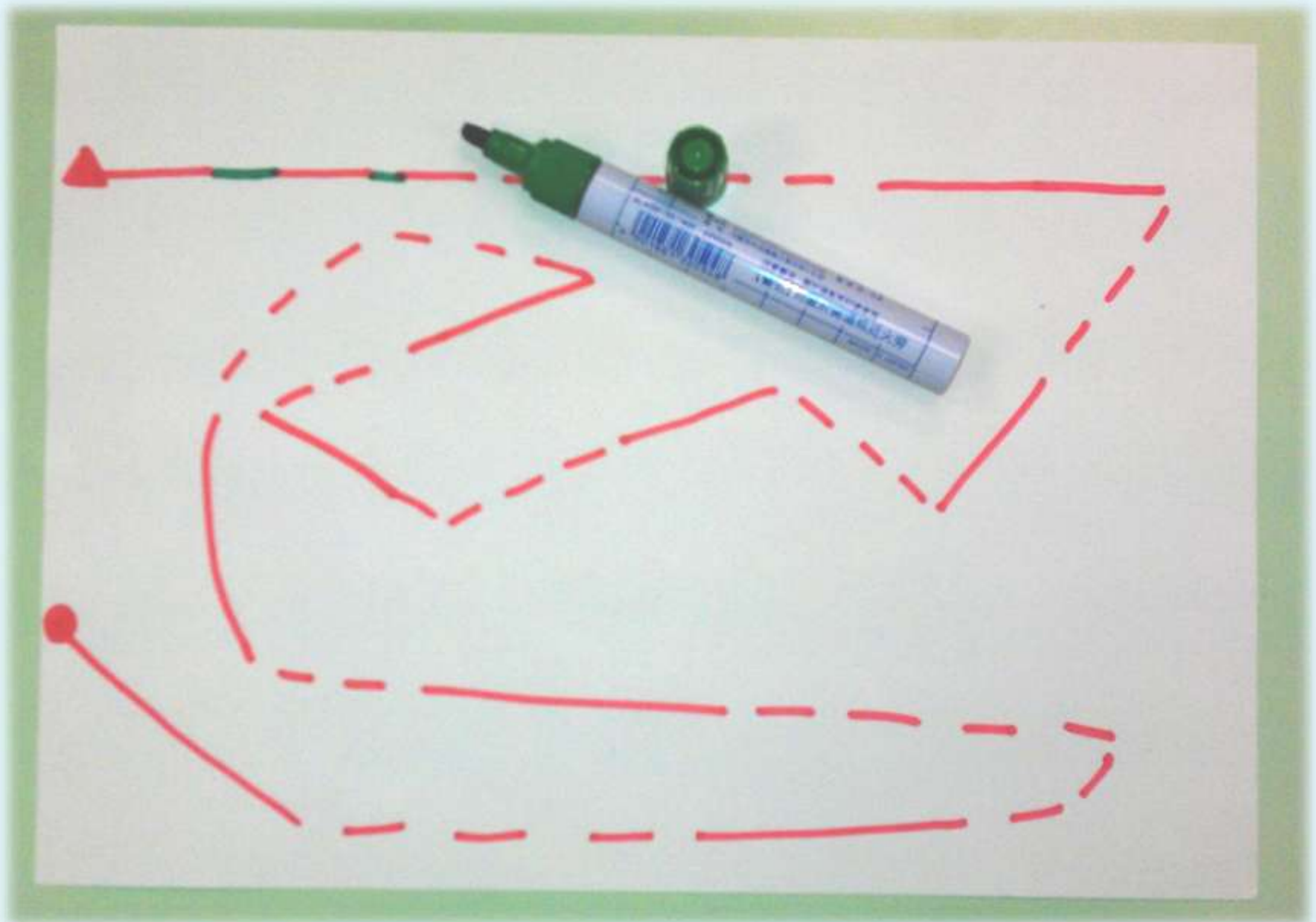
請注意，每隻螃蟹的腳的排列方向略有不同，請小朋友以此判斷並將每隻螃蟹畫上正確樣式的眼睛。



