

# 也談不聽話的孩子

陳 育 芬

## 壹、前言

過動兒協會理事長何善欣女士家有個過動兒的兒子，而我的班上卻曾經同時出現過三個不同類型的過動兒童，回想起天昏地暗的那兩年，每天活在槍林彈雨，隨時備戰的狀態，即使下班回到家也不得閒，真是既忙碌又充實，心中的滋味百感交集。下文我將呈現與這幾個過動兒的互動及教學心得，與諸位分享，若有疏漏或不足之處，也請批評和指教。

## 貳、何謂過動兒

過動兒是時下很熱門的一個名詞，尤其面對 e 世代這群活潑好動的孩子們，每個為人師、為人父母者，心中免不了被激起一陣漣漪，我的孩子該不會也是過動兒吧？

然而注意力不足過動症並不是什

本文作者為台北市內湖區西湖國小資源班教師

麼新的疾病，早在西元十九世紀末期，醫生們已注意到類似的行為模式，出現在一些腦傷的病患中，因為中樞神經系統受損，患者出現過度活動、衝動和容易分心的現象。後來，在一些沒有腦傷的孩子身上，也發現類似的行為現象。許多人開始研究其原因，而研究結果也不斷有了新的發現。為了更正確深入的描述此症，它的名稱也一改再改。

一九八八年，學者們一致認同注意力不集中，衝動和過動為此症的三個主要症狀，並將此症更名為注意力不足過動症〔ADHD〕，其下又分三種類型，注意力不足型、過動衝動型和綜合型。此症並以不同的嚴重程度，困擾著百分之三到百分之五的孩童，患者有男有女〔其中男多於女，約 3：1 的比率〕，他們來自不同的社會、種族背景，智商有高有低，沒有人確實知道此症的成因，僅能研究歸納出，孩子之所以罹患此症，大部分與腦神經的傳導系統出問題有關，許多科學研究同時證明，此症

與遺傳有關。

至於其診斷的標準也頗嚴謹，目前台灣仍依據美國精神醫學診斷手冊第四版的標準〔DSM-IV〕診斷，在注意力缺陷及過動-衝動的九大症狀中，必須至少各出現六項以上且持續六個月以上，並且在七歲以前即發生，這些困擾在人際關係、學業或工作上，達成臨床上顯著的不適應和損害的程度，此外他們不建議父母自己為孩子作診斷，最好經由兒童精神科醫師、特教老師等專業人員進行多層次的專業診斷。孩子的行為好動、坐不住或是做事不專心並不代表他就是過動兒。

## 參、我的過動兒學生

感謝老天爺送給我這份挑戰，因為這個緣份，讓我同時見識了各類過動兒不同的面貌；讓我重新發現他們的純真和可愛；雖然歷經了重重的困難與掙扎，在一連串的探索和努力之後，我慢慢的體會出與他們的相處之道及教學方法，書上介紹的策略或許都是很棒的建議，但唯有在真實的情境中才能深深的領略和體驗，甚至悟出屬於自己最適當的一套。

說起我那三個寶貝，那三個同處在一個普通班的好動小天使，其中小偉〔化名〕曾有腦傷，經台大診斷為過動兒，同時也是個臨界輕度智能不足的快樂小天使，瘦瘦的他很不愛吃東西，到

了小四，一餐飯仍非得花上一兩個鐘頭，還要奶奶追著在後面餵，常常在校朝會的中途，被左右護法駕著走進會場，因為他在行進的半路上，被美麗的蝴蝶騙走了，可恨的還不只是這隻花蝴蝶，凡是週遭的一景一物，就連一點滴聲響，都有可能成為騙走他心神的罪魁禍首。不論其家長、老師或同學，每天都有可能接到他求救的電話，因為他老是忘東忘西、丟三落四，阿公、阿媽就是他的限時郵遞快馬車。

另一位小瑞〔化名〕，是個資優生，人雖聰明卻是狀況百出，在課堂上常常無故離開座位，心裡想到什麼立刻就脫口而出，也不管別人是否還在發言，由於他的分心，老師的交代往往只聽了一半，自然實驗要觀察蝸牛，他卻到網路上洋洋灑灑的下載了一堆有關於乳牛的研究報告；在運動場上，常常因為他的衝動不按牌理出牌，惹惱了同學，甚至害苦同伴招來麻煩，諸如此類的戲碼，每天不斷的重覆上演。直到幾位科任老師實在忍無可忍，身為級任的我，不得不把他的父母請到學校，這時才愕然發現，他的爸媽早已從報紙廣告上，花下巨額購買聲稱有利於過動兒服用的健康食品〔DHA〕，然而他們卻不願意接受建議，到醫院請專業人員做一次客觀專業的診斷！