設計者：職能治療師 陳宜男







太 太 太 太 太 太 大 大 太 太 大  
大 太 大 太 太 太 太 太 太 太 太  
太 大 太 太 大 太 太 大 太 太 大  
太 大 太 太 大 太 太 太 大 太 太  
大 太 大 太 太 大 太 大 太 大 太  
太 太 大 太 大 太 太 太 大 太 太  
太 大 太 大 太 太 太 太 大 太 太  
太 太 大 太 太 太 太 大 太 大 太  
太 太 太 太 太 大 太 太 太 太 太  
太 大 太 太 大 太 太 大 太 太 大  
太 太 太 太 大 太 大 太 太 太 大



# 善用輔助策略來提升閱讀能力

- ① 教導相關輔助策略，如標記。
- ② 減少多餘的視覺刺激。
- ③ 調整教材內容。
- ④ 調整閱讀方式。

# 教導相關輔助策略-1

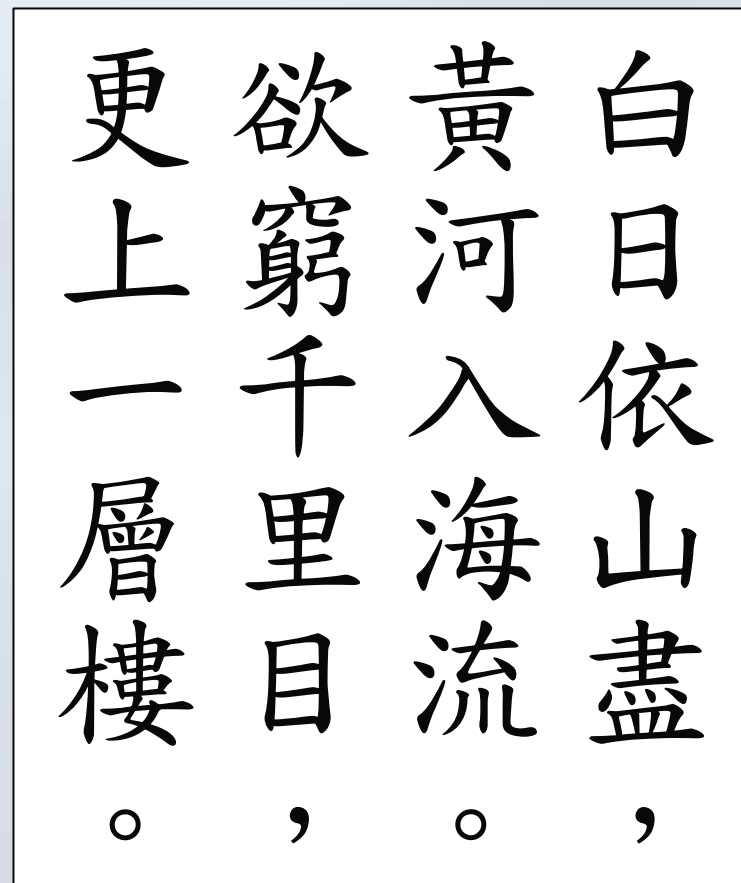
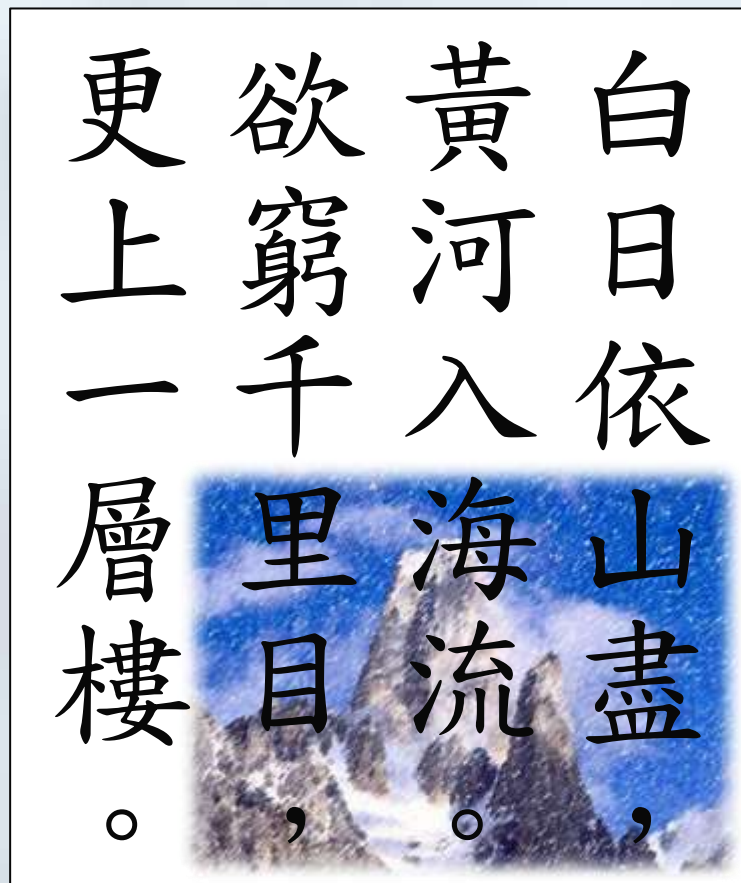
1							<input checked="" type="checkbox"/>
2							<input type="checkbox"/>
3							<input type="checkbox"/>
4							<input type="checkbox"/>
5							<input type="checkbox"/>



# 教導相關輔助策略-2

認知能力的基礎，一個具有良好注意力的兒童，才能  
記憶、計畫能力、空間能力、語文能力等等。  
的兒童，經常會表現出粗心、忘東忘西、思慮不周  
節、排斥學校作業等，有的兒童合併有說話過多

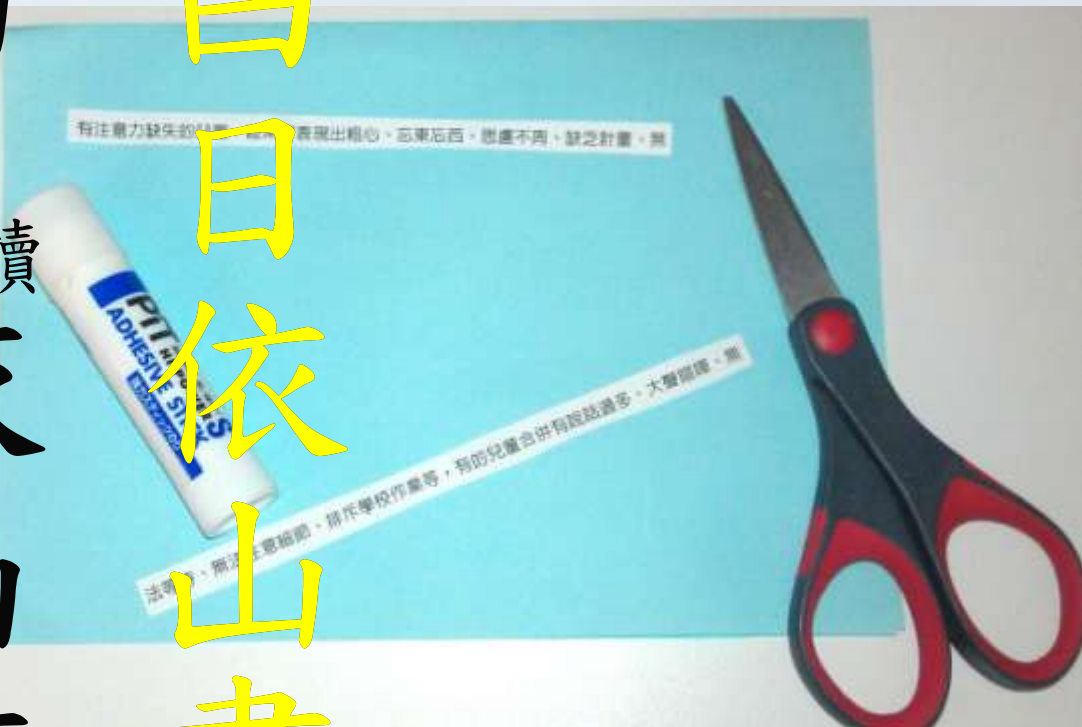
# 減少多餘的視覺刺激



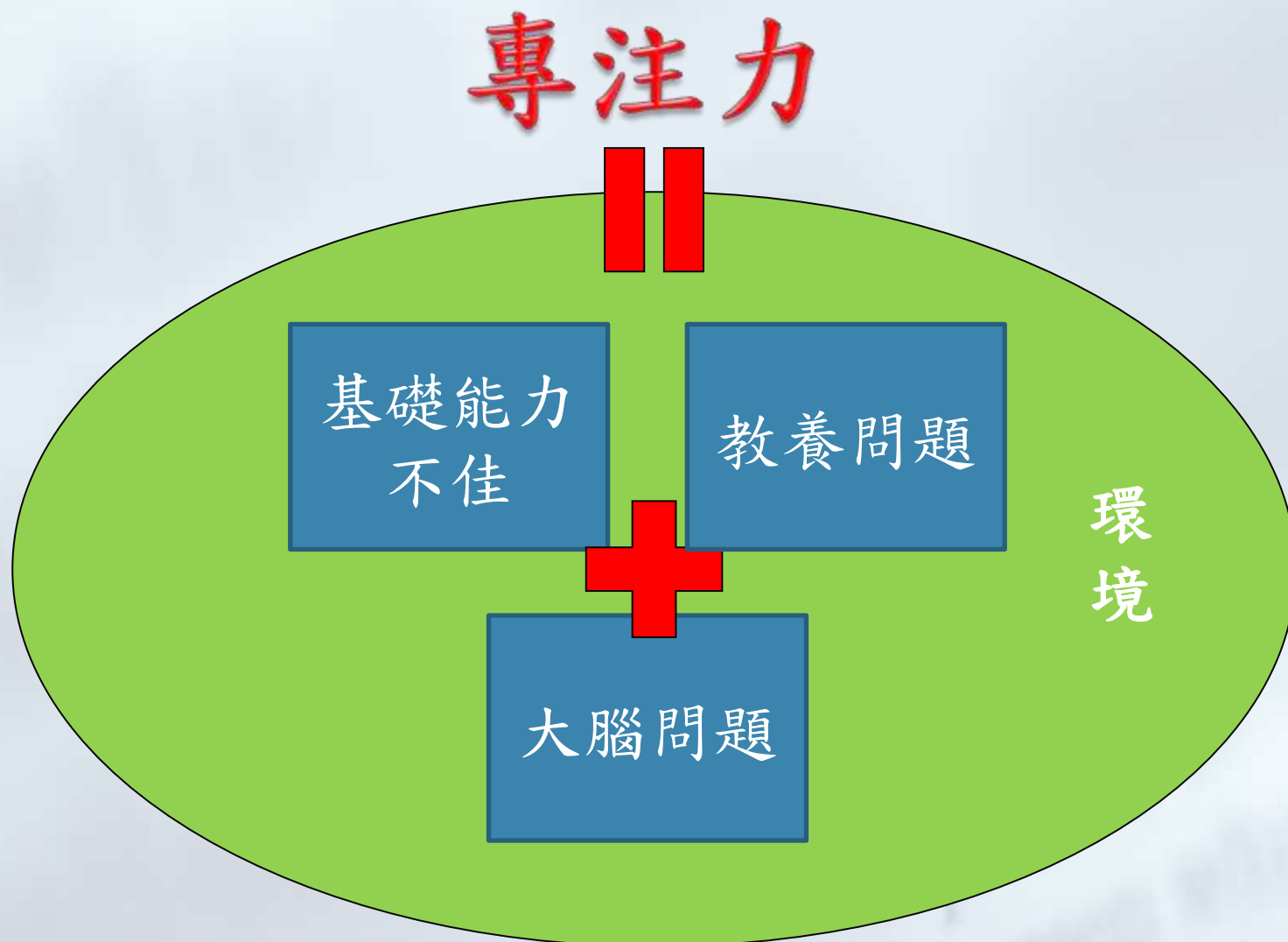