小真〔化名〕和媽媽生活在一起，她的智力中等，也經台大和國泰診斷為

過動兒，她與前述兩位所不同的是，她並不會在課堂上隨性遊走，雖然安坐在位置上，心神卻不容易集中，她精細動作的協調性很不理想，凡是需要運用雙手操作的學習單元〔例如抄寫、圓規、三角板等〕，鄰座的同學便要時時提高警覺，一個不小心，自己那雙粉嫩的雙腿便要遭殃見紅；尤其剛接觸她的前半年，全班幾乎隨時生活在不定時炸彈的威脅下，因為任何一句令她不重聽的話，隨時都有可能引爆，她會抓狂、她會大吼大叫、她會攻擊、她會破壞，直到我們弄清了她的胃口，走進了她的世界，這一切才得以稍獲控制！

## 肆、 好東西與好朋友分享

連上帝也瘋狂的兩年，也許各位會覺得很不可思議，也許你們會說我是一個”SUPER WOMEN”，但畢竟我和其他孩子都勇敢、平安的走了過來，我不敢稱為高見，但以下卻是我兩年下來，刻骨銘心的肺腑之言，希望與你們分享。

當我的班上同時出現三個過動兒時，自己面對的第一個困擾是亂、慌、忙，因為有他們的參與，這個班成了一團亂；因為突然對自己的能力懷疑而心慌慌；因為有處理不完的突發狀況而繁忙，因此如何讓自己的心沉澱下來？如何冷靜的找到方法突破困難？是我亟需努力面對的。於是找尋專業人員的幫助和諮詢、閱讀相關的參考書籍、參

加特教知能研習、獲得家人的支持與諒解等等，不斷努力去激發各種有助於突破困境的點子，深呼吸一口氣，勇敢的向前走！

在班級經營和教學策略上，我也將他們歸納成下列幾點：

### (一)教師正確態度的自持：

當孩子不停的犯錯時，當孩子情緒失控發飆時，老師更要冷靜，千萬別輕易動怒，因為此時，孩子比你更慌、更亂，老師必須接納他的情緒，幫助他找到適當的台階，讓他回歸現實和冷靜，當然我並非勸老師要一味的容忍與退讓，而是要將自己合理的尺度清楚明確的讓孩子明白，當一個合理固定的模式成形時，能夠幫助班上的每一個成員，盡快的從混亂中回到常態。

當孩子冷靜下來時，老師要協助引導他去釐清，什麼行為會導致什麼後果，幫助他勇敢的面對自己的缺點，教他每一次行動前都能先深呼吸一口氣，不斷的鼓舞他，幫助他建立信心，老師對他充滿信心的眼神，是幫助他戰勝缺點的最佳良方。

### (二)環境的安排：

塑造一個有條理、讓孩子容易出現成功經驗的學習環境，盡量減少孩子額外的聽覺和視覺上的分心刺激；座位的安排也盡量靠近老師；分組及鄰座的安排也是一門大學問，老師必須慧眼獨具，訓練幾位適任的小幫手輪流協助，

因為在狀況還未完全穩定之前，並不是每個孩子都能勝任此重責大任！

(三)課程的安排：

- 1.發展一套固定可預期的教學步驟，例如：國語課的教學順序等。
- 2.教學方式必須是開放式的雙向教學，並且多提供孩子上台或發表的機會，當孩子的心神快溜走之際，利用發表意見的機會，趕快拉他一把。適時地請他當小幫手，擦擦黑板、唸一小段文章等等，不但給他信心又能化解一場即將引爆的紛爭。
- 3.課程的設計要力求生動活潑，讓學習的過程富變化又有趣，這樣才能將孩子的焦點盡量吸引住，並且保持學習興緻，例如：數學課的分組闖關遊戲等。
- 4.將需要多傷腦筋的主科，盡量安排在上午來學習。
- 5.過於冗長或複雜的單元，必須做適當的安排和處理，並且善用各種影音教學媒體，例如：錄放影機、投影片等。