# 調整閱讀方式

- 跑馬燈
- 填色字
- 拼貼閱讀
- 橫式與直式閱讀

白日依山盡  
白日依山盡



# 影響專注力的因素



# 教養問題

- 家長一天花多少時間陪孩子？

## 三種代理父母

祖父母

安親班

3C產品

50%以上

- 是「不專心」還是「不喜歡」？

減少 3C產品的使用時間（獎勵制）

# 家長準備好了嗎？

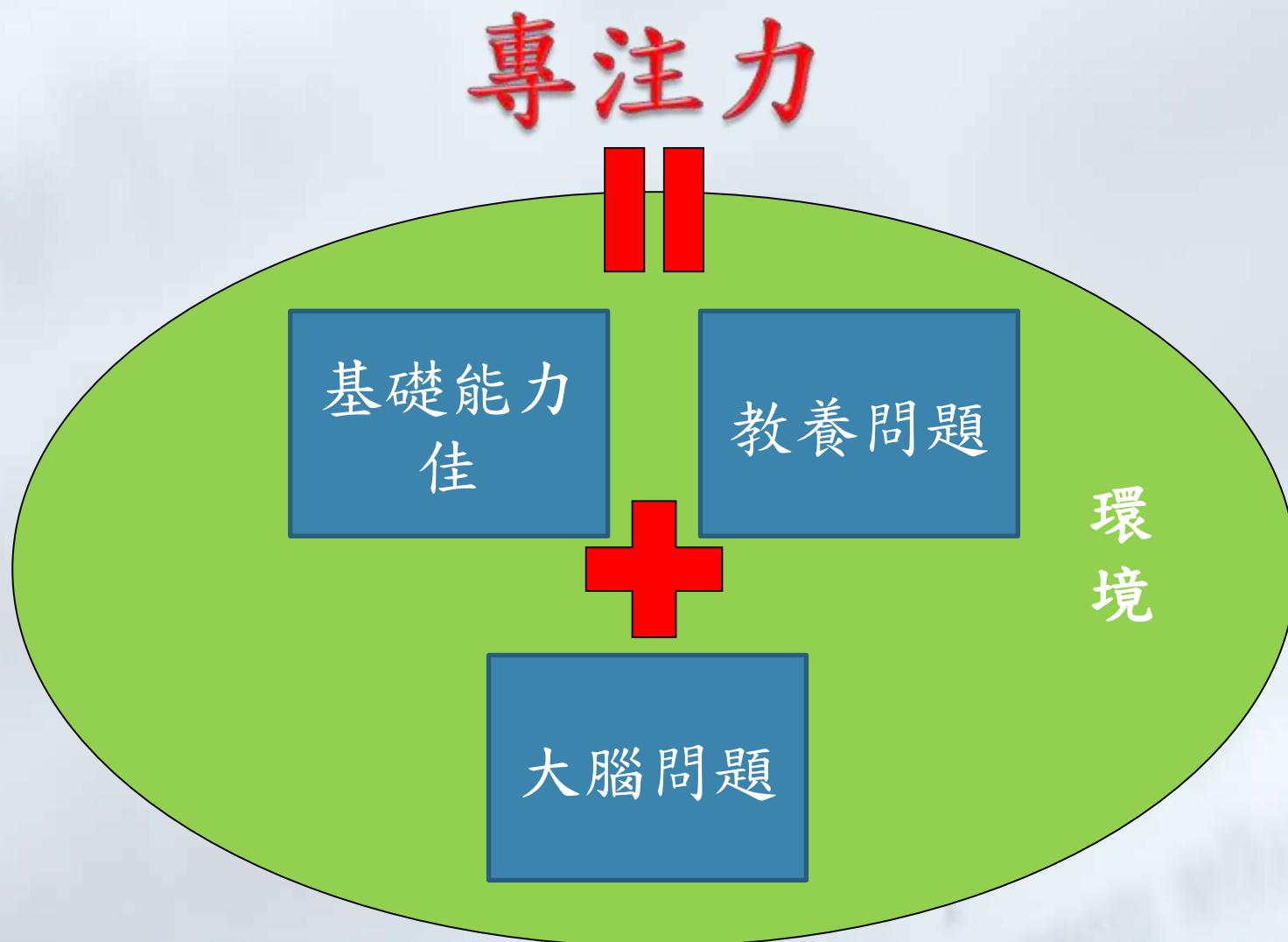
- 是否了解ADHD？是否準備好面對ADHD的孩子？
- 每天有固定的靜態遊戲/學習時間(30分鐘↑)。
- 閱讀學習優於看電視學習。
- 家長一定要陪伴，全家同樂提升向心力。
- 團體遊戲 > 獨自遊戲。
- 適當的遊戲/學習環境。
- 鼓勵勝過於嚴苛要求。
- 除了處理孩子的問題，家長如何處理本身的問題？(教養壓力)

# 老師常遇到的教育問題

- 是否了解ADHD？是否準備好接納ADHD的學生？
- 作業要出多少才合理？
- 上課當中要如何處理不專心的問題？
- 我該剝奪孩子的下課時間嗎？
- 延伸教育要落實。
- 鼓勵勝過於處罰與責罵，善用負向回饋。
- 我們要以什麼樣的態度來面對孩子？

**關懷、包容、用心、不歧視**

# 影響專注力的因素





# 大腦問題

- 多巴胺或正腎上腺素分泌與吸收出現問題。
- 透過藥物可獲得良好的改善。

這種狀況比例高嗎？

# 最常用的介入方式

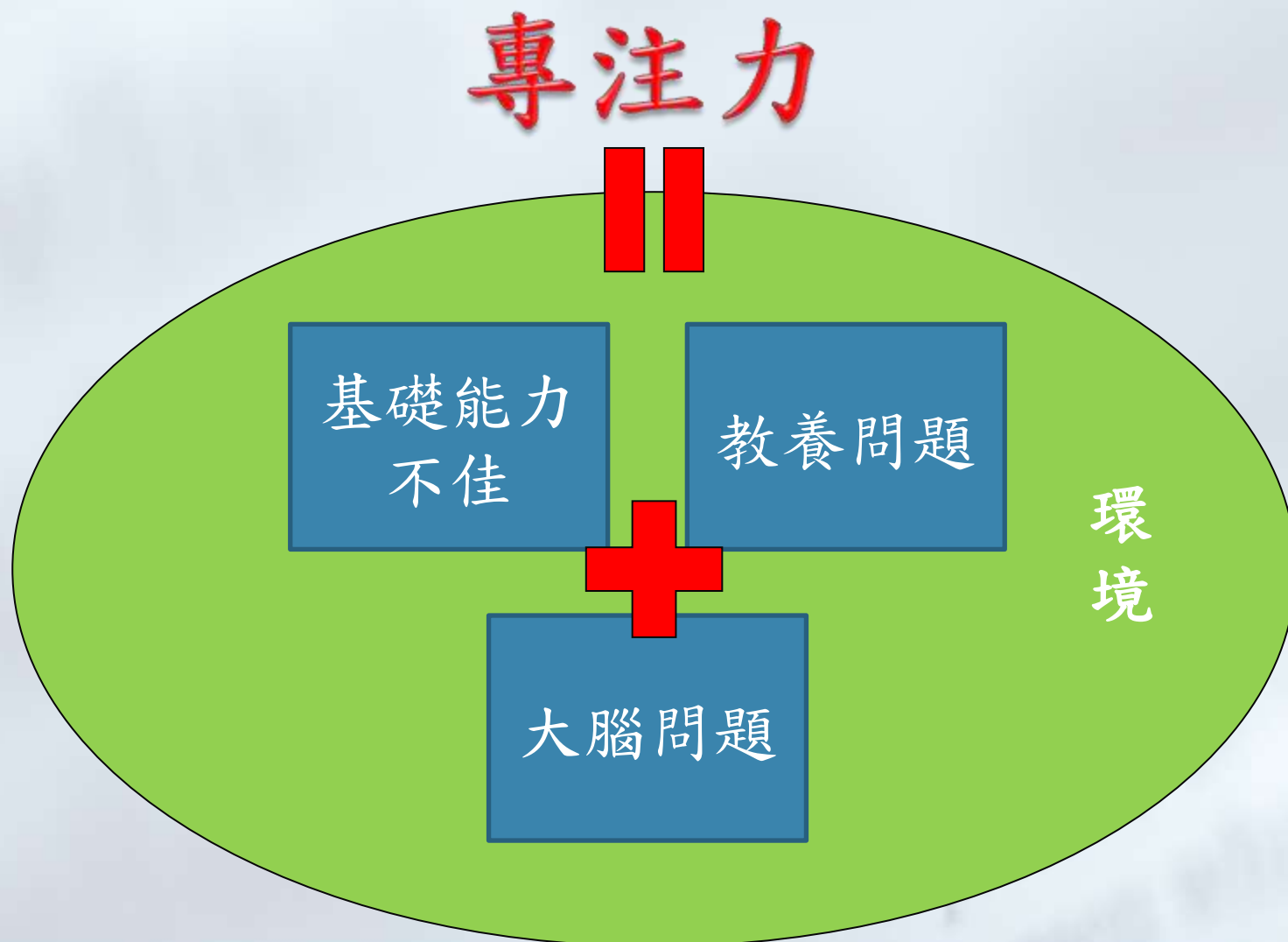
## ■ 藥物治療

- ① 利他能
- ② 專思達
- ③ 思銳

家長與老師常擔心的事：

1. 副作用？
2. 怎麼確定藥物對孩子是否有效？
3. 需要服藥多久呢？

# 影響專注力的因素

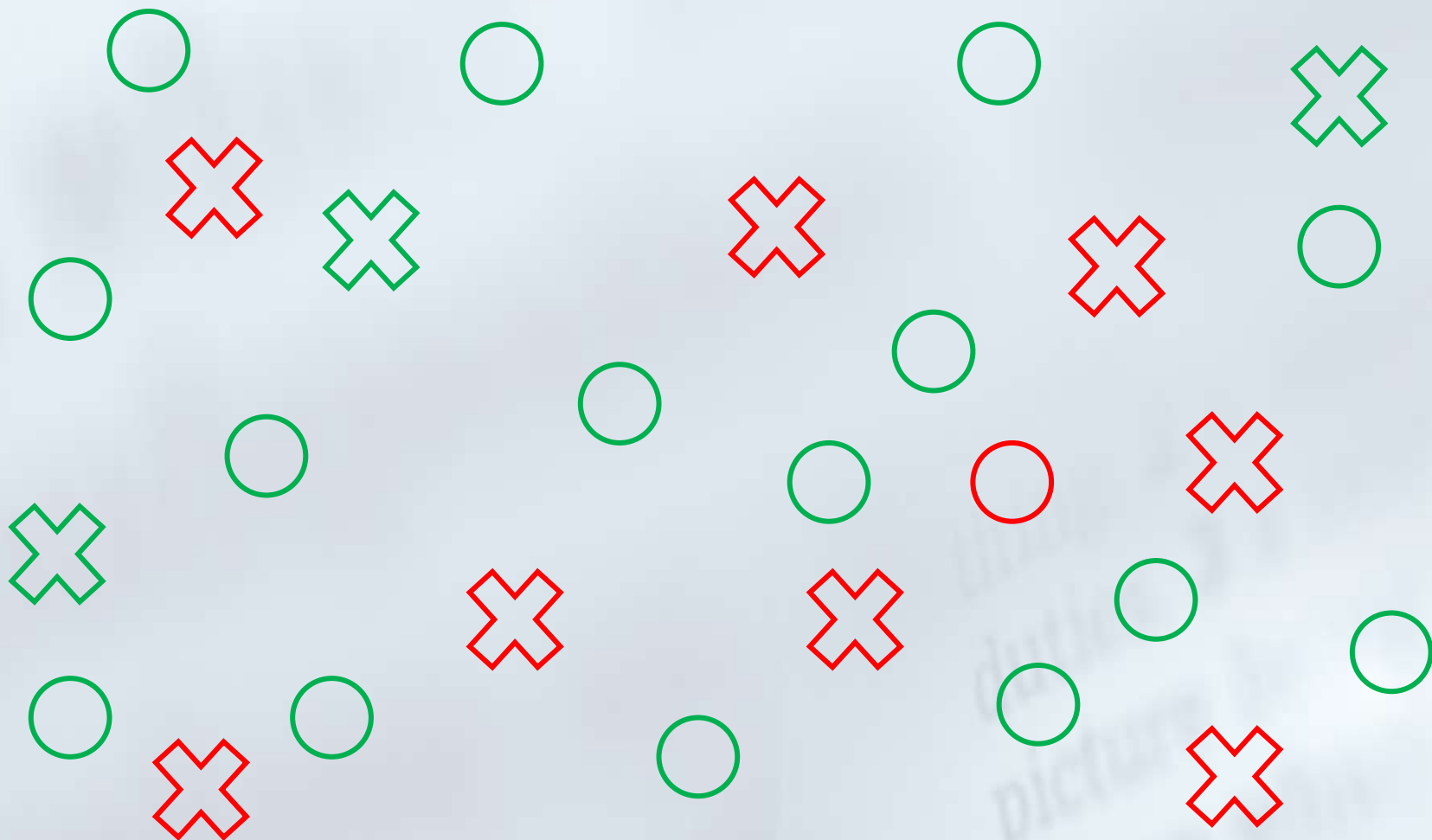




# 影響視覺認知之要素2-視覺注意力



# 影響視覺認知之要素2-視覺注意力



# 影響視覺認知之要素2-視覺注意力



# 影響視覺認知之要素2-視覺注意力





# 影響視覺認知之要素2-視覺注意力



# 介入方式1-調整環境

1. 減少外在環境的刺激物