(四)家庭功課的安排：

針對每一門功課，每一個孩子的特質，安排適當的家課和作業，盡量以不抹煞孩子的自信心，提高孩子的學習興趣為原則。

(五)讓孩子打開心門：

老師要放下身段，了解孩子，接納孩子，尊重孩子的特質，讓孩子相信你，讓他們願意打開心門，唯有如此，

老師才能進入他們的世界，要談教學、要談輔導才有希望。

(六)重視個別及團體輔導：

每一個孩子都需要自尊心，過動兒童更是如此，因為長期的負面回饋，已經讓他們的自尊和自信有如風中的危樓，所以當孩子犯錯時，我會把他們請到老師身邊來，透過個別談話，讓他們了解自己行為的前因後果，並且常常強調他們的優點，給予大量的讚美和即時的回饋，試著以行為改變技術，增強好的行為、消弱負的一面。

至於全班的輔導，更是不在話下，別小看這群小蘿蔔頭，那兩年的成敗，全賴這些小配角的努力配合和演出，當老師給予過動兒某些特別的待遇時，我必須注意他們內心的想法和感受，透過機會教育輔導全班孩子，引導他們用同理心去看待事情；設計各式輔導教學活動，化解彼此的敵意，幫助他們接納過動兒，進而樂意協助老師、協助過動兒，提昇改善孩子們彼此的人際關係。

(七)善用學校及社會資源：

班上有過動兒，雖然令人有些沮喪，除非你選擇放棄，否則老師非但不能灰心，還要更堅強、更有智慧，任何一個想的到的有力資源，千萬都別放過，例如學校的資源班，雖然目前的資源班大都人滿為患，想要得到很實質、很確切的幫助極為有限，但是當孩子到資源班的那幾堂課，正是老師喘口氣，

準備重新出發的轉捩點。

愛告狀的科任老師們（忍無可忍、情非得以），也可以成為好幫手，只要把你的理念和做法與他們取得充分的協調和溝通，把孩子的需要和難處坦誠相告，通常他們都會樂於伸出援手，尤其在行為觀察或擔任另一個行為催化者的角色時，都能派上用場。學校的愛心媽媽、班上的愛心家長，只要你肯動腦筋，這些朋友也都能成為你最好的助手。

## 伍、結語

記得剛接到這個班級時，因為不斷的碰壁，所以我怨天尤人，我焦慮無助，甚至以淚洗面，我痛罵自己倒大楣，到行政處室抗議，抗議他們的粗心大意，抗議他們的專業知能不足，每天回到家雙手一攤，我沒有多餘的一點力氣留給家人，幸虧體貼的老公扛起了家中的一切，讓我順利的進入狀況，讓我勇敢的面對一切。

當然我要強調的是，上述的幾位過動兒，並不能代表所有的個案，因為他們的面貌本來就是多變的，他們的症狀也各不相同，所以教養起來也格外棘手，每個過動兒的父母都有一部道不盡的心酸史，身為老師的我，必須先有這份認知；但我同時也要呼籲家有過動兒的家長，您必須面對現實，孩子罹患ADHD 並不是一件可恥的事，協助他

〔她〕認識自己、重新建立自信心，和老師充分的溝通與配合，如此才是最積極，對孩子最有利的。

在此我也要對學校的行政處室有所建議，不僅是過動兒，每一位特殊兒童的安置，都必須作妥善的規劃和安排，一次同時將三個不同症狀的過動兒安置在同一個班級，後果實在令人堪憂，一來老師負荷不起，二來已經嚴重的影響每一個孩子的受教品質，雖然自己走過來了，但我相信，如果當初孩子的安置能夠再慎重一些，對於個案的輔導我會更得心應手。

如果各位也很幸運的和我有相同的際遇，奉勸您別洩氣，就把它當作老天爺送給您的考驗吧！懷著一顆感恩的心，勇敢冷靜的面對困境，積極的想出對策，當然，老天是不會虧待您的，至少我的經驗是如此，因為接受考驗的同時，祂也送給我一個人人稱羨的漂亮小女兒。真的！

## 參考書目：

- 1.何善欣譯（民 85），不聽話的孩子？  
—過動兒的撫育與成長，台北市：商周。
- 2.何善欣（民 86），最棒的過動兒：認識過動兒，台北：心理。
- 3.陳淑惠譯（民 86），如何幫助孩子克服隱性障礙，台北：新苗。
- 4.涂尚智譯（民 87），解讀叛逆/好動的孩子，台北：新苗。