2. 提供安靜的學習/遊戲環境
3. 適當的學習/遊戲環境
4. 固定的學習/遊戲環境

**在自然環境下能夠專心才是最終的目標!**

# 介入方式2-各式注意力的訓練

- **集中注意力 (focused attention)**  
安靜的情境下
- **持續性注意力 (sustained attention)**  
安靜的情境
- **選擇性注意力 (selected attention)**  
吵雜的環境下，背景為相對無意義的聲音
- **分散性注意力 (divided attention)**  
吵雜的環境下，背景為相對有意義的聲音

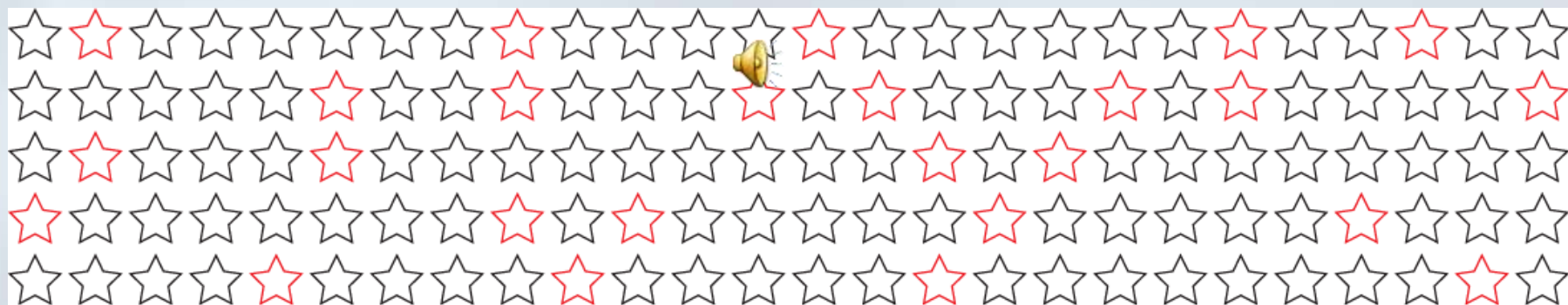
# 情境1-數數看有幾個星星



# 情境2-忽略雜音，數星星



# 情境3-聽談話內容，並數星星



# 其他遊戲方式-小腦&前庭刺激

■ 跨中線活動 **每天至少兩次(活動可自由選擇)**

① 眼球跨中線活動 **每次10分鐘**

② 身體跨中線活動 (如彎腰用右手撿起左邊的沙包並丟到目標筒內)

■ 平衡運動

① 單腳站立

② 走平衡木

③ 平衡台活動

# 其他介入方式-行為改變技術

1. 與孩子共同訂定行為契約(賞罰分明，白紙黑字)→配合行為觀察量表執行。
2. 使用正增強、負增強或處罰不當行為，且行為後果要立即。**您使用的增強物制度有效嗎？**
3. 除了維持孩子的進步外，要使正向行為類化到新的場所。
4. 類似的行為契約方案在學校也必須執行。
5. 學校與家庭的搭配，效果最好(學校代幣、回家兌現)。
6. 家長態度要一致。



# 其他介入方式-自我引導訓練

- 第一步：典範的示範
- 第二步：外在的自我教導
- 第三步：公開的自我教導
- 第四步：逐漸淡化的自我教導
- 第五步：隱藏的自我教導

# 整合性的治療效果最好

- 有研究連續14個月檢驗四種治療方式：
  1. 廣泛的行為治療(對學校、家庭和兒童本身)
  2. 藥物治療
  3. 結合行為治療、藥物治療與其它訓練的整合性治療
  4. 社區提供的介入措施

# 整合性的治療效果最好(續1)

- 共有579位注意力缺失兒童接受研究
- 改善效果最大的即是整合性治療。



Q & A

謝謝大